

• 论 著 •

基于无望自尊理论的护理干预对养老机构老年人抑郁的影响

程澹澹¹, 孙建萍², 杨支兰², 宋丹², 牛桂芳², 常佳婧², 乔永丽², 贾敏敏³

摘要:目的 探讨基于无望自尊理论的护理干预对养老机构老年人抑郁症状及自尊水平的效果。方法 将太原市2所养老机构的99名抑郁老年人按所在机构分成干预组52名与对照组47名。对照组接受心理护理、健康宣教等常规护理,干预组在对照组基础上接受基于无望自尊理论的护理干预,干预4个月后评价效果。结果 干预后,两组老年抑郁量表得分较干预前显著降低,且干预组显著低于对照组(均 $P<0.01$);干预后,干预组自尊量表得分显著高于本组干预前及对照组干预后($P<0.05$, $P<0.01$)。结论 基于无望自尊理论的护理干预能够有效缓解机构老年人的抑郁症状,且可在一定程度上提高老年人的自尊水平。

关键词:老年人; 养老机构; 无望自尊理论; 抑郁; 自尊

中图分类号:R473.2 **文献标识码:**A **DOI:**10.3870/j.issn.1001-4152.2019.08.004

Effect of a nursing intervention program based on the hopelessness and self-esteem theories on depression for older adults in nursing home Chen Dandan, Sun Jianping, Yang Zhilan, Song Dan, Niu Guifang, Chang Jiajing, Qiao Yongli, Jia Minmin. Nursing Department of Shangluo Central Hospital, Shangluo 726000, China

Abstract: **Objective** To explore the effects of a nursing intervention program based on the hopelessness and self-esteem theories on depression and self-esteem of older adults in nursing home. **Methods** Totally 99 older adults from 2 nursing homes in Taiyuan were divided into an intervention group ($n=52$) and a control group ($n=47$) according to different nursing homes. The control group received routine nursing such as mental health nursing and health education, while the intervention group additionally received a nursing intervention program based on the hopelessness and self-esteem theories, and the intervention effect was evaluated after 4 months. **Results** After the intervention, the Geriatric Depression Scale-30 (GDS-30) score of the two groups were significantly lower than those before the intervention, and the score of the intervention group was significantly lower than that of the control group ($P<0.01$ for all); and the Rosenberg's Self-esteem Scale (RSES) score of the intervention group was significantly higher than that before the intervention and the score of the control group ($P<0.05$, $P<0.01$). **Conclusion** The nursing intervention program based on the hopelessness and self-esteem theories can effectively alleviate depressive symptom of older adults in nursing home, and enhance their self-esteem level to some extent.

Key words: older adults; nursing home; the hopelessness and self-esteem theories; depression; self-esteem

老年抑郁症作为老年期最常见的精神心理障碍之一,其患病率逐年升高,尤其在空巢老年人及机构老年人。李东倩^[1]研究发现,太原市机构老年人中符合轻度抑郁症状者达23.31%,重度抑郁症状者达4.24%,这主要与长期的孤独感和被遗弃感有关。老年抑郁症不仅影响老年人生活质量,同时会加速老年人认知障碍的发生与发展^[2],加快衰弱的进展^[3],甚至成为部分老年人自杀的原因^[4]。因此,早期发现老年人抑郁症状及早期预防其发生和发展成为近年来的研究热点^[5]。Metalsky等^[6]提出无望自尊理论,认为抑郁发生是消极归因方式、低自尊和负性生活事件共同作用的结果,无望感起中介作用,低自尊起推进作用,高自尊起缓冲作用。Needles等^[7]提出一种减轻抑郁的康复模式,即通过归因训练、自尊训练及帮

助患者获得希望可以促进患者从抑郁中康复。袁晓兰等^[8]证实,归因训练对老年抑郁症具有较好的康复效果,而归因训练、自尊训练对机构老年人抑郁症状的缓解效果仍需探索。鉴此,本研究对养老机构中52名存在抑郁症状的老年人实施基于无望自尊理论的护理干预,取得较好效果,报告如下。

1 对象与方法

1.1 对象 2016年6月至2017年7月,选择太原市2所规模与设施相当的养老机构(福久昌养老院和荣军养老院)的老年人为研究对象。纳入标准:①年龄 ≥ 60 岁;②在养老院居住 ≥ 3 个月;③无沟通障碍,可独立或在他人协助下完成调查;④知情同意参与本研究;⑤老年抑郁量表(GDS-30)^[9]评分 ≥ 11 分。排除标准:①视听功能障碍、语言交流障碍等无法完成问卷调查;②严重认知功能障碍;③精神疾病或正在服用抗抑郁药。剔除研究中途搬离养老院、因病住院或其他原因无法完成研究者。共纳入104名老年人,按所属养老机构分为对照组50名,干预组54名。实际干预组52名(1名回家养老,1名因病住院)和对照组47名(2名更换养老院,1名因家庭原因退出)完成本研究。两组一般资料比较见表1。

作者单位:1. 商洛市中心医院护理部(陕西 商洛,726000);2. 山西中医药大学护理学院;3. 邯郸市第一医院护理部

程澹澹:女,硕士,护士

通信作者:孙建萍,sunjianping33@126.com

科研项目:山西省中医药管理局科研课题(2016ZYCYC09);山西省软科学研究一般项目(2017041039-3)

收稿:2018-11-04;修回:2018-12-12

表 1 两组一般资料比较

人

组别	人数	性别		年龄			配偶		文化程度			慢性病	退休前职业		个人月收入	
		男	女	65~岁	75~岁	85~93岁	有	无	文盲	小学	初中及以上		脑力工作	体力工作	<2000元	≥2000元
对照组	47	20	27	26	16	5	29	18	8	16	23	42	12	35	37	10
干预组	52	22	30	29	20	3	31	21	6	22	24	45	17	35	33	19
χ ² /Z		0.001		0.250			0.045		0.046			0.185	0.611		2.776	
P		0.980		0.803			0.832		0.963			0.667	0.434		0.096	

1.2 方法

1.2.1 干预方法

对照组给予常规的基础护理、心理护理、运动指导与健康宣教(老年抑郁的发病原因、影响因素、临床症状、预防措施等),干预组在对照组基础上接受基于无望自尊理论的干预,包括接受归因训练和自尊训练,具体如下。

1.2.1.1 成立干预小组 包括山西中医药大学老年护理专业教授 1 名、心理护理专业副教授 1 名及老年护理专业硕士研究生 5 名,山西医科大学第一医院老年科副主任护师 1 名、精神卫生科主管护师 1 名。其中老年护理专业教授负责干预方案的制定,并在第 1 个月进行 4 次健康讲座,就干预过程中的注意事项及干预方法对干预小组其他成员及参与研究的养老院护理人员进行统一培训指导,其余 8 人负责干预

方案的具体实施。

1.2.1.2 制定干预方案 查阅老年抑郁症状的影响因素及护理干预相关文献,基于无望自尊理论以归因训练、自尊训练为重点,围绕护理干预项目、干预时间、干预方式及干预内容初步拟定无望自尊理论护理干预方案。通过 8 名专家(大学 3 名老年护理学教授及 1 名应用心理学教授,三甲医院 2 名精神卫生科主管护师、1 名老年科副主任护师、1 名老年科主治医师)两次专题讨论后确定干预方案,见表 2。

1.2.1.3 实施干预 依托养老机构的照护模式,将干预小组分 8 组对研究对象实施整体护理,责任分包,基础护理由机构护士实施,运动指导、健康宣教、疾病相关知识宣教、基于无望自尊理论的干预方案等由干预小组实施。

表 2 基于无望自尊理论的干预方案

项目	干预时间	内 容	干预方式
疾病相关知识	第 1~2 周,1 次/周,30 min/次	老年抑郁的概念、症状表现、易感人群、易感因素、预防及护理方法	健康讲座,发放宣传资料
无望自尊理论知识	第 3~4 周,1 次/周,30 min/次	归因方式、自尊的概念及其对老年抑郁的影响的相关知识	健康讲座
饮食指导	第 5 周,周三,30 min	针对老年人常见疾病的饮食注意事项进行指导	健康讲座,发放宣传资料
运动养生	第 2 周,周五,40 min	八段锦	真人演示,视频播放,发放图片资料
归因训练	第 6~16 周,1 次/周,周三/周五,90 min/次	集中讲述归因方式的概念、特点和其对老年抑郁的影响,使老年人了解何种归因方式为积极归因方式;集体分析讨论干预对象对不同性质事件的归因方式,强化其积极归因方式,矫正其消极归因方式。回顾生命中有意义、有价值的往事,分享给团体成员。研究者适时鼓励、引导老年人分享成功经验,将其记录在日记中,以帮助老年人恢复自信、肯定自我价值。告知老年人抑郁症状是可以消除的,鼓励干预对象间互通往来、互帮互助,向同伴或研究者倾诉不佳心情;对于丧偶或独居老年人,研究者提供上门心理交谈	健康讲座,案例分析,上门指导、发放学习资料
娱乐活动	第 9、13 周各 1 次,30 min/次	才艺展示,棋艺切磋,成语接龙,观影等	团体表演,有奖比赛
总结致谢	第 17 周,约 50 min	致谢各位老年朋友,赠送纪念品	大会议室进行

1.2.2 评价方法 分别在干预前及干预第 17 周时评估两组的抑郁症状严重程度及自尊水平。①抑郁症状采用 GDS-30^[9]测量。该量表对老年抑郁症状的识别度较高,共 30 个条目,以“是”或“否”作答,得分 0~30 分,得分越高抑郁程度越重。其 Cronbach's α

系数为 0.92,20 d 重测相关系数为 0.73^[10]。②自尊水平采用 Rosenberg 自尊量表(RSES)^[9]测量。该量表共 10 个条目,采用 Likert 4 级评分法,总分 10~40 分,得分越高自尊水平越高。量表 Cronbach's α 系数为 0.783,重测相关系数为 0.72^[9]。

1.2.3 统计学方法 采用 SPSS19.0 软件进行 χ^2 检验、秩和检验及 t 检验,检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

两组干预前后抑郁症状及自尊水平比较,见表 3。

表 3 两组干预前后抑郁症状及自尊水平比较

分, $\bar{x} \pm s$				
组别	时间	人数	抑郁	自尊
对照组	干预前	47	16.20 $\pm$ 4.46	27.66 $\pm$ 3.44
	干预后	47	12.96 $\pm$ 4.24	28.82 $\pm$ 3.04
干预组	干预前	52	16.68 $\pm$ 3.79	28.00 $\pm$ 3.45
	干预后	52	9.16 $\pm$ 3.20	29.76 $\pm$ 2.24
t (两组干预前)			0.957	0.602
t (两组干预后)			-21.575**	2.012*
t (对照组干预前后)			28.748**	-1.966
t (干预组干预前后)			17.735**	-2.790**

注: * $P<0.05$, ** $P<0.01$ 。

3 讨论

无望自尊理论护理干预方案由课题组参照基于无望自尊理论提出的抑郁康复模式^[7]而研制,该康复模式经国外相关研究^[11-12]证实,对抑郁患者有较好的康复效果,尤其在正性事件发生时,经过积极的归因训练,个体更容易从抑郁中恢复。

3.1 基于无望自尊理论的护理干预可缓解老年人的抑郁症状 本研究显示,干预后,干预组 GDS-30 评分显著低于干预前($P<0.01$),表明基于无望自尊理论的护理干预有利于缓解机构老年人的抑郁症状。并且,干预组的抑郁症状缓解效果优于对照组,可能因为对照组仅接受常规护理及照顾,而干预组从改善老年人归因方式、提升自尊水平入手,帮助老年人重塑/巩固积极归因方式,使其更乐观地应对不愉快事件,避免产生抑郁症状。且采用集体教育、团体讨论分析、个体交流分析等多种方法,鼓励老年人自己解决问题,增加了语言交流及情感表达,利于老年人排解孤独、忧郁的情绪。

3.2 基于无望自尊理论的护理干预可提高老年人的自尊水平 本研究显示,干预后干预组 RSES 评分显著高于对照组,且干预组干预后的评分显著高于干预前($P<0.05$, $P<0.01$),表明基于无望自尊理论的护理干预有利于提高老年人的自尊水平。因为干预组加强了自尊训练,采用生命回顾疗法,鼓励老年人每日回顾记录一件有意义的事情,并在与团体成员分享的过程中,重建老年人以往的自豪感、成就感,提高了老年人的自我价值感;并且在干预过程中,研究人员与老年人及其护理人员经常交流沟通,比较了解老年人的情况,可以及时解决老年人的具体困难,缓解老年人的孤独感及被遗弃感,充实了老年人的机构养老

生活,满足了老年人的被关注感。

4 小结

基于无望自尊理论的护理干预在养老机构切实可行,对机构老年人的抑郁症状有明显的缓解作用,且可在一定程度上提高老年人的自尊水平。但本研究样本量较小,且按照养老机构不同分组,而养老机构的护理水平未具体衡量;本次干预时间仅 4 个月,研究结果只能说明短期干预效果。建议以后对养老机构老年人随机分组,并且观察长期干预效果。

参考文献:

[1] 李东倩. 太原市养老机构轻度认知障碍老年人中医调摄护理研究[D]. 太原:山西医科大学,2016.

[2] 李东倩,孙建萍,杨支兰. 太原市养老机构老年人轻度认知障碍影响因素[J]. 中国老年学杂志,2018,38(10):2516-2518.

[3] 王会会,王君俏,谢博钦,等. 养老机构非卧床老年人衰弱影响因素的路径分析[J]. 护理学杂志,2018,33(13):76-80.

[4] 曲成毅. 社会心理流行病学[M]. 北京:人民卫生出版社,2013:279.

[5] 支梦佳,刘智,何紫棠,等. 基于 interRAI-HC 分析居家老年人抑郁风险及影响因素[J]. 护理学杂志,2018,33(9):85-88.

[6] Metalsky G I, Joiner T E Jr, Hardin T S, et al. Depressive reactions to failure in a naturalistic setting:a test of the hopelessness and self-esteem theories of depression [J]. J Abn Psychol,1993,102(1):101-109.

[7] Needles D J, Abramson L Y. Positive life events, attributional style, and hopefulness:testing a model of recovery from depression[J]. J Abn Psychol,1990,99(2):156-165.

[8] 袁晓兰,盖万良,王璐. 归因训练对老年性抑郁症康复的疗效观察[J]. 中国健康心理学杂志,2006,14(5):526-528.

[9] 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册[M]. 增订版. 北京:中国心理卫生杂志社,1999:217-218,318-320.

[10] 何晓燕,肖水源,张德杏. 老年抑郁量表在中国农村社区老年人中的信度和效度[J]. 中国临床心理学杂志,2008,16(5):473-475.

[11] Johnson J G, Han Y S, Douglas C J, et al. Attributions for positive life events predict recovery from depression among psychiatric inpatients:an investigation of the Needles and Abramson model of recovery from depression [J]. J Consul Cli Psycho,1998,66(2):369.

[12] Voelz Z R, Haeffel G J, Joiner T E, et al. Reducing hopelessness: the interaction of enhancing and depressogenic attributional styles for positive and negative life events among youth psychiatric inpatients[J]. Behav Res Ther,2003,41(10):1183-1198.

(本文编辑 韩燕红)