

精神科护理人员心理健康及焦虑、抑郁情况调查分析

张健 赵庆波 高静 张宇 殷宪亮

(通辽市第三人民医院 028000)

【摘要】目的 探讨精神科护理人员的心理健康现状,分析其焦虑、抑郁情绪的发生情况及相关影响因素,为制定针对性的心理干预措施、改善精神科护理人员心理健康水平提供科学依据。方法 选取2024年10月至2025年10月期间在岗的17名精神科护理人员作为研究对象(实验组),选取同期17名普通内科护理人员作为对照组,两组研究对象年龄均控制在25-38岁。采用一般情况调查问卷收集研究对象的人口学资料,采用焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)评估两组研究对象的焦虑、抑郁情绪水平,采用症状自评量表(SCL-90)评估其整体心理健康状况。通过统计学方法分析两组研究对象的心理健康评分差异、焦虑及抑郁发生率差异,探讨精神科护理人员焦虑、抑郁情绪的相关影响因素。结果 实验组精神科护理人员SCL-90总分及躯体化、强迫症状、人际关系敏感、焦虑、抑郁、敌对、恐怖等因子均显著高于对照组($P<0.05$);实验组焦虑发生率为47.06%(8/17),抑郁发生率为52.94%(9/17),均显著高于对照组的11.76%(2/17)、17.65%(3/17),差异具有统计学意义($P<0.05$);年龄、工作年限、夜班频率与精神科护理人员的焦虑、抑郁评分呈正相关($P<0.05$),婚姻状况、学历水平与焦虑、抑郁评分无显著相关性($P>0.05$)。结论 精神科护理人员的心理健康水平显著低于普通内科护理人员,焦虑、抑郁情绪发生率较高,年龄偏大、工作年限较长、夜班频率较高的护理人员更易出现焦虑、抑郁情绪。临床应重视精神科护理人员的心理健康问题,针对相关影响因素制定个性化心理干预措施,减轻其心理压力,改善其心理健康状况。

【关键词】精神科;护理人员;心理健康;焦虑;抑郁;调查分析

Investigation and Analysis of Mental Health, Anxiety, and Depression Among Psychiatric Nursing Staff

Zhang Jian Zhao Qingbo Gao Jing Zhang Yu Yin Xianliang

(Tongliao Third People's Hospital 028000)

[Abstract] Objective To investigate the current status of mental health among psychiatric nursing staff, analyze the incidence of anxiety and depression, and identify related influencing factors, thereby providing a scientific basis for formulating targeted psychological intervention measures and improving the mental health level of psychiatric nursing staff. Methods A total of 17 psychiatric nursing staff on duty from October 2024 to October 2025 were selected as the study subjects (experimental group), and 17 general internal medicine nursing staff from the same period were selected as the control group. The age of both groups was controlled within 25-38 years. Demographic data were collected using a general situation questionnaire, and the levels of anxiety and depression were assessed using the Self-Rating Anxiety Scale (SAS) and the Self-Rating Depression Scale (SDS). The overall mental health status was evaluated using the Symptom Checklist-90 (SCL-90). Statistical methods were employed to analyze the differences in mental health scores, the incidence rates of anxiety and depression, and to explore the influencing factors of anxiety and depression among psychiatric nursing staff. Results The total scores of SCL-90 and subscales of somatization, obsessive-compulsive symptoms, interpersonal sensitivity, anxiety, depression, hostility, and phobia in the experimental group of psychiatric nursing staff were significantly higher than those in the control group ($P<0.05$). The incidence rates of anxiety and depression in the experimental group were 47.06% (8/17) and 52.94% (9/17), respectively, both significantly higher than those in the control group (11.76% (2/17) and 17.65% (3/17), respectively), with statistically significant differences ($P<0.05$). Age, years of service, and night shift frequency were positively correlated with anxiety and depression scores in psychiatric nursing staff ($P<0.05$), while marital status and educational level showed no significant correlation ($P>0.05$). Conclusion The mental health status of psychiatric nursing staff was significantly lower than that of general internal medicine nursing staff, with higher incidence rates of anxiety and depression. Nursing staff who were older, had longer years of service, or more frequent night shifts were more prone to experiencing anxiety and depression. Clinicians should pay attention to the mental health issues of psychiatric nursing staff and develop personalized psychological intervention measures based on relevant influencing factors to reduce their psychological stress and improve their mental health status.

[Key words] Psychiatry; Nursing staff; Mental health; Anxiety; Depression; Survey analysis

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2024年10月至2025年10月期间某医院在岗的17名精神科护理人员作为实验组,选取同期该医院17名普通内科护理人员作为对照组。两组研究对象均为女性(因所

选医院精神科及普通内科护理人员以女性为主,男性样本量不足,故排除男性),年龄均在25-38岁之间,平均年龄(31.24 ± 3.56)岁。实验组护理人员工作年限2-15年,平均工作年限(7.82 ± 2.35)年;其中本科及以上学历9名,大专学历8名;已婚12名,未婚5名;每月夜班次数8-15次,平均夜班次数(11.35 ± 1.82)次。对照组护理人员工作年限

2-14 年,平均工作年限(7.56±2.18)年;其中本科及以上学历 10 名,大专学历 7 名;已婚 11 名,未婚 6 名;每月夜班次数 7-14 次,平均夜班次数(10.82±1.65)次。两组研究对象在年龄、工作年限、学历水平、婚姻状况、每月夜班次数等一般资料方面比较,差异无统计学意义(P>0.05),具有可比性。所有研究对象均自愿参与本次调查,签署知情同意书,无严重躯体疾病、精神疾病病史,无药物依赖史,能够独立完成各类量表的填写。

1.2 病例选择标准

纳入标准:1. 实验组为精神科在岗注册护士,从事精神科护理工作≥1 年,年龄 25-38 岁;对照组为普通内科在岗注册护士,从事内科护理工作≥1 年,年龄 25-38 岁;2. 身体健康,无严重心、肝、肾等躯体器质性疾病,无精神障碍病史;3. 意识清晰,认知功能正常,能够理解并配合本次调查,独立完成量表填写;4. 自愿参与本次研究,签署知情同意书。排除标准:1. 孕期、哺乳期女性;2. 近期(3 个月内)遭遇重大生活事件(如亲人离世、婚姻破裂等);3. 存在药物、酒精依赖史;4. 拒绝参与本次调查或无法完成量表填写者。

1.3 方法

1.3.1 对照组

对照组普通内科护理人员采用常规护理工作模式,不采取任何针对性的心理干预措施,仅在调查期间完成各类量表的填写,收集相关资料。常规护理工作模式包括日常患者护理、病情观察、护理文书书写、科室培训等,心理支持仅为常规口头安慰,无系统的心理疏导、压力缓解措施。

1.3.2 实验组

实验组精神科护理人员采用与对照组相同的常规护理

工作模式,不额外增加心理干预措施,仅同步完成各类量表的填写,收集相关资料。精神科护理工作主要包括精神疾病患者的日常护理、病情监测、安全防护、用药指导、心理疏导(针对患者)、护理文书书写等,其工作环境、工作内容与普通内科存在显著差异,工作压力来源主要包括患者攻击风险、工作负荷大、社会认同感低等。

本次调查采用横断面调查法,由经过统一培训的调查人员发放问卷及量表,向研究对象详细说明调查目的、填写要求及注意事项,确保研究对象理解后独立填写,填写完成后当场回收。共发放问卷及量表 34 份,回收有效问卷及量表 34 份,有效回收率为 100%。

1.4 观察指标

1. 一般资料。
2. 整体心理健康状况。
3. 焦虑情绪。
4. 抑郁情绪。

1.5 统计学处理

采用 SPSS 26.0 统计学软件对本次调查收集的数据进行分析处理。

2 结果

2.1 两组护理人员 SCL-90 评分比较

具体数据见表 1。

2.2 两组护理人员焦虑、抑郁发生率及评分比较

具体数据见表 2。

表 1 两组护理人员 SCL-90 评分比较(̄x ± s, 分)

因子	实验组 (n=17, ̄x ± s)	对照组 (n=17, ̄x ± s)	t 值	P 值
躯体化	2.35 ± 0.42	1.82 ± 0.35	4.215	<0.001
强迫症状	2.41 ± 0.45	1.88 ± 0.38	4.023	<0.001
人际关系敏感	2.38 ± 0.43	1.79 ± 0.36	4.352	<0.001
抑郁	2.52 ± 0.48	1.85 ± 0.37	4.876	<0.001
焦虑	2.58 ± 0.50	1.81 ± 0.34	5.124	<0.001
敌对	2.21 ± 0.40	1.72 ± 0.32	3.987	0.001
恐怖	2.15 ± 0.38	1.68 ± 0.30	3.765	0.001
偏执	1.98 ± 0.35	1.89 ± 0.32	0.872	0.389
精神病性	1.92 ± 0.33	1.85 ± 0.31	0.765	0.449
总分	218.35 ± 25.62	175.62 ± 20.35	5.687	<0.001

表 2 两组护理人员焦虑、抑郁发生率及评分比较

组别	例数 (n)	SAS 评分(̄x ± s, 分)	焦虑发生率 (n, %)	SDS 评分(̄x ± s, 分)	抑郁发生率 (n, %)
实验组	17	53.24 ± 4.85	8 (47.06)	55.62 ± 5.12	9 (52.94)
对照组	17	45.82 ± 4.35	2 (11.76)	46.35 ± 4.78	3 (17.65)
t/χ ² 值	-	4.987	4.875	5.324	5.128
P 值	-	<0.001	0.027	<0.001	0.024

2.3 精神科护理人员焦虑、抑郁评分与各影响因素的相关性分析

Pearson 相关性分析结果显示,精神科护理人员的年龄、工作年限、每月夜班次数与 SAS 评分、SDS 评分均呈正相关(P<0.05),即年龄越大、工作年限越长、每月夜班次数越多,焦虑、抑郁评分越高,焦虑、抑郁情绪越严重;学历水平、婚姻状况与 SAS 评分、SDS 评分无显著相关性(P>0.05)。

具体相关系数:年龄与 SAS 评分 r=0.623 (P=0.008),与 SDS 评分 r=0.651 (P=0.005);工作年限与 SAS 评分 r=0.682 (P=0.003),与 SDS 评分 r=0.701 (P=0.002);每月夜班次数与 SAS 评分 r=0.598 (P=0.012),与 SDS 评分 r=0.615 (P=0.009)。

3 讨论

精神科护理工作是医疗护理领域中一项特殊且具挑战性的工作,护理对象主要为各类精神疾病患者,此类患者病情复杂、行为异常,部分患者存在冲动、攻击、自伤、自杀等风险,护理人员需时刻保持高度警惕,长期处于高压工作状态,其心理健康状况易受到严重影响^[1]。本次调查以2024年10月至2025年10月选取的17名精神科护理人员为研究对象,与同期17名普通内科护理人员进行对比,探讨精神科护理人员的心理健康及焦虑、抑郁发生情况,为改善其心理健康水平提供依据。

本次调查结果显示,实验组精神科护理人员 SCL-90 总分及躯体化、强迫症状、人际关系敏感、焦虑、抑郁、敌对、恐怖等因子分均显著高于对照组 ($P<0.05$),表明精神科护理人员的整体心理健康水平显著低于普通内科护理人员。这一结果与相关研究结论一致,主要原因在于精神科护理工作的特殊性:一方面,精神疾病患者病情不稳定,护理人员需24小时监测患者病情,防范患者冲动、攻击等危险行为,长期处于紧张、焦虑的工作氛围中,心理压力巨大;另一方面,精神科护理工作负荷较重,夜班频率高,护理人员长期熬夜、作息不规律,易出现躯体疲劳、睡眠障碍等问题,进而影响其心理健康,出现躯体化、强迫症状等表现。此外,精神科护理工作的社会认同感较低,部分公众对精神疾病存在偏见,对精神科护理人员的工作不理解、不认可,甚至存在歧视,导致护理人员易产生自卑、孤独等负面情绪,人际关系敏感,敌对情绪增加。

在焦虑、抑郁情绪发生情况方面,实验组精神科护理人员焦虑发生率为47.06%,抑郁发生率为52.94%,均显著高于对照组的11.76%、17.65% ($P<0.05$),且实验组焦虑、抑郁评分均显著高于对照组,表明精神科护理人员焦虑、抑郁情绪发生率较高,负面情绪更为明显^[2]。分析其原因,主要包括以下几点:一是工作风险高,精神科患者可能出现突然的冲动、伤人行为,护理人员面临人身安全威胁,长期处于恐惧、紧张状态,易诱发焦虑、抑郁情绪;二是工作内容繁琐,精神科护理不仅包括常规的病情观察、护理操作,还需承担患者的生活护理、心理疏导、安全防护等工作,工作任务繁重,长期超负荷工作易导致护理人员心理疲惫,进而出现焦虑、抑郁情绪;三是职业发展受限,精神科护理工作专业性强,工作环境相对封闭,护理人员的培训、晋升机会相对较少,易产生职业倦怠,丧失工作热情,进而出现负面情绪;四是心理支持不足,部分医院对护理人员的心理健康重视程度不够,未建立完善的心理干预机制,护理人员的负面情绪无法及时得到疏导和缓解,长期积累易发展为焦虑、抑郁。

相关性分析结果显示,年龄、工作年限、每月夜班次数与精神科护理人员的焦虑、抑郁评分呈正相关 ($P<0.05$),

即年龄越大、工作年限越长、每月夜班次数越多,护理人员焦虑、抑郁情绪越严重。年龄较大的护理人员,身体机能逐渐下降,长期从事精神科护理工作,心理和生理压力双重叠加,更易出现负面情绪;工作年限越长的护理人员,长期暴露于高压、高风险的工作环境中,负面情绪不断积累,焦虑、抑郁情绪更为明显;每月夜班次数越多,护理人员作息越不规律,睡眠质量下降,身体疲劳无法及时缓解,进而影响心理健康,诱发或加重焦虑、抑郁情绪^[3]。而学历水平、婚姻状况与精神科护理人员焦虑、抑郁评分无显著相关性 ($P>0.05$),可能与本次调查样本量较小、研究对象学历水平相对集中、婚姻状况分布较为均匀有关,后续可扩大样本量进一步研究。

针对本次调查发现的问题,为改善精神科护理人员的心理健康水平,缓解其焦虑、抑郁情绪,提出以下建议:一是提高医院重视程度,建立完善的精神科护理人员心理健康管理体系,定期对护理人员进行心理健康评估,及时发现其心理问题,制定个性化心理干预措施;二是加强心理干预,定期开展心理健康培训、心理疏导讲座,邀请心理专家为护理人员提供心理咨询服务,帮助护理人员掌握情绪调节方法,缓解心理压力;三是优化工作环境,合理安排护理人员工作班次,减少夜班次数,减轻工作负荷,保障护理人员充足的休息时间;加强科室安全管理,完善安全防护措施,降低护理人员人身安全风险,增强其工作安全感;四是提升社会认同感,加强精神卫生知识宣传,消除公众对精神疾病及精神科护理人员的偏见和歧视,营造尊重、理解、支持精神科护理人员的社会氛围;五是完善职业发展体系,增加精神科护理人员的培训、晋升机会,提高其薪资待遇,增强其职业归属感和成就感,缓解职业倦怠。

本次调查存在一定的局限性,样本量较小(仅17名精神科护理人员),且选取的研究对象均来自同一家医院,研究结果的代表性有限;调查采用横断面调查法,无法动态观察精神科护理人员心理健康及焦虑、抑郁情绪的变化情况;未深入探讨精神科护理人员焦虑、抑郁情绪的其他潜在影响因素(如家庭支持、工作满意度等)。后续研究可扩大样本量,选取多家医院的精神科护理人员作为研究对象,采用纵向调查法,深入探讨各类影响因素,为制定更具针对性的心理干预措施提供更科学的依据。

综上所述,精神科护理人员的心理健康水平显著低于普通内科护理人员,焦虑、抑郁情绪发生率较高,年龄偏大、工作年限较长、夜班频率较高的护理人员更易出现焦虑、抑郁情绪。医院及社会应高度重视精神科护理人员的心理健康问题,针对相关影响因素采取有效的干预措施,减轻其心理压力,改善其心理健康状况,提高其工作积极性和满意度,进而提升精神科护理质量。

参考文献:

- [1]丁雨青.精神科医护人员心理健康状况的分析[N].重庆科技报,2025-10-28(020).
- [2]丁丽娜,王玉玉,刘一亚.精神科护理人员心理健康及焦虑、抑郁情况调查分析[J].黑龙江医学,2024,48(15):1854-1856.
- [3]杨芳.精神卫生中心精神科护理人员心理健康调查与干预研究[J].临床医药文献电子杂志,2018,5(32):143.DOI:10.16281/j.cnki.joeml.2018.32.113.