

焦点解决模式在 2 型糖尿病抑郁患者中的应用^①

陈依鸽

(广西桂林市第二人民医院内分泌科, 广西 桂林 541001 E-mail:945513938@qq.com)

摘要: 糖尿病患者常伴随抑郁情绪,影响患者血糖的调节,实行有效的护理干预措施有利于病情的控制。本文综述作为心理干预的焦点解决模式应用于 2 型糖尿病抑郁患者中的研究进展。

关键词: 焦点解决模式;糖尿病,2 型;抑郁症;研究进展

中图分类号: R473.5 **文献标识码:** A **文章编号:** 1001-5817(2017)02-0149-02

doi:10.3969/j.issn.1001-5817.2017.02.023

糖尿病是慢性代谢性疾病,随着社会发展及生活方式的改变,糖尿病伴有抑郁症者也趋于上升,文献报道 60% 以上糖尿病患者伴随抑郁情绪,其中 17% 患者为重度抑郁。糖尿病患者比正常人患抑郁症可能性高,抑郁症状可直接影响糖尿病患者的血糖调节及生活质量下降^[1-2]。焦点解决模式治疗最初用于临床上心理疏导、心理咨询和治疗,已在临床护理领域上应用^[3]。现将焦点解决模式的概念、有效性和实用性、在临床应用的可行性、实施及效果等方面综述如下:

1 焦点解决模式的概念

焦点解决模式是一种以个体为主的模式,是调动其自身资源和潜能的积极心理治疗模式^[4],通过访谈、干预、反馈等环节,达到认知—行为治疗的目的^[5]。在临床护理中,重点提升患者的康复感和幸福感,帮助病人利用自身资源构建治疗及保健方案,忽视影响健康的“问题”,最终达到恢复健康的平衡^[4,6]。焦点解决模式就是以“解决导向”的,重点是注重解决问题,而不在于纠结问题的发生原因,通过访谈等帮助病人发现治疗经验,尽快找到解决问题的方法。

2 焦点解决模式的有效性和实用性

与传统模式相比较,焦点解决模式是一种更为积极的尊重病人,帮助患者寻找建设性的解决方案的干预模式^[3]。它利用病人自身资源,通过赞赏、鼓舞、寻找例外等方法,让病人更有信心,能主动地配合治疗。传统的对糖尿病抑郁患者的健康教育方式,注重让患者掌握一部分与疾病相关的知识,但对患者主观能动的遵医嘱行为教育不足,影响了治疗的效果。焦点解决模式充分发挥以解决问题为导向的优势,结合病人自身资源,通过反馈、评价等环节,制定出符合病人个体、有可操作性的治疗方案,有助于增强病人自信心,积极参与治疗,从而控制血糖,降低血脂、血压等,减

少并发症的发生,其有效性和实用性是明确的^[7]。

3 焦点解决模式在临床应用的可行性

近年来,糖尿病伴有抑郁症的患者数量呈上升趋势,不良情绪影响了患者血糖控制及治疗效果^[8]。健康教育是糖尿病治疗的一部分,也是一种治疗手段^[9]。焦点解决模式能改善抑郁情绪,进而提高患者生活质量,不增加医院额外支出,不增加患者医疗费用,缩短住院时间。对 2 型糖尿病患者采用常规健康教育和焦点解决模式的健康教育的对比分析表明,焦点解决模式的健康教育能使糖尿病患者自我管理能力的提高^[10],可改善临床指标,增强其治疗依从性和自护能力^[11-13]。焦点解决模式的应用,能调动糖尿病患者对治疗的主动性,缓解患者不良情绪,减少护理工作量^[14],能增强患者自我护理行为,改善抑郁情况^[15]。同时也能使其他疾病如全髋关节置换术后的老年病人的依从性提高,功能的康复^[16],改善颈椎病患者抑郁情绪,提高生活质量等^[17]。

4 焦点解决模式在糖尿病抑郁患者中的实施与效果

焦点解决模式由医院专科医护人员、患者及家属共同实施完成。5 个具体步骤如下:①描述问题:通过询问患者的期望,帮助患者了解自己遇到的问题。引导病人认识并利用自己的积极正向面,增强自信心,消除或改善抑郁情绪,与其共同制定适合的治疗方案并积极主动配合。②构建目标:协助病人建立改正的目标,鼓励患者由容易做到的小改变开始做起。③探查例外:通过例外晤谈,与患者一起继续讨论,这些问题曾经被偶然解决时的状况。采用刻度化提问帮助患者意识到已经发生的改变或者下一步准备发生的改变。④实施反馈:采用应对关系提问帮助患者意识到自己的各种优势、应对资源。责任护士通过及时的反馈,帮

① 基金项目:2014 年广西卫生厅科技研究项目(Z2014265)

助患者意识到自己用过的有用的应对措施,使患者自己保持积极有效的行动。帮助患者建立良好的家庭关系,鼓励患者在出现困难时,主动与家人交流,家庭成员间彼此劝慰,充分利用自身和家庭的资源与优势,共度困境。引导患者深入了解自身的优势和资源,可以帮助患者保持自尊促进自我效能。⑤评价进步:根据之前刻度化提问设置的目标,责任护士与患者一同评价目标的达成情况。

焦点解决模式能改善护患关系,增强医患沟通^[18-19],但在短期内并不能使干预对象已经相对稳定的特质发生改变^[20]。应用过程中,应注意访谈、询问的技巧^[21],因人而异,共同制定出可依从的治疗方案,自觉主动做好遵医行为,提高治疗效果。

5 焦点解决模式的前景

焦点解决模式通过培养病人的应对和适应能力,增强患者的自信,增强了医患沟通,在糖尿病抑郁患者的应用已取得较好的临床效果,也应用在其他疾病的护理领域。但也存在如何对实施过程进行有效的监测、近期与远期效果评价等问题。

参考文献:

- [1] 霍晓玲,司瑞.对老年2型糖尿病并发抑郁症患者进行心理干预的效果观察[J].中国疗养医学,2012,21(1):27-28.
- [2] 袁勇贵.抑郁症和糖尿病的相关性研究[J].临床精神医学杂志,2004,14(6):371-372.
- [3] 骆宏,叶志弘,王菊香.聚焦解决模式在临床护理中的应用[J].中华护理杂志,2007,42(6):568-570.
- [4] 李煜,陈支援,刘红联,等.焦点解决咨询理论与心理干预模式[J].临床心身疾病杂志,2009,15(1):90-92.
- [5] Bakker JM, Bannink FEP, Macdonald A. Solution-focused psychiatry[J]. Psychiatrist,2010,34(7):297-300.
- [6] 许维素.焦点解决短期心理治疗的应用[M].北京:世界图书出版公司北京分公司,2009:1-10.
- [7] Viner RM, Christie D, Taylor V, et al. Motivational/solution-focused intervention improves HbA1c in adolescents with Type 1 diabetes: a pilot study [J]. Diabet Med,2003,20(9):739-742.
- [8] Mosaku K, Kolawole B, Mume C, et al. Depression anxiety and quality of life among diabetic patients: a comparative study [J]. Journal of the National Medical Association,2008,100(1):73-78.
- [9] Kahn CR, Weir GC, King GL,等. Joslin 糖尿病学[M]. 14版.潘长玉,译.北京:人民卫生出版社,2007:614-625.
- [10] 武晶晶,何红,张晓义,等.聚焦解决模式在2型糖尿病患者自我管理中的应用[J].护理研究:中旬版,2014,28(9):3251-3253.
- [11] 张文杰,许勤,郭红梅,等.聚焦解决模式在2型糖尿病合并非酒精性脂肪肝患者随访管理中的应用[J].中华护理杂志,2011,46(3):237-240.
- [12] 崔雨,柯宗平,马利,等.焦点解决模式在2型糖尿病患者健康教育中的应用[J].解放军护理杂志,2008,25(8B):20-22.
- [13] 何红,武晶晶,张晓义,等.聚焦解决模式对2型糖尿病患者代谢指标的影响研究[J].中国全科医学,2014,17(35):4205-4208.
- [14] 李宗英.聚焦解决模式在老年2型糖尿病患者中的应用和价值[J].中国医药导报,2012,9(8):156-157.
- [15] 陶小红,时维东.应用聚焦解决模式干预2型糖尿病合并抑郁的效果研究[J].现代医药卫生,2014,30(19):2897-2899.
- [16] 典慧娟,杨莘,穆红.聚焦解决模式在提高老年人全髋关节置换术后生活质量中的应用[J].护理管理杂志,2014,14(2):131-132.
- [17] 李莉,金昌德,孙丽楠,等.焦点解决模式对颈椎病患者抑郁和生活质量的影响[J].护理学杂志,2012,27(4):70-72.
- [18] Hosany Z, Wellman N, Lowe T. Fostering a culture of engagement: a pilot study of the outcomes of training mental health nurses working in two UK acute admission units in brief solution-focused therapy techniques[J]. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing,2007,14(7):688-695.
- [19] Stevenson C, Jackson S, Barker P. Finding solutions through empowerment: a preliminary study of a solution-orientated approach to nursing in acute psychiatric settings[J]. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing,2003,10(6):688-696.
- [20] 徐鑫芬,骆宏,邵芳,等.聚焦解决模式在护士长沟通能力训练中的应用[J].中华护理杂志,2010,45(7):650-652.
- [21] 魏源.浸润后现代精神的心理治疗模式——焦点解决短期疗法述评[J].医学与哲学,2004,25(4):34-35.

收稿日期:2017-03-13