

血液透析患者心理护理与社会支持网络的构建研究

章利

中国人民解放军陆军特色医学中心血液透析中心 重庆

【摘要】围绕血液透析患者的心理护理与社会支持网络构建展开研究,探讨了影响患者心理状态的主要因素,包括年龄、病程、治疗方式、经济状况及家庭关系等。研究表明,良好的心理护理能够有效缓解患者的焦虑与抑郁情绪,提升其生活质量。同时,社会支持网络的完善对于增强患者心理韧性、改善治疗依从性具有重要意义。本文提出通过建立系统心理评估机制、开展多维度心理干预以及加强护患沟通等实践路径,结合家庭、医院与社区资源,构建全方位的社会支持体系,为血液透析患者提供更全面的心理健康保障。

【关键词】血液透析;心理护理;社会支持网络

【收稿日期】2025 年 7 月 27 日

【出刊日期】2025 年 8 月 22 日

【DOI】10.12208/j.cn.20250429

Research on the construction of psychological nursing and social support network for hemodialysis patients

Li Zhang

Hemodialysis Center, Army Characteristic Medical Center of the Chinese People's Liberation Army, Chongqing

【Abstract】This study focuses on the psychological care and social support network construction of hemodialysis patients, exploring the main factors that affect their psychological state, including age, disease duration, treatment methods, economic status, and family relationships. Research has shown that good psychological care can effectively alleviate patients' anxiety and depression, and improve their quality of life. At the same time, the improvement of social support networks is of great significance for enhancing patients' psychological resilience and improving treatment compliance. This article proposes to establish a systematic psychological assessment mechanism, carry out multidimensional psychological interventions, and strengthen nurse patient communication through practical paths, combined with family, hospital, and community resources, to construct a comprehensive social support system and provide more comprehensive psychological health protection for hemodialysis patients.

【Keywords】Hemodialysis; Psychological care; Social support network

引言

随着慢性肾病发病率的上升,血液透析已成为维持生命的重要治疗手段,但患者在长期治疗过程中常伴随严重的心理问题。心理护理与社会支持在网络构建中的作用日益受到重视。如何在临床实践中有效识别和干预患者的心理需求,同时整合多方资源形成稳定的支持系统,是当前护理工作的重要课题。本文旨在分析血液透析患者心理护理的关键要素,并探索构建社会支持网络的有效策略,以期改善患者心理健康提供理论依据与实践参考。

1 社会支持对心理健康的作用

1.1 社会支持对情绪调节的积极作用

社会支持在心理健康中扮演着至关重要的角色,

尤其在情绪调节方面具有显著影响。当个体面临压力或困境时,来自家庭、朋友或社区的支持能够有效缓解其负面情绪,增强心理韧性。研究表明,拥有良好社会支持系统的人群往往表现出更低的焦虑和抑郁水平。这是因为社会支持提供了情感上的安慰与认同感,使个体感到被理解、被接纳,从而减少孤独感和无助感。此外,社会支持还能够帮助个体更好地应对生活中的挑战,提升自我效能感,使其在面对困难时更具信心和动力。因此,社会支持不仅是情绪稳定的重要保障,也是维护心理健康的基础^[1]。

1.2 社会支持对认知功能的影响

社会支持不仅影响个体的情绪状态,还对认知功能产生深远影响。良好的社会关系有助于提高个体的

作者简介:章利(1993-)女,汉族,重庆铜梁人,本科,主管护师,研究方向:血液透析的相关护理。

认知灵活性和问题解决能力。在长期的压力环境下,缺乏社会支持的个体更容易出现注意力不集中、记忆力下降等认知障碍。相反,积极的社会互动可以促进大脑神经可塑性的发展,增强信息处理能力和决策能力。同时,社会支持还能提供必要的信息和资源,帮助个体更有效地理解和应对复杂的心理问题。例如,在疾病康复过程中,来自亲友或医疗团队的支持能够为患者提供正确的信息和建议,减少因信息缺失而产生的焦虑和困惑。由此可见,社会支持在维持和提升个体认知功能方面具有不可忽视的作用^[2]。

1.3 社会支持对行为适应的促进作用

社会支持在个体的行为适应过程中同样发挥着重要作用,当个体遭遇挫折或困境时,来自外界的支持能够引导其采取积极的行为策略,而不是陷入消极反应。例如,面对慢性病或重大生活事件,有良好社会支持的个体更可能主动寻求帮助、遵循医嘱并积极参与康复活动。这种积极的行为模式不仅有助于改善生理状况,也能增强个体的心理适应力。此外,社会支持还能够通过榜样示范作用,促使个体学习健康的行为方式,如规律作息、合理饮食和适度运动。通过这些行为调整,个体能够在压力环境中保持心理平衡,降低心理疾病的发生风险。

1.4 社会支持对社会归属感的增强作用

社会支持是构建社会归属感的重要基础,对于心理健康具有深远影响。人类作为社会性动物,天生渴望被接纳和认同。当个体感受到来自家庭、朋友或社区的支持时,会增强自身在社会中的存在感和价值感,从而减少孤独和疏离感。这种归属感不仅有助于个体建立积极的人际关系,还能提升其自尊心和幸福感。尤其是在面对疾病或逆境时,社会支持能够帮助个体找到情感寄托,增强战胜困难的信心。同时,社会支持还能够促进个体参与集体活动,增强社会参与感和责任感,进一步巩固其社会身份认同。因此,社会支持不仅是心理健康的重要保障,也是个体实现社会融合与心理稳定的关键因素。

2 影响心理状态的主要因素

2.1 年龄因素

老年 MHD 患者由于生理衰老、体力不支、躯体疾病等原因,生活自理能力差,无法独立完成日常生活活动,部分老年患者需要专人陪护照料生活。身体健康下降,自理能力衰减,对医药依赖性增加,这些都会使他们产生常见的心理问题,如孤独、恐惧、悲伤等。此外,年龄因素还影响老年 MHD 患者对疾病的认知与应对

方式。随着年龄增长,老年人的感知能力、记忆力和学习能力逐渐下降,导致其对疾病知识的理解和接受程度较低,容易产生误解或焦虑情绪。同时,由于社交圈缩小、亲友离世或子女忙碌等原因,老年患者更容易感到孤独和被忽视,进一步加重心理负担。这些因素相互作用,使得老年 MHD 患者在心理状态上更加脆弱,需要更多的关注与支持^[3]。

2.2 病程与治疗方式的影响

血液透析作为长期维持性治疗手段,对患者的身体和心理都带来了持续性的压力。随着病程的延长,患者需要频繁接受透析治疗,身体负担加重,生活质量下降,容易产生疲劳、无力等生理不适感,进而引发情绪低落和抑郁倾向。同时,透析过程中可能出现的并发症如高血压、贫血、感染等,也会增加患者的焦虑和恐惧心理。此外,治疗带来的经济负担和时间成本,使患者在生活和工作上受到限制,进一步影响其心理健康状态。长期的治疗过程不仅考验着患者的生理耐受力,也对其心理承受能力提出了更高要求。

2.3 社会支持系统的缺失

社会支持系统是影响血液透析患者心理状态的重要因素之一,良好的家庭支持、亲友陪伴和社会关怀能够有效缓解患者的孤独感和无助感,增强其应对疾病的信心。然而,现实中许多患者因家庭关系紧张、缺乏理解或经济困难而得不到足够的支持,导致心理压力难以释放。尤其是一些独居或子女不在身边的患者,更容易感到被忽视和孤立,从而加剧抑郁和焦虑情绪。此外,社会对慢性病患者的认知偏差和歧视,也会影响患者的心理状态,使其产生自卑和自我否定的情绪。社会支持系统的薄弱,成为影响患者心理健康的重要障碍。

2.4 经济状况与医疗负担

经济状况直接关系到血液透析患者的心理健康,由于透析治疗费用较高,且需长期维持,许多患者面临沉重的经济压力。这种压力不仅体现在医疗支出上,还可能影响患者的日常生活质量,如饮食、休息和康复活动的安排。经济困难可能导致患者无法按时接受治疗或购买必要的药物,进而引发病情恶化和心理焦虑。此外,部分患者因担心经济负担而隐瞒病情或放弃治疗,进一步加重心理负担。经济问题往往与健康问题相互交织,形成恶性循环,严重影响患者的心理稳定性和生活满意度^[4]。

3 血液透析患者心理护理的实践路径

3.1 建立系统的心理评估机制

在血液透析患者的护理过程中,建立科学的心理

评估机制是实施有效心理护理的基础。由于患者长期受疾病困扰,心理问题普遍存在,如焦虑、抑郁、孤独等,因此需要通过标准化的心理测评工具对患者的心理状态进行定期评估。常用的量表包括抑郁自评量表(SDS)、焦虑自评量表(SAS)以及简明心理健康问卷(MSSQ)等,这些工具能够帮助护理人员及时发现患者的心理异常,并为后续干预提供依据。只有通过系统、持续的心理评估,才能实现对患者心理状态的动态监测,从而为心理护理提供科学依据。

3.2 开展多维度的心理干预措施

心理干预是心理护理的重要组成部分,应涵盖情绪疏导、认知调整、行为训练等多个方面。护理人员应通过倾听、共情等方式与患者建立信任关系,帮助其宣泄负面情绪,缓解心理压力。针对患者存在的不合理认知,如对疾病的误解或对未来生活的悲观预期,应进行心理教育和认知行为干预,引导其建立积极的应对方式。同时,可引入放松训练、正念冥想等方法,帮助患者调节情绪、增强自我控制能力。通过多维度的心理干预,不仅能够改善患者的心理状态,还能增强其治疗依从性,提高整体生活质量^[5]。

3.3 加强护患沟通与情感支持

良好的护患关系是心理护理成功的关键,护理人员应具备良好的沟通技巧,主动了解患者的心理需求,及时给予情感支持和心理安慰。在日常护理中,应注重与患者的交流,倾听他们的诉求,避免因信息不对称而产生误解或焦虑。同时,护理人员应以同理心对待患者,尊重其人格尊严,避免使用冷漠或命令式的语言,营造温馨、安全的治疗环境。此外,应鼓励患者表达自己的情绪和想法,帮助其建立积极的应对策略。通过持续的情感支持和有效的沟通,不仅能增强患者的信任感和安全感,还能促进其心理康复,提升整体护理质量。

3.4 构建个性化心理护理方案

在血液透析患者的护理过程中,应根据个体差异制定个性化的心理护理方案,以提高干预的针对性和有效性。每位患者的心理状态、疾病经历、家庭背景及社会支持情况各不相同,因此,护理人员需在全面评估的基础上,结合患者的具体需求,设计符合其心理特点的护理计划。例如,对焦虑情绪明显的患者,可侧重情绪疏导与放松训练;对抑郁倾向较重的患者,则应加强认知行为干预与社会支持引导。同时,护理方案应动态调整,根据患者心理状态的变化及时优化干预措施。通过构建科学、灵活、个性化的心理护理方案,能够更有

效地满足患者的心理需求,提升其心理健康水平和治疗满意度。

4 社会支持网络的构建策略

4.1 强化家庭支持系统的建设

家庭是社会支持网络中最基础也是最重要的组成部分,对血液透析患者的心理健康具有深远影响。在日常护理中,应加强对患者家属的教育与引导,帮助其正确认识疾病,增强照护能力,并提升情感支持水平。通过定期开展家庭护理培训、心理辅导课程以及健康宣教活动,使家属掌握基本的照护技能和沟通技巧,从而更好地理解患者的需求,减轻其心理负担。同时,鼓励家庭成员积极参与患者的治疗过程,如陪同就诊、协助用药、陪伴交流等,有助于增强患者的安全感和归属感。此外,应关注家庭内部关系的和谐,避免因经济压力或照顾负担引发矛盾,为患者营造一个稳定、温暖的家庭环境^[6]。

4.2 优化医疗机构的社会支持服务

医疗机构作为患者接受治疗的主要场所,应在心理健康支持方面发挥更大作用。医院应设立专门的心理咨询室或心理护理团队,为患者提供个性化的心理评估与干预服务。同时,应加强医护人员的心理健康知识培训,使其具备识别和处理患者心理问题的能力。在日常诊疗过程中,护理人员可通过建立良好的医患关系,主动倾听患者情绪,给予及时的情感支持。此外,医院可组织患者互助小组、康复讲座等活动,促进患者之间的交流与支持,增强其面对疾病的信心。通过完善院内心理支持体系,能够有效缓解患者的心理压力,提高其治疗依从性和生活质量^[7]。

4.3 拓展社区与社会资源的支持渠道

除了家庭和医疗机构,社区和社会资源也是构建社会支持网络的重要力量。应推动社区卫生服务中心、志愿者组织和公益机构等多方参与,形成多层次、多方位的支持体系。例如,可以建立慢性病患者支持小组,由专业社工或心理咨询师主持,为患者提供信息分享、情绪疏导和生活指导。同时,鼓励社区开展健康宣传和心理援助活动,提升公众对慢性病的认知和关怀意识。此外,政府和社会组织也应加大对血液透析患者群体的关注力度,提供政策扶持和资源保障,如医疗救助、交通补贴等,减轻患者及其家庭的经济负担。通过整合社会资源,构建更加全面和可持续的社会支持网络,才能真正实现对患者全方位的关怀与支持^[8]。

5 结束语

综上所述,血液透析患者的心理健康不仅依赖于

医疗技术的进步,更需要系统的心理护理和社会支持网络的支撑。通过家庭、医疗机构与社会资源的协同合作,可以有效缓解患者的心理压力,提升其生活质量和治疗效果。未来应进一步加强心理护理的专业化建设,推动社会支持体系的制度化发展,为患者营造更加温暖、包容的康复环境,真正实现身心健康的全面维护。

参考文献

- [1] 朱贝莎,吕思雨,吴杭,等.维持性血液透析病人社会疏离体验的质性研究[J].护理研究,2024,38(09):1578-1584.
- [2] 李永琦.维持性血液透析患者益处发现促进方案的实证研究[D].中国人民解放军海军军医大学,2024.
- [3] 苏慧玲.维持性血液透析患者社会支持对主观幸福感的影响:自尊、心理弹性的链式中介作用[D].湖北医药学院,2024.
- [4] 孙嘉.线上线下混合式的正念减压疗法对维持性血液透

析患者抑郁症状的干预研究[D].吉林大学,2024.

- [5] 李小玲,陈淑媛,文玉先.维持性血液透析患者心理脆弱现状及影响因素分析[J].中外医学研究,2024,22(09):148-152.
- [6] 邓睿华.基于 Snyder 希望理论的护理干预对血液透析患者社会参与的影响研究[D].遵义医科大学,2023.
- [7] 曾晓颖.维持性血液透析患者社会支持、灵性健康与生活质量的关系研究[D].成都医学院,2023.
- [8] 陈丽丽,周升娟,李杰.激励式心理护理联合同伴支持教育对维持性血液透析患者的影响[J].心理月刊,2024,19(19):155-157.

版权声明: ©2025 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS