

药物联合心理疗法对急性焦虑障碍的治疗效果

吴志颖, 齐 玮*

联勤保障部队第九七〇医院 山东烟台

【摘要】目的 探究药物联合心理疗法对急性焦虑障碍的治疗效果。**方法** 以 2024 年至 2024 年 12 月份收治的 60 例患者进行研究, 分成: 对照组和实验组, 每组 30 例。对照组药物治疗, 实验组在对照组基础上提供心理疗法, 分析两组患者的焦虑症状改善情况、评估患者的康复率; 生活质量评分;**结果** 两组患者提供不同的治疗方案后, 实验组患者焦虑症状改善效果优于对照组, $p<0.05$, 评估患者的康复率, 实验组优于对照组, $p<0.05$, 对比患者生活质量, 实验组优于对照组, $p<0.05$ 。**结论** 为急性焦虑障碍患者提供药物联合心理疗法, 可以提升患者生活质量, 提高治疗效果, 改善患者临床症状, 促进其恢复, 值得提倡。

【关键词】 药物; 心理疗法; 急性焦虑障碍; 治疗效果

【收稿日期】 2025 年 6 月 25 日

【出刊日期】 2025 年 7 月 25 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20250335

The therapeutic effect of drug combined with psychotherapy on acute anxiety disorders

Zhiying Wu, Wei Qi*

Joint Logistic Support Force 970 Hospital, Yantai, Shandong

【Abstract】Objective To explore the therapeutic effect of drug combined with psychotherapy on acute anxiety disorders. **Methods** The number of patients participating in this study was 60, with the starting time from January 2024 and the ending time from December 2024. They were divided into the control group and the experimental group, with 30 cases in each group. The control group received drug treatment, while the experimental group was provided with psychological therapy on the basis of the control group. The improvement of anxiety symptoms in the two groups of patients and the recovery rate of group were analyzed. Quality of life score **Results** After providing different treatment plans for the two groups of patients, the improvement effect of anxiety symptoms in the experimental group was better than that in the control group, and $p<0.05$. Evaluating the recovery rate of the patients, the experimental group was better than the control group, $p<0.05$. Comparing the quality of life of the patients, the experimental group was better than the control group, $p<0.05$. **Conclusion** Providing drug combined with psychotherapy for patients with acute anxiety disorders can improve the quality of life of patients, enhance the therapeutic effect, alleviate the clinical symptoms of patients, and promote their recovery. It is worthy of promotion.

【Keywords】 Medicine; Psychotherapy; Acute anxiety disorder; Therapeutic effect

急性焦虑症属于惊恐症, 患者临床表现为抑郁、害怕或者反复惊恐, 部分患者有失控感或者濒死感, 对于患者而言, 易出现自主神经功能失调。对于该类患者而言, 发病的时间相对较短, 导致患者存在心理或者生理上协同反应, 增加患者身体痛苦。对于急性焦虑症患者而言, 会对患者的身心健康造成损伤, 同时也会影响患者的周围亲人^[1]。当前针对于该病以药物治疗为主, 药物虽然可以改善患者的临床症状, 但长期用药易增

加不良反应, 导致患者出现不适, 影响治疗依从性。心理疗法, 通过干预患者的心理状态, 促进其恢复, 提升患者治疗效果。本文就药物联合心理疗法对急性焦虑障碍的治疗效果进行讨论, 现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择 2024 年 1 月份至 2024 年 12 月份收治的 60 例患者参与研究, 对 60 例患者进行平均分组, 组别: 对

*通讯作者: 齐玮

照组;实验组,均30例,对照组:32-71岁,平均:52.55±3.54岁,女性:18例,男性:12例。实验组:31-72岁,平均:51.44±2.64岁,女性:17例,男性:13例,分析两组患者各项指标, $p>0.05$,有一定的可比性。纳入条件:所有患者均符合急性焦虑症诊断标准;患者认知正常;对本次研究知情同意;可以与人正常交流;依从性较佳;排除标准:妊娠或者哺乳期患者;临床资料不全的患者。

1.2 方法

对照组药物治疗,丁螺环酮片(厂家:江苏恩华药业股份有限公司;国药准字:H19991024);米氮平片(厂家:哈尔滨三联药业股份有限公司;国药准字:H20060702)。患者服药期间,结合患者病情程度,患者用药期间可能存在的反应,对患者的用药剂量进行调整,丁螺环酮片:最高45mg,米氮平片:最高45mg^[2]。

实验组在对照组基础上提供心理疗法,患者用药同对照组,开展心理治疗,具体包括:(1)同情患者,引导患者表面疾病发作过程中的情绪表现,护理人员应认同患者,理解患者。患者治疗的过程中,应鼓励患者,有利于患者顺利度过发作期,提高患者对疾病的重视度^[3]。(2)健康宣教,为患者讲解疾病相关知识,提升患者治疗积极性,邀请心理医生专家每周为患者授课,对于出现反应打喷嚏和应耐心与其沟通,对于意愿交流的患者,可以一对一进行沟通^[4]。(3)分散患者的注意力,疾病发作过程中,应通过分散注意力的方式缓解患者的不适,鼓励患者通过眺望远方缓解不适,护理人员应多陪伴患者,通过催眠的患者缓解患者的负性情绪,鼓励患者诉说自身的不适,耐心的表达自身的想法,必要时提供心理疏导,患者服药期间护理人员应多鼓励患者,提升患者的用药依从性。(4)合理的提供相关建议,患者疾病发作过程中,告知患者如何正确的控制焦虑情绪,提升患者的放松水平,日常多深呼吸,鼓励患者积极运动,使得患者可以释放更多的多巴胺,使得患者的心理应激水平得到改善,继而提升患者的兴奋度,缓解患者的焦虑^[5-6]。(5)熟悉对方,协助患者建立沟通桥梁,引导患者正确的进行冥想,相互介绍自身,讲解自身的喜好,明确心理干预的重要性,鼓励患者多表达想法。(6)有效的维持患者、家庭之间的关系,让患者真正的感受到家属是最为亲近的,让期真正的意识家属对治疗的重视度,充分显示了家属的关怀,以促进其康复。(7)提供足够的社会支持,鼓励患者与外界建立更多的沟通渠道,多接触外界来感受到接触外界的优势,让患者不再孤独,真正的感受到

外界对自身的关怀,缓解焦虑^[7]。

1.3 观察指标

1.3.1 分析两组患者的焦虑情况,依据SAS焦虑量表评估患者的焦虑情况,评分越高,患者的焦虑程度越为严重。

1.3.2 分析两组患者的疾病康复率,治愈,患者的病情得到控制,不会影响患者的日常生活。好转,患者的病情基本得到控制,但偶尔会对患者的日常生活造成影响,无效为病情得到改善,患者日常生活严重受影响。

1.3.3 对比患者的生活质量,依据SF-36生活质量量表评估患者的生活质量,量表共计涉及8个条目,满分为100分,评分越高患者的生活质量越佳。

1.4 统计学方法

参与本次研究当中,文中所生成的数据均使用SPSS21.0数据包处理,计量数量使用($\bar{x}\pm s$)表示,使用t检验,显示 $p<0.05$ 显现检验结果有意义。

2 结果

2.1 对照组患者治疗前的SAS评分为24.51±3.32分;治疗后SAS评分为14.21±1.36分;实验组患者治疗前SAS评分为24.62±2.15分;治疗后SAS评分为9.31±2.22分;治疗后,实验组患者的焦虑情绪明显得到改善, $p<0.05$ 。

2.2 对照组治疗有效的数量为14例,占比46.67%;有效的数量为9例,占比30.00%;无效的数量为7例,占比23.33%;总有效的数量为23例,占比76.67%;实验组治疗有效的数量为19例,占比63.33%;有效的数量为8例,占比26.67%;无效的数量为3例,占比10.00%;总有效数量为27例,占比90.00%;实验组有效率更高, $p<0.05$ 。

2.3 对照组患者干预前,生活质量:54.42±2.21分;生理职能:57.36±5.22分;身体疼痛:42.64±1.54分;总体健康评分:47.41±2.25分;活力评分:48.63±2.61分;社会职能:45.22±1.34分;情感职能:46.24±5.22分;精神健康:45.22±2.36分;干预后:生活质量:74.36±3.44分;生理职能评分:74.22±2.62分;身体疼痛评分:74.62±5.61分;总体健康:70.39±2.22分;活力评分:76.22±3.71分;社会职能:76.24±3.12分;情感职能:78.22±5.24分;精神健康:74.22±5.62分;实验组患者干预前:生活质量:54.55±2.64分;生理职能:57.32±2.25分;身体疼痛:42.41±2.68分;总体健康:47.62±2.64分;活力评分:48.64±2.66分;社会职能:48.41±2.66分;情感职能:45.24±2.48分;精神健康:46.71±2.68分;干预后:生活质量:87.55±

5.64 分; 生理职能: 88.54 ± 3.64 分; 身体疼痛: 84.55 ± 5.68 分; 总体健康 90.36 ± 2.64 分; 活力评分: 87.62 ± 5.44 分; 社会职能: 89.54 ± 3.71 分; 情感职能: 85.54 ± 5.54 分; 精神健康: 92.64 ± 3.42 分。

3 讨论

随着当前生活节奏加快, 生活压力的增加, 急性焦虑障碍患者的数量呈现上升的趋势, 该病作为常见的精神障碍疾病, 患者会出现惊恐障碍、广泛性焦虑障碍以及社交焦虑障碍, 当前针对于该病以药物治疗为主, 但多数患者因为药物不良反应或者不耐受而停止用药, 影响患者治疗效果^[8]。

患者服用丁螺环酮片进行治疗, 该药物作为一种非苯二氮卓类抗焦虑药物, 该药物可以通过调节血清素和多巴胺等神经递质系统发挥治疗的作用, 该药物作为 5-HT_{1A} 受体部分激动剂, 可以作用于突触前自身受体, 有效的抑制了 5-HT 神经元的活性, 减少 5-HT 的合成以及释放, 患者长期服用该药物突触后 5-HT_{1A} 受体会逐渐脱敏, 突触间隙 5-HT 水平可以间接性的升高, 最终增强 5-HT 神经传递, 改善患者的焦虑症状^[9]。联合米氮平片可以提升患者的治疗效果, 改善其临床症状。但单一用药, 无法有效的改善患者的心理状态, 治疗存在不足之处。添加心理治疗, 通过有效的评估患者的心理状态, 掌握患者的情绪, 给予有效的引导, 让患者真正的感受到家庭的温度, 护理人鼓励患者参与到社会活动当中, 让患者感受到外界交流带来的优势^[10]。完善患者的心理干预, 缓解了患者的焦虑症状, 提升了患者的用药依从性。

本文通过对两组患者提供不同的干预措施后, 实验组患者的焦虑症状明显得到改善, $P < 0.05$, 对比患者的治疗效果, 实验组优于对照组, $p < 0.05$, 评估患者生活质量, 实验组高于对照组, $p < 0.05$, 分析原因, 药物与心理治疗合理干预模式, 从多角度进行干预, 患者的负性情绪明显得到缓解, 收到效果更佳, 满足了患者护理需求, 值得提倡。

参考文献

[1] 陈晓昕, 陈明森, 郑明坚, 王巍. 药物联合心理疗法对急性焦虑障碍的治疗效果[J]. 保健医学研究与实践, 2022,

19(12): 24-27.

- [2] 吴敏. 音乐心理疗法联合药物治疗对产后抑郁症的效果观察[J]. 中国实用医药, 2025, 20(3): 154-156.
- [3] 陈明哲, 龙蕾, 曾霞, 王阳. 正念疗法联合音乐疗法治疗儿童情绪障碍的效果分析[J]. 中国医学创新, 2024, 21(10): 159-164.
- [4] 沈茜茜. 小脑重复经颅磁刺激联合回忆心理疗法在脑卒中后吞咽障碍伴抑郁患者中的应用效果[J]. 反射疗法与康复医学, 2024, 5(23): 72-75.
- [5] 邱虹, 薛永合, 吴锦荣, 妥佩珊, 周保. 药物联合 rTMS 及 CBT 治疗青少年抑郁障碍的临床研究[J]. 宁夏医科大学学报, 2024, 46(12): 1222-1227.
- [6] 丁曼丽, 张玉芹, 陈娟, 熊雯雯, 赵金荣. 团体心理治疗在广泛性焦虑障碍患者中的应用研究[J]. 川北医学院学报, 2024, 39(4): 573-576.
- [7] 姚洁, 古丽巴哈尔·艾海麦提. 心理治疗联合帕罗西汀对缓解焦虑症患者焦虑、睡眠的影响[J]. 中文科技期刊数据库 (引文版) 医药卫生, 2024(10): 0115-0118.
- [8] R. J S .8.4 NAVIGATING THE COMPLEXITIES OF PSYCHOPHARMACOLOGIC TREATMENT OF PEDIATRIC ANXIETY DISORDERS: A CLOSER LOOK AT RESPONSE AND TOLERABILITY DIFFERENCES[J]. Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 2023, 62(10S): S151-S151.
- [9] 吴雪娥, 严金梅, 杨灵灵. 行为纠正疗法联合药物治疗在青少年情绪行为障碍患者中的应用效果[J]. 中外医学研究, 2023, 21(24): 29-33.
- [10] Takashi T ,Hitoshi S ,Hiroyoshi T , et al. Predictors of response to pharmacotherapy in children and adolescents with psychiatric disorders: A combined post hoc analysis of four clinical trial data. [J]. Neuropsychopharmacology reports, 2022, 42(4): 516-520.

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