

从人文关怀视角探讨鼻内窥镜检查中的心理护理策略

丁伶俐 谢慧*

成都中医药大学附属医院(四川省中医院)耳鼻喉科 四川省成都市 610000

摘要: 在鼻内窥镜检查领域,人文关怀视角下的心理护理成为优化患者就医体验、提升检查效果的关键因素。鼻内窥镜检查作为诊断鼻部疾病的重要手段,虽具有较高临床价值,但患者往往因对检查过程的陌生、担忧检查疼痛及结果的不确定性,易产生焦虑、恐惧等负面心理。从人文关怀视角实施心理护理,涵盖检查前的详细告知与心理疏导,通过耐心讲解检查流程、注意事项及安全性,缓解患者紧张情绪;检查中的陪伴与安抚,护理人员以温和语言、关切态度给予患者情感支持,减轻其生理不适;检查后的结果解释与心理调适,帮助患者正确理解检查结果,针对可能出现的不良情绪及时干预。心理护理在鼻内窥镜检查中的有效运用,不仅能提升患者的心理舒适度,增强其配合度,更彰显了医疗服务的人文精神,对提高医疗质量、构建和谐医患关系意义深远。

关键词: 人文关怀视角;鼻内窥镜检查;心理护理

鼻内窥镜检查是耳鼻喉科重要的侵入性检查手段,借助硬性或柔性内窥镜深入鼻腔、鼻咽部,用以观察鼻腔及鼻窦结构与病变^[1]。虽微创且准确度高,却易给患者带来不适。因患者对该检查专业性认知匮乏,又不确定自身疾病性质,检查时往往产生恐惧、焦虑等负面情绪。这不仅干扰检查顺利开展,降低结果准确性,还可能加剧医患矛盾。人文关怀秉持“以人为本”理念,全方位关心、尊重患者,保护其权益与隐私,满足个性化需求,营造安全舒适就医环境,利于构建和谐医患关系,促使患者积极配合检查与治疗^[2]。本文基于人文关怀视角,着重探讨在鼻内窥镜检查中,如何运用健康教育和心理护理策略,改善患者检查体验,缓解负面情绪,保障检查顺利进行,进而提高患者对检查的接受度与依从性,提升医疗服务质量与效果。

1. 鼻内窥镜检查前准备

鼻内窥镜检查前,医护人员要全方位把控患者健康情况。评估患者耐受程度,确定适应症、禁忌症,询问药物过敏史(重点是麻醉药反应),了解急性上呼吸道感染、高血压、心脏病、哮喘、血液系统疾病等慢性病。还要评估出血倾向及精神、意识状态,保障检查安全有效。患者检查前可正常饮食,避免因饥饿、低血糖致不适,降低紧张感,提升检查体验。同时,医护人员要与患者及家属充分交流,讲清检查目的、必要性和注意事项,明确告知有创及潜在风险,指导阅读并签署知情同意书,确保检查合法合规,保障患者权益。

1.1 检查前心理护理

鼻内窥镜检查前,医护人员需主动耐心与患者沟通。告知检查无需空腹,但要避免过饱及食用刺激性食物,强调现代内窥镜技术成熟,规范操作下风险极低。对于患者疑问,要细致解答,纠正错误认知,用通俗语言解释检查时的酸胀感,帮助患者正确认识检查。同时,用直白语言介绍检查目的与流程,消除患者对检查过程的恐惧,营造安静舒适环境,助力患者以平和放松心态配合检查,为检查顺利开展奠定心理基础。

1.2 检查中心理护理:

鼻内窥镜检查时,医护人员会先帮患者调整至舒适体位,提前告知因鼻腔个体差异,会有鼻腔胀满、轻微疼痛,让患者做好心理准备。若条件允许,准许家属陪同给予精神支持。操作中,医护人员动作精准轻柔,减少刺激。若患者出现恶心、呕吐,会及时言语鼓励,如“再坚持一下,马上就结束,您配合得很好”,强化患者配合检查的决心。同时密切监测生命体征,发现异常立即通知医生。关注患者情绪,烦躁抗拒时及时安抚、调整操作,允许疼痛阈值低的患者示意暂停,让患者充分感受到尊重与关怀,保障检查顺利。

2. 鼻内窥镜检查后的健康指导

2.1 注意事项 检查结束后的1小时内,患者切勿进食、饮水。鼻内窥镜检查会使鼻腔黏膜轻微肿胀,短暂影响咽喉吞

咽功能。此时进食、饮水极易引发误吸,严重时可导致呛咳、肺部感染等不良后果,危及患者健康。

2.2 不良反应

检查后,患者可能出现鼻腔疼痛、黏膜出血、鼻咽部不适、涕中或痰中带血丝等症状,这多属正常生理反应。鼻腔疼痛因内镜刺激鼻腔黏膜神经末梢,黏膜出血、涕中/痰中带血丝是黏膜受损所致,鼻咽部不适则由器械刺激引发。一般这些症状会很快减轻,不必惊慌。同时,需向患者及家属详细说明注意事项,如勿用力擤鼻、挖鼻,以免再次出血;注意休息,少剧烈活动,助力黏膜修复。若出血量大、疼痛难忍等异常,要及时告知医护人员。

3. 鼻内窥镜检查中患者的心理状态分析

3.1 患者对鼻内窥镜检查的恐惧和焦虑 鼻内窥镜检查作为一种侵入性操作,常常引起患者的心理不适。患者对检查过程缺乏了解,对疼痛的担忧以及对潜在疾病诊断的恐惧而产生焦虑和紧张情绪。尽管使用局部麻醉,患者仍可能担心检查过程中的不适。这种情绪不仅影响患者的合作度,还可能增加检查过程中的不适感,甚至导致生理反应,如血压升高和心率加快、呼吸困难,严重者出现晕车反射^[3]。

3.2 患者的心理需求和期望 在鼻内窥镜检查中,患者的心理需求主要包括安全感、被尊重和信息的需求。患者期望得到医生的同情和理解,希望医生能够耐心解释检查的必要性和过程,以及可能的结果和后续治疗方案,且其隐私和个人空间得到尊重。

3.3 患者心理状态对检查结果的影响 患者的心理状态对鼻内窥镜检查效果有着不可忽视的影响。当患者处于高度焦虑与紧张情绪之中时,其身体肌肉会不自觉地紧绷,这使得内窥镜插入和操作更加困难,不利于检查的顺利进行。此外,焦虑情绪还会引发一系列生理反应,比如鼻腔黏膜充血肿胀。这种充血现象可能会掩盖真实的病理变化,从而干扰医生的观察与判断,影响诊断的准确性。

4. 人文关怀在心理护理中的重要性

4.1 人文关怀的定义 人文关怀是一种深层次的关怀理念,它强调对个体的尊重、理解和照顾。人文关怀是护理的本质和核心之一^[4]。人文关怀护理是一种基于尊重和关爱的护理模式,旨在提供身心康复的医疗服务,它关注患者的社会、心理和情感需求,尊重患者的权益,并帮助患者积极面对病痛和康复过程^[5]。

4.2 人文关怀在医疗实践中的价值 人文关怀在医疗实践中的价值体现在多个方面。首先,它能够缓解医患矛盾,促进医患关系和谐。人文关怀强调医患之间的沟通与共情。医护人员站在患者角度考虑问题,尊重患者隐私与意愿,能够有效避免医患矛盾。其次,人文关怀通关注患者情感需求,给予精神上的支持和帮助。此外,医学人文关怀提升行动方案(2024-2027年)强调了医学人文精神是人文精神在医疗领域的具体体现,实现对人的关心、爱护和尊重,可以改善患者就医体验,提升患者治疗依从性^[6]。

5. 鼻内窥镜检查中的心理护理策略

5.1 建立信任关系:医患沟通技巧 医患关系是指在医疗过程中,医务人员与患者之间形成的一种特定的治疗性互动关系,它是医疗人际关系中的关键组成部分^[7]。有效的沟通技巧可以帮助医护人员与患者建立起信任关系,倾听患者的需求和担忧,让患者感到被理解和尊重。使用通俗易懂的语言,突出重点内容,同时保持温和、耐心的语气来传达关心和支持,从而减少患者的焦虑和恐惧。

5.2 信息透明化:检查流程和预期结果的沟通 为患者提供方便、快捷的就诊流程,详细解释检查的每一个步骤,包括可能的不适和应对措施,增强患者的认知程度,提高其对检查的接受度和配合意愿。对患者的疑问,提供清晰、准确的答案,确保患者真正理解所传达的信息,对于患者的担忧和误解要及时纠正和安抚。

5.3 情绪支持:应对患者恐惧和焦虑的方法 医护人员应具备敏锐的观察力和良好的沟通能力,识别患者的情绪状态,教授患者深呼吸、渐进性肌肉放松技巧,并可通过与患者交谈来转移其注意力。除语言交流外,非语言的治疗性触摸方式,如轻拍肩膀、握手护理等^[8],也能传递温暖与关怀,增强患者的安全感和信任感。必要时,提供心理指导和干预。

5.4 环境优化:创造舒适的检查环境 一个舒适的检查环境可以减少患者的紧张感,调整室内温度和光线,保持检查室的清洁、安静和温馨。让患者在相对私密的空间内接受检查,减轻心理负担,确保患者的隐私得到尊重和保护,增强对医护人员的信任感。

5.5 个性化护理:根据患者需求定制护理计划 评估患者的情绪状态和需求,根据患者的反馈和在检查进程中呈现出的各类变化情况,灵活且适时地对护理计划进行优化调整,

从而为患者独特情况制定个性化护理方案^[9],最大程度地满足患者身心需求,以提高护理的有效性和患者的满意度。此外,还可以建立患者心理档案,记录患者在检查前、中、后的心理状态及应对方式。有助于医护人员更好地了解患者个体差异,为后续类似患者提供更精准、个性化的心理护理方案。

6. 心理护理策略的实践建议

6.1 设立患者反馈机制 建立一个全面的患者反馈机制,我们鼓励患者在完成鼻内窥镜检查后,对所接受的心理护理服务进行真实反馈,提出自身的意见和建议。根据这些反馈意见,深入分析现有心理护理策略的不足之处,并针对性地进行精准优化,以此形成一个持续改进的闭环管理流程。通过这一机制,我们能够更精确地满足患者的心理需求,将人文关怀的理念和实践深入融入到鼻内窥镜检查的每一个细节中。

6.2 定期开展经验交流研讨会 为提升医护人员人文关怀与心理护理素养,需定期开展培训课程和经验交流研讨会。培训借助案例分析、情景模拟等互动学习方式,增强医护对患者心理的洞察能力,提升实操技能。促使医护灵活高效运用心理护理策略,改善患者就医体验,融洽医患关系,为患者提供更优质服务。

6.3 设置鼻内窥镜检查心理护理 APP 利用现代信息技术,开发鼻内窥镜检查心理护理 APP 或小程序。患者检查前能通过手机了解流程、注意事项,进行在线心理评估,医护据此制定个性化心理护理计划。检查后,患者可在 APP 获取术后护理知识、康复案例,与医护在线交流恢复问题。此模式扩展心理护理范围,强化人文关怀作用。

结语

心理护理策略在鼻内窥镜检查中发挥着关键作用。它能有效缓解患者因检查滋生的恐惧、焦虑等负面情绪,避免肌肉紧张、鼻腔黏膜充血,进而防止这些状况干扰检查操作、降低诊断准确性,有力提升检查的顺畅程度与诊断质量,全方位优化患者的检查体验。医学人文关怀是医疗服务的重要组成部分,它涵盖情感关怀、精神支持与道德引导,尊重患者权利隐私,聚焦身心健康,努力营造充满尊重、理解与支持的就医环境。在鼻内窥镜检查时,人文关怀让患者感受到温暖与重视,增进对医护的信任,促使其积极配合检查与后续治疗,对提升整体医疗服务品质意义非凡。饱含人文关怀的心

理护理策略,在鼻内窥镜检查中切实减轻患者身心负担,还为后续治疗筑牢医患沟通桥梁,助力患者从被动受检转为主动参与治疗,增强对疾病的认知与应对能力,最终提升治疗效果,加快康复进程。

在医疗服务不断进步的今天,重视心理护理和人文关怀不仅是医疗事业人性化发展的重要标志,也是医院提升综合实力、实现可持续发展的关键。通过提高医疗服务质量、强化医疗专业技能、推动医疗创新以及构建和谐医患关系。唯有如此,医疗事业才能在持续发展的道路上,真正履行服务人类健康的根本使命,让每一位患者都能在就医过程中感受到关怀与尊重,实现身心的共同康复与安宁。

参考文献:

[1] Pownell PH, Minoli JJ, Rohrich RJ. Diagnostic nasal endoscopy. *Plast Reconstr Surg*. 1997;99(5):1451-1458.

[2] Wu HL, Volker DL. Humanistic Nursing Theory: application to hospice and palliative care. *J Adv Nurs*. 2012;68(2):471-479.

[3] Betlejewski S, Betlejewski A, Burduk D, Owczarek A. Odruch nosowo-sercowy [Nasal-cardiac reflex]. *Otolaryngol Pol*. 2003;57(5):613-618.

[4] Liu Y, Wu X, Timmins F. Strengthening actions for caring as a core component of nursing in the People's Republic of China. *J Nurs Manag*. 2019;27(8):1577-1579.

[5] Taghinezhad F, Mohammadi E, Khademi M, Kazemnejad A. Humanistic Care in Nursing: Concept Analysis Using Rodgers' Evolutionary Approach. *Iran J Nurs Midwifery Res*. 2022;27(2):83-91.

[6] 李娜. 医学人文关怀提升行动方案(2024—2027年) 印发[J]. *中医药管理杂志*, 2024,32(19):154. DOI:10.16690/j.cnki.1007-9203.2024.19.098.

[7] 李梁悦, 翟方明, 刘海兰, 等. 医患信任关系的构建: 一项社会心理学分析[J]. *医学与哲学*, 2021,42(04):57-63

[8] 沈逸潇, 季萍萍, 刘新义, 奚凯雯, 甘露, 方琼. 握手护理在情绪支持中的应用研究进展[J]. *现代临床护理*, 2021,20(12):59-63.

[9] 高建华. 个性化护理模式在耳鼻喉科护理工作中的应用[J]. *中国继续医学教育*, 2017,9(21):227-228.