

积极心理学视角下护理干预对妊娠高血压产妇负性情绪及妊娠结局的影响

杨平平

安徽省阜阳市颍上县中医院 安徽阜阳

【摘要】目的 探讨积极心理学视角下护理干预对妊娠高血压产妇负性情绪及妊娠结局的影响。**方法** 从 2024 年 8 月至 2025 年 8 月院内收治的妊娠高血压患者中筛选 70 例作为本项研究分析样本, 采用双色球分组法分组, 每组归入 35 例, 对照组予以常规护理, 实验组予以积极心理学视角下的护理干预。对比整体干预效果。**结果** 统计分析后发现, 实验组负性情绪[爱丁堡产后抑郁量表(EPDS)、焦虑自评量表(SAS)、孤独感自评量表(UCLA)、妊娠压力量表(PPS)]显著降低、生活质量(SF-36)得到显著提升, 不良妊娠结局发生率显著降低。与对照组相比, 差异有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 为妊娠高血压产妇制定护理方案时, 建议融入积极心理学视角下的护理干预策略。一方面能有效缓解产妇负面情绪并优化妊娠结局, 另一方面, 可切实改善产妇生活质量, 展现出卓越的临床价值, 值得广泛推广。

【关键词】 心理学视角下; 护理干预; 妊娠高血压产妇; 负性情绪; 妊娠结局

【收稿日期】 2026 年 6 月 12 日

【出刊日期】 2026 年 7 月 9 日

【DOI】 10.12208/j.jnmn.20260392

The impact of nursing intervention on negative emotions and pregnancy outcomes in women with hypertension during pregnancy from a positive psychology perspective

Pingping Yang

Yingshang County Central Hospital, Fuyang City, Anhui Province, Fuyang, Anhui

【Abstract】Objective To investigate the impact of nursing interventions from a positive psychology perspective on negative emotions and pregnancy outcomes in women with hypertensive disorders of pregnancy. **Methods** A total of 70 patients with hypertensive disorders of pregnancy admitted to the hospital from August 2024 to August 2025 were selected as the study sample. Participants were divided into two groups using a two-color ball grouping method, with 35 cases assigned to each group. The control group received conventional nursing care, while the experimental group received nursing interventions based on positive psychology principles. The overall intervention effects were compared. **Results** Statistical analysis revealed that the experimental group exhibited significantly reduced negative emotions [as measured by Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS), Self-Rating Anxiety Scale (SAS), UCLA Loneliness Scale (UCLA), Pregnancy Pressure Scale (PPS)], significantly improved quality of life (as assessed by SF-36), and a markedly lower incidence of adverse pregnancy outcomes compared to the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** When designing nursing protocols for women with hypertensive disorders of pregnancy, it is recommended to incorporate positive psychology-based nursing intervention strategies. These strategies not only effectively alleviate maternal negative emotions and optimize pregnancy outcomes but also substantially enhance the quality of life for patients, demonstrating significant clinical value and warranting widespread adoption.

【Keywords】 From a psychological perspective; Nursing intervention; Pregnant women with hypertensive disorders; Negative emotions; Pregnancy outcomes

随着二孩政策的实施, 部分家庭选择再次孕育新生命, 导致高龄妊娠案例增多, 妊娠期高血压疾病的发病率逐年上升。此类病症对孕妇和胎儿均构成重大挑战, 不仅会引发多种母体并发症、增加早产和产后出血

风险, 且在多脏器功能衰竭的发生率方面也高于健康产妇^[1]。妊娠高血压: 妊娠期间常见并发症, 主要发生于妊娠 20 周之后。其临床表现包括高血压、水肿和蛋白尿。若未能及时采取有效干预措施, 极易导致母体肾

功能损害、心力衰竭甚至死亡,其危害性不言而喻。因此,制定安全有效的护理干预策略,最大限度保障母婴平安,已成为该领域专家持续致力于实现的关键目标,更是当下亟需解决的关键性问题^[2]。常规护理多聚焦疾病本身开展基础性护理,但对于妊娠高血压产妇心理层面的需求却无法^[2]。故此,本文确定《积极心理学视角下护理干预对妊娠高血压产妇负性情绪及妊娠结局的影响》为研究主题,针对 70 例妊娠高血压患者展开分析探讨,具体研究成果汇报如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究以对照模式展开,选取 2024 年 8 月至 2025 年 8 月院内收治的 70 例妊娠高血压患者作为分析主体,迎合试验需求,采用双色球分组法完成组间划分,每组归入 35 例($n=35$)。对照组:产妇平均年龄(25.37 ± 2.85)岁;平均孕周(29.63 ± 3.12)周。实验组:产妇平均年龄(26.83 ± 3.57)岁;平均孕周(28.24 ± 4.88)周。本研究方案经本院医学伦理委员会审批(伦理批号:LL20240618),受试者充分知晓研究内容,签署知情同意书。期间对样本资料的分类与归纳均引用相关软件予以处理,未见差异性($P>0.05$)。

1.2 护理方法

1.2.1 对照组行常规护理:(1)对患者各项生命体征实施严密监测,同步观察患者病情状况及胎儿发育情况,进行各项指标记录(水肿、蛋白尿变化)。(2)健康宣教:采用口头讲解的方式,为产妇普及疾病相关知识和护理重点。(3)心理干预:细心观察患者心理状态和面部表情,进行简单疏导和安抚。(4)日常干预:为患者制定科学的饮食计划,进行标准化用药指导和生活行为干预。

1.2.2 实验组融入积极心理学视角下的护理:(1)多元化健康教育:摒弃单一口头讲解方式,整合多种健康教育方法,例如分发教育手册、播放视频、组织知识讲座以及开展患者同伴讨论会,全方位对患者展开教育指导。宣教内容包括:妊娠期高血压主要诱发原因、治疗方法、饮食限制和分娩相关注意事项。此外,告知患者该疾病属于可控可治疗性疾病,规范治疗加科学护理能够最大程度保障母婴平安。以此纠正患者对疾病的误解和恐惧认知,消除其未知担忧,促进其更主动的遵循标准化护理行为,更积极的配合各项护理工作开展^[3]。(2)建立和谐沟通环境:此环节护理人员需积极转变沟通理念,将患者放于首位,以尊重、理解、共情为核心,主动增加与产妇的沟通频次,交流过程中

保持言语轻柔、态度温和,为其营造轻松、无负担、和谐的沟通环境。交流过程中,耐心倾听患者主诉和心理需求,做到不随意打断患者陈述,不对表述内容和观点妄加评论,给予充分理解和共情。针对情绪低落、压力过大的产妇,可通过肢体抚摸,语言安慰完成正向引导。对于存在严重焦虑或抑郁倾向者,应进行一对一的专项心理疏导,以准确识别情绪问题的根源,并根据个体情况制定针对性干预方案,从根源上缓解负面情绪,确保护理干预措施的深入性和有效性^[4]。(3)沉浸式感官放松干预:定期为产妇播放轻柔的产前音乐及自然白噪音,以营造舒缓宁静的病房环境。指导产妇掌握渐进式肌肉放松技术、腹式深呼吸法及正念冥想练习,并监督其按计划坚持每日两次(早晚各一次)的练习(每次持续 15 分钟),以缓解神经紧张。(4)心理韧性与家庭支持干预:护理人员定期为患者家属提供健康指导及沟通培训,帮助他们充分认识到对妊娠期高血压患者提供情感关怀的重要性。指导家庭成员每日持续为患者提供陪伴、理解与支持,积极缓解产妇的心理压力,避免负面语言、家庭矛盾、消极氛围对产妇造成二次心理刺激。此外,通过列举既往成功案例的方式,为患者建立应对疾病的信心,提升心理韧性和治疗依从性^[5]。(5)激发治疗动机:为患者提供正向引导,使其能够全面深入地了解自身病情细节,助力于他们在充分信息的基础上客观、公正地评估自身健康状况,从而有效提升其对疾病的心理和认知接受度。与此同时,积极鼓励患者观看充满正能量的励志影片或阅读有助于重建希望与信心的资料,帮助他们重拾对生命的坚定信念,让他们拥有更为乐观向上的态度去勇敢面对疾病治疗过程中、日常生活里的各种挑战。(6)人生价值实现:借助面对面交流这种直接而温暖的方式深入了解患者的兴趣及其核心生活信念。以关怀、感恩和欣赏等积极向上的价值观为引导方向,对患者进行潜移默化的影响,使其以积极乐观的态度面对生活和社会层面的挑战,以促进其更从容不迫的感受和体验幸福生活的美好^[6]。此种方法重点强调与患者互动时,不仅要对患者表面兴趣爱好进行关注,更要深入挖掘其背后的人生信念。利用积极价值观全面帮助他们调整心态、增强韧性,最终获得深刻的幸福感。(7)延续性线上护理:设立专门的孕前微信群,定期推送积极的心理学知识、情绪调节技巧及血压监测方法。同时解答孕产妇相关咨询,以促进其身心康复。

1.3 观察指标

分析观察两组患者负性情绪[采用爱丁堡产后抑

郁量表（EPDS）、焦虑自评量表（SAS）、孤独感自评量表（UCLA）、妊娠压力量表（PPS）评估]、生活质量[采用健康调查简量表（SF-36）评估]、不良妊娠结局发生率方面的差异表现。

1.4 统计学方法

SPSS 25.00 专业统计学软件完成数据分析,以($\bar{x}\pm s$)

表示,通过 t 比对检验,同时以 ($n, \%$) 整理,得出 χ^2 数值完成检验, $P<0.05$ 代表实验结果有统计学意义。

2 结果

经图文显示,不同护理方案的开展实施,均对患者有积极影响,相比之下,实验组收获效果更加理想 ($P<0.05$), 见表 1-3。

表 1 两组负性情绪比较 ($\bar{x}\pm s$, 分)

组别	n	SAS 评分	EPDS 评分	孤独感评分	妊娠压力评分
对照组	35	48.66±3.83	10.35±1.86	36.14±3.25	57.35±4.83
实验组	35	42.18±3.55	6.88±1.53	29.88±2.95	45.29±5.08
t 值	-	7.34	8.52	8.44	10.18
P 值	-	< 0.001	<0.001	<0.001	<0.001

表 2 两组生活质量评分比较 ($\bar{x}\pm s$ 、n、分)

组别	n	生理机能	生理职能	躯体疼痛	总体健康	活力	社会功能	情感职能	精神健康
对照组	35	20.02±1.79	5.91±0.58	6.23±0.61	13.81±1.18	12.03±1.15	5.44±0.52	4.61±0.44	18.04±1.65
研究组	35	23.85±2.08	6.84±0.65	8.56±0.84	16.69±1.39	16.45±1.46	6.53±0.58	5.28±0.51	23.15±2.19
t 值	-	19.838	15.345	32.175	22.52	33.045	19.765	14.369	26.492
P 值	-	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001

表 3 两组妊娠结局比较 (n, %)

组别	n	剖宫产率	产后出血率	胎盘早剥率	新生儿病死率	子痫	新生儿 Apgar 评分<8 分
对照组	35	24 (68.6)	16 (45.7)	8 (22.9)	7 (20.0)	6 (17.1)	5 (14.29)
实验组	35	19 (54.3)	9 (25.7)	3 (8.57)	1 (2.86)	2 (5.71)	2 (5.71)
χ^2 值	-	2.453	4.812	5.495	7.264	3.426	4.188
P 值	-	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001

3 讨论

妊娠期高血压是一种临床常见并发症, 发病率相对较高, 通常发生在妊娠 20 周至产后 2 周的产妇中, 不仅会损伤产妇生理健康, 更易引发严重心理问题。本次研究以对照模式展开, 将 70 例妊娠高血压患者纳入研究, 划分两组, 分别对其实施不同护理干预策略, 对比结果显示, 实验组妊娠结局优于对照组, 患者焦虑、抑郁、孤独、妊娠压力得到有效缓解, 妊娠信心更强。生活质量得到较大提升, P 值均 <0.05 。分析原因: 常规护理多聚焦于生理层面的干预, 却往往忽视对产妇心理需求的满足, 更难从根本上改善其不良心理状态。积极心理学理论由心理学家马丁·塞利格曼提出。其干预原则在于激发个体与生俱来的积极特质与勇气, 从而突破以往主要针对负面心理状态的研究方法。该理论以积极视角解读患者的心理问题, 着重关注主观体验、社会环境及个体特征。它既关注疾病带来的痛苦与伤害, 又运用科学方法引导患者, 以建设性、积极的

态度应对疾病带来的心理挑战^[7]。因此, 这一方法有助于释放个人潜能、提升幸福感, 并改善心理健康状况及预后效果。

概而言之, 积极心理学视角下的护理干预对妊娠高血压产妇的临床影响意义重大, 均体现在负性情绪的改善上, 生活质量的提升上, 以及妊娠结局的优化上, 可作为一项值得信赖的干预模式大力推广。

参考文献

- [1] 周爱玲,程秀云. 妊娠高血压患者实施风险评估护理联合心理护理的效果及对其血压水平的影响[J]. 当代医药论丛,2025,23(24):1-4.
- [2] 房梁艳.积极心理学视角下护理干预对妊娠高血压产妇负性情绪及妊娠结局的影响[J].现代护理医学杂志, 2025,4(5).
- [3] 徐可花.积极心理学视角下护理干预对妊娠高血压产妇负性情绪及妊娠结局的影响[J].饮食保健,2025(43):82-

- 84.
- [4] 王娟.系统护理干预对妊娠高血压综合征产妇产后生理状态和心理状态分析[J].中外医疗,2023,42(35):131-134.
- [5] 陈雅平.微信互动模式护理干预配合膳食管理在妊娠高血压产妇临床护理中的应用研究[J].心血管病防治知识,2023,13(17):82-84.
- [6] 李欢.优质护理干预对妊娠高血压综合征产妇生活质量及新生儿 Apgar 评分的影响[J].妇儿健康导刊,2022,1(7):148-151.

- [7] 赵建慧.在妊娠高血压症产妇产后出血中实施优质护理干预效果评价[J].健康必读,2021(25):169.
- [8] 古彩鹤.妊娠高血压综合征产妇产行优质护理及健康教育干预的临床效果[J].黑龙江中医药,2022,51(1):202-204.

版权声明: ©2026 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