

doi: 10.3978/j.issn.2095-6959.2022.01.028

View this article at: https://dx.doi.org/10.3978/j.issn.2095-6959.2022.01.028

## 基于信息-动机-行为技巧理念的心理弹性支持及护理 在产后抑郁患者中的应用

吴静<sup>1</sup>, 冯莉<sup>1</sup>, 马丰清<sup>1</sup>, 李想<sup>2</sup>

(1. 郑州大学第一附属医院妇产科, 郑州 450000; 2. 郑州大学第一附属医院药学部, 郑州 450000)

**[摘要]** 目的: 探讨基于信息-动机-行为技巧理念(Information-Motivation-Behavioral Skills, IMB)理念的心理弹性支持及护理在产后抑郁患者中的应用效果。方法: 选择2019年2月至2020年2月在郑州大学第一附属医院接受治疗的160例产后抑郁患者, 按照随机抽签法分为研究组和对照组, 每组80例。对照组采用常规护理, 研究组采用基于IMB理念的心理弹性支持及护理。比较两组焦虑自评量表(Self-rating Anxiety Scale, SAS)、抑郁自评量表(Self-rating Depression Scale, SDS)、爱丁堡产后抑郁量表(Edinburgh Postpartum Depression Scale, EPDS)评分, 生活质量评分, 抑郁率等。结果: 两组护理前SAS、SDS、EPDS评分相比, 差异均无统计学意义( $P>0.05$ ); 护理后, 研究组SAS、SDS、EPDS评分显著低于对照组, 差异有统计学意义( $P<0.05$ ); 两组护理前个人力总分、支持力总分及心理韧性总分差异均无统计学意义( $P>0.05$ ); 护理后, 研究组个人力总分、支持力总分及心理韧性总分均显著高于对照组, 差异有统计学意义( $P<0.05$ ); 两组护理前社会功能缺陷筛选量表评分差异均无统计学意义( $P>0.05$ ); 护理后研究组社会功能缺陷筛选量表评分显著低于对照组, 差异有统计学意义( $P<0.05$ ); 研究组婴幼儿抚触技术使用率、母乳喂养率均显著高于对照组, 差异有统计学意义( $P<0.05$ ); 新生儿患病率显著低于对照组, 差异有统计学意义( $P<0.05$ )。结论: 基于IMB理念的心理弹性支持及护理能够有效缓解和控制产妇的抑郁, 提高生活质量, 降低抑郁率。

**[关键词]** 信息-动机-行为技巧理念; 心理弹性支持; 护理干预; 产后抑郁

## Application of psychological elastic support and nursing based on IMB concept in patients with postpartum depression

WU Jing<sup>1</sup>, FENG Li<sup>1</sup>, MA Fengqing<sup>1</sup>, LI Xiang<sup>2</sup>

(1. Department of Obstetrics and Gynecology, First Affiliated Hospital of Zhengzhou University, Zhengzhou 450000;

2. Department of Pharmacy, First Affiliated Hospital of Zhengzhou University, Zhengzhou 450000, China)

**Abstract** **Objective:** To study the application of psychological elastic support and nursing based on Information-Motivation-Behavioral Skills (IMB) concept in patients with postpartum depression. **Methods:** A total of 160 patients with postpartum depression who received treatment in our hospital from February 2019 to February 2020 were selected for this study. They were randomly divided into a study group and a control group with

收稿日期 (Date of reception): 2021-04-06

通信作者 (Corresponding author): 李想, Email: 156274098@qq.com

80 cases in each group. The control group was given routine nursing intervention, and the study group adopted psychological elastic support and nursing intervention based on IMB concept. The scores of Self-rating Anxiety Scale (SAS), Self-rating Depression Scale (SDS), Edinburgh Postpartum Depression Scale (EPDS), quality of life, depression rate, the score of social disability screening scale and the ability of infant care were compared between the two groups. **Results:** There was no significant difference in SAS and SDS scores between the two groups before nursing intervention ( $P>0.05$ ); after nursing intervention, SAS, SDS and EPDS scores of study group was significantly lower than that in the control group, the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ). There was no significant difference between the two groups in the total scores of manpower, support and resilience before nursing intervention ( $P>0.05$ ). The total scores of personal strength, support and resilience in the study group were higher than those in the control group, and the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ). There was no significant difference in the scores of social function defects screening scale between the two groups ( $P>0.05$ ). After nursing intervention, social disability screening scale score in the study group significantly was lower than the control group, the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ). The study group infant touch technology utilization rate and breast feeding rate were significantly higher than that of the control group, and the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ). And the neonatal morbidity (6.25%) was significantly lower than the control group (17.50%), and the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ). **Conclusion:** psychological elastic support and nursing based on IMB concept can effectively alleviate and control maternal depression, improve the quality of life and reduce the depression rate.

**Keywords** Information-Motivation-Behavioral Skills; resilience support; nursing intervention; postpartum depression

产后抑郁是属于产褥期精神综合征, 主要表现为持久的情绪低落、无精打采、困倦、易流泪和哭泣等情绪, 患者会经常感到心情郁闷, 容易发脾气, 即使中途有过短暂的好转, 但很快又会陷入抑郁, 时常会担心无法照顾好婴儿, 对身边人充满敌意, 与家人的关系不协调, 觉得生活毫无意义, 严重的甚至可能会产生自杀倾向<sup>[1-2]</sup>。临床研究<sup>[3]</sup>表明: 产后抑郁与内分泌、产科因素等有关, 发病率较高, 若未及时调整情绪, 抑郁症状可加重, 严重影响产妇的身心健康及婴儿的健康成长。以往常规的产后护理干预主要针对于产妇生理的照顾, 随着人们健康观念的转变, 对产妇的心理问题也越来越关注<sup>[4]</sup>。本研究旨在探讨基于信息-动机-行为技巧理念(Information-Motivation-Behavioral Skills, IMB)理念的心理弹性支持及护理在产后抑郁患者中的临床应用。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

选择2019年2月至2020年2月在郑州大学第一附属医院接受治疗的160例产后抑郁患者, 均符合产后抑郁的相关诊断标准。纳入标准<sup>[5]</sup>: 1)无沟通障碍; 2)患者及家属知情并签署知情同意书。排

除标准: 1)合并其余重大躯体功能障碍、恶性肿瘤等; 2)妊娠合并症; 3)患有精神疾病; 4)患有凝血功能障碍。按照抽签法分为研究组( $n=80$ )与对照组( $n=80$ ), 研究组年龄21~35( $29.03\pm 4.21$ )岁, 孕36~42( $38.42\pm 2.17$ )周, 剖宫产35例, 顺产45例; 对照组年龄22~35( $28.75\pm 4.26$ )岁, 孕36~42( $38.62\pm 2.16$ )周, 剖宫产39例, 顺产41例。本研究经郑州大学第一附属医院医学伦理委员会批准, 两组一般资料情况对比, 差异无统计学意义( $P>0.05$ )。

### 1.2 方法

对照组采用常规护理干预, 给予抗感染、指导饮食、及时更换药物、控制血糖等相关护理。

观察组采用IMB理念的心理弹性支持护理: 1)成立IMB理念工作小组, 组长由科室护士长担任, 其他组员由医护人员组成, 召开会议对产妇护理工作现状进行分析, 制订IMB理念的护理干预措施, 并对相关医护人员进行培训, 组长组织小组成员定期参加IMB理念护理技能培训, 共进行4次培训, 通过最终考核后才可参与本次护理干预。2)与产妇面对面的交流, 了解产妇的信息, 取得产妇对IMB理念护理的支持, 对收集的患者资料进行整理分析, 筛选产妇的主要护理问题。主管护士定期通过多种形式对产妇进行相关健康知

识宣讲及沟通交流, 此期间多倾听产妇及家属的建议, 及时给予相应的解释和合理的建议, 每次交流时间维持在约0.5 h, 交流前先与产妇约好, 避开护理高峰期。3)根据产妇的自身实际情况及不同时期的问题, 以动机性访谈的形式与其进行具体的访谈, 与产妇建立相互信任的关系, 积极鼓励产妇表达自己的想法, 了解产妇的心理需求及状态并给予理解, 鼓励产妇家属多与产妇沟通, 举办交流座谈会, 可与其他产妇进行交流, 讨论妊娠期的感受与分娩经历等, 通过小游戏等方式提高产妇的学习力和创造力, 指导产妇健康饮食和适宜运动, 积极调动家属与其他的社會支持, 引导产妇树立健康的积极心态。4)告知产妇家属生活护理的相关注意事项, 鼓励家属积极配合医护人员, 尽可能满足产妇的各种合理要求, 如帮助按摩乳房, 指导产妇哺乳等。

### 1.3 观察指标

比较两组焦虑自评量表(Self-rating Anxiety Scale, SAS)、抑郁自评量表(Self-rating Depression Scale, SDS)、爱丁堡产后抑郁量表(Edinburgh Postpartum Depression Scale, EPDS)评分, 生活质量评分, 抑郁率, 社会功能缺陷筛选量表评分, 婴儿照护能力情况。分别于两组护理干预前后采用SAS及SDS评估患者的心理状态及心理韧性水平, SDS评分标准: 53~62分为轻度抑郁; 63~72分为中度抑郁; >72分为重度抑郁。SAS评分标准: 采用4级评分, 主要评定症状出现的频度, 1表示没有或很少时间有; 2表示有时有; 3表示大部分时间有; 4表示绝大部分或全部时间都有。采用EPDS量表评估患者的抑郁症状, 分值为30, 分数越高表示患者的抑郁症状越严重; 采用社会功能缺陷筛选量表评估患者的社会功能, 分值为20, 分数越高表示患者的社会缺陷情况越严重。

### 1.4 统计学处理

采用SPSS 18.0软件分析数据。计量资料用均数±标准差( $\bar{x}\pm s$ )表示, 两两比较采用双侧 $t$ 检验; 计数资料以率表示, 采用 $\chi^2$ 检验。 $P<0.05$ 表示差异具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组SAS、SDS、EPDS评分对比结果

两组护理前SAS、SDS、EPDS评分差异均无统计学意义( $P>0.05$ ); 两组护理后SAS、SDS、EPDS评分均较治疗前显著降低, 研究组SAS、SDS、EPDS评分显著低于对照组, 差异具有统计学意义( $P<0.05$ , 表1)。

### 2.2 两组生活质量对比结果

两组护理前个人力总分、支持力总分及心理韧性总分差异均无统计学意义( $P>0.05$ ); 两组护理后SAS、SDS评分均较治疗前显著升高( $P<0.05$ ), 研究组个人力总分、支持力总分及心理韧性总分均显著高于对照组, 差异具有统计学意义( $P<0.05$ , 表2)。

### 2.3 两组社会功能缺陷筛选量表评分对比结果

两组护理前社会功能缺陷筛选量表评分均无显著差异( $P>0.05$ ); 两组护理后社会功能缺陷筛选量表评分均较治疗前显著降低, 研究组社会功能缺陷筛选量表评分显著低于对照组, 差异具有统计学意义( $P<0.05$ , 表3)。

### 2.4 两组抑郁情况对比结果

研究组婴幼儿抚触技术使用率、母乳喂养率均显著高于对照组( $P<0.05$ ); 新生儿患病率情况均显著低于对照组, 差异具有统计学意义( $P<0.05$ , 表4)。

表1 两组SAS、SDS、EPDS评分的比较( $n=80$ )

Table 1 Comparison of SAS, SDS and EPDS scores between the two groups ( $n=80$ )

组别	SAS评分		SDS评分		EPDS评分	
	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
研究组	52.61 ± 9.87	38.01 ± 6.92*	59.18 ± 10.95	30.27 ± 6.50*	20.09 ± 3.17	11.85 ± 1.02
对照组	52.08 ± 9.85	49.03 ± 8.17*	59.97 ± 10.83	45.29 ± 9.42*	20.67 ± 3.24	18.03 ± 2.75
$t$	0.340	9.206	0.459	11.738	1.144	18.846
$P$	0.734	<0.001	0.647	<0.001	0.254	<0.001

与治疗前比较, \* $P<0.05$ 。

Compared with before treatment, \* $P<0.05$ .

表2 两组生活质量的比较( $n=80$ )Table 2 Comparison of quality of life between the two groups ( $n=80$ )

组别	个人力总分		支持力总分		心理韧性总分	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
研究组	22.89 ± 5.65	55.20 ± 16.23*	21.95 ± 5.30	45.86 ± 10.35*	45.17 ± 9.29	99.32 ± 20.18*
对照组	22.93 ± 5.67	41.23 ± 10.17*	22.03 ± 5.28	31.75 ± 6.92*	46.08 ± 9.31	61.71 ± 17.65*
$t$	0.045	6.524	0.096	10.137	0.619	12.548
$P$	0.964	<0.001	0.924	<0.001	0.537	<0.001

与治疗前比较, \* $P<0.05$ 。

Compared with before treatment, \* $P<0.05$ .

表3 两组社会功能缺陷筛选量表评分的比较( $n=80$ )Table 3 Comparison of social function defect screening scale scores between the 2 groups ( $n=80$ )

组别	社会功能缺陷筛选量表	
	护理前	护理后
研究组	13.07 ± 3.12	5.60 ± 1.18*
对照组	13.21 ± 3.25	8.97 ± 2.01*
$\chi^2$	0.278	12.932
$P$	0.781	<0.001

与护理前相比, \* $P<0.05$ 。

Compared with before treatment, \* $P<0.05$ .

表4 两组婴儿照护能力情况的比较( $n=80$ )Table 4 Comparison of infant care ability between the 2 groups ( $n=80$ )

组别	婴幼儿抚触技术使用率/[例(%)]	母乳喂养率/[例(%)]	新生儿患病率/[例(%)]		
			腹泻	脐部感染	肺炎
研究组	78 (97.50)	77 (96.25)	3 (3.75)	1 (1.25)	1 (1.25)
对照组	69 (86.25)	68 (85.00)	6 (7.5)	3 (3.75)	5 (3.75)
$\chi^2$	6.782	5.959		4.838	
$P$	0.009	0.015		0.028	

### 3 讨论

产后抑郁会严重干扰患者的正常生活, 不利于产妇自我照顾。临床研究<sup>[6]</sup>表明: 孕期抑郁会间接导致胎儿发育不良, 增加分娩风险, 容易出现早产甚至死产, 还可影响胎儿的后期智力和认知功能发育<sup>[7]</sup>。临床上的人本疗法、精神分析疗法等心理治疗措施可有效改善产后抑郁患者的抑郁状

态, 但尚未形成系统的抑郁护理方法, 心理弹性的理念比较广泛, 倾向于认为是心理发展未受到严重压力/逆境损害性影响的一种现象。有研究<sup>[8]</sup>认为心理弹性是一种稳定的人格特质, 能够使个体在出于不利环境或面临危险时时处于消极的能力。心理弹性经历了发现、认同到逐渐发展再到迅速扩展的过程, 在心理学和经济、体育等其他多种领域都有深入的研究, 分析各类人体在应激

状态下的心理状态, 给心理辅导和心理治疗提供了理论基础<sup>[9-10]</sup>。目前心理弹性对于产后抑郁患者的研究较少, 但根据以往对患者抑郁的护理研究发现, 心理弹性理论在产后抑郁契合度和适用性均较高<sup>[11]</sup>。心理弹性的影响因素来源于各方面, 可调节患者的个人应对逆境的心理状态和能力, 对患者的心理、生理和行为产生影响, 促进患者和婴儿的健康<sup>[12]</sup>。

临床研究<sup>[13]</sup>表明: 心理弹性支持可直接影响患者的激素水平, 使其产生相应的生理反应, 可间接影响患者的行为, 可在一定程度上缓解产后抑郁患者的抑郁状况, 促进患者心理平衡。心理弹性理论认为<sup>[14]</sup>: 患者的心理状态是一个动态弹性变化的过程, 患者的行为没有绝对的对错, 通过相关护理工作使患者发挥正常的心理弹性调节作用, 帮助患者了解自身的变化, 指导患者自我管理。在基于IMB理念上进行心理弹性支持护理, 能够从个人动机、社会动机等方面实施护理干预, 增加患者之间的交流, 提供社会支持, 可改善患者的心理健康, 树立自信心, 纠正对既往传统护理的不足和错误认知, 帮助患者掌握正确的自我护理行为技巧<sup>[15]</sup>。本研究显示: 采用基于IMB理念的心理弹性支持及护理干预的患者SAS、SDS、EPDS评分, 社会功能缺陷筛选量表评分均显著低于采用传统护理的患者, 说明了IMB理念能够及时发现患者的心理变化并立刻帮助其接受治疗; 新生儿患病率、生活质量、婴幼儿抚触技术使用率、母乳喂养率均显著优于采用传统护理的患者, 说明在心理弹性支持及护理期间实行IMB理念护理措施, 能够有效提高患者的生活质量及照顾婴幼儿的能力, 促进人际关系恢复。

综上, 基于IMB理念的心理弹性支持及护理能够有效缓解和控制产后抑郁患者的抑郁情况, 提高生活质量, 降低抑郁率。

## 参考文献

- 李英, 孙燕. 产后抑郁症的影响因素及心理护理干预进展[J]. 国际护理学杂志, 2020, 39(24): 4600-4602.  
LI Ying, SUN Yan. Influencing factors of postpartum depression and progress of psychological nursing intervention[J]. International Journal of Nursing, 2020, 39(24): 4600-4602.
- Cernadas J. Postpartum depression: Risks and early detection[J]. Archivos Argentinos de Pediatría, 2020, 118(3): 154-155.
- 张燕. 延续性护理对预防产后抑郁的临床效果研究[J]. 中国医药指南, 2020, 18(15): 295-296.
- ZHANG Yan. Study on the clinical effect of continuous nursing on the prevention of postpartum depression[J]. Chinese Medical Guide, 2020, 18(15): 295-296.
- Cheng HY, Carol S, Wu BY, et al. Effect of acupuncture on postpartum low back pain, salivary cortisol, physical limitations, and depression: a randomized controlled pilot study[J]. Journal of Traditional Chinese Medicine, 2020, 40(1): 131-139.
- 王冬玲. 产后抑郁发病现状及预防性护理研究进展[J]. 人人健康, 2020, 517(8): 305-306.  
WANG Dongling. Research progress on the incidence of postpartum depression and preventive nursing[J]. Health For Everyone, 2020, 517(8): 305-306.
- Maeda Y, Ogawa K, Morisaki N, et al. Association between perinatal anemia and postpartum depression: a prospective cohort study of Japanese women[J]. Obstetric Anesthesia Digest, 2020, 40(4): 192-193.
- 彭融融. 护理干预对产后抑郁症的影响[J]. 人人健康, 2020, 511(2): 227-228.  
PENG Rongrong. Influence of nursing intervention on postpartum depression[J]. Health For Everyone, 2020, 511(2): 227-228.
- Eckerdal P, Kollia N, Karlsson L, et al. Epidural analgesia during childbirth and postpartum depressive symptoms: a population-based longitudinal cohort study[J]. Obstetric Anesthesia Digest, 2020, 40(3): 115-116.
- 芦沁蕊, 丁琳, 王艳丽, 等. 心理弹性调节围产期妇女产前感知压力与产后抑郁的关系[J]. 护理研究, 2019, 33(11): 1906-1910.  
LU Qinrui, DING Lin, WANG Yanli, et al. Psychological resilience regulates the relationship between prenatal perceived stress and postpartum depression in perinatal women[J]. Nursing Research, 2019, 33(11): 1906-1910.
- Wang Z, Li C, Teng Y, et al. The effect of iodine-containing vitamin supplementation during pregnancy on thyroid function in late pregnancy and postpartum depression in an iodine-sufficient area[J]. Biol Trace Elem Res, 2020, 198(1): 1-7.
- 孟玉峰. 心理护理在产后抑郁症患者中的应用分析[J]. 心理月刊, 2020, 15(9): 87.  
MENG Yufeng. Application analysis of psychological nursing in patients with postpartum depression[J]. Psychological Monthly, 2020, 15(9): 87.
- 芦万华. 心理护理对自然分娩初产妇产后抑郁和功能恢复的影响[J]. 人人健康, 2020, 521(12): 142-142.  
LU Wanhua. Effect of psychological nursing on postpartum depression and functional recovery of primiparas after natural delivery[J]. Health For Everyone, 2020, 521(12): 142-142.
- 李祖隽, 姜佳丽. 产后综合康复护理干预对产妇康复及产后抑

- 郁的影响效果分析[J]. 人人健康, 2020, 516(7): 232-232.
- LI Zujuan, JIANG Jiali. Effect analysis of postpartum comprehensive rehabilitation nursing intervention on maternal rehabilitation and postpartum depression[J]. Health For Everyone, 2020, 516(7): 232-232.
14. 张扬, 谢雯. 探讨社会支持, 应对方式对抑郁症患者心理弹性的影响[J]. 安徽卫生职业技术学院学报, 2020, 19(2): 150-152.
- ZHANG Yang, XIE Wen. Objective to explore the influence of social support and coping style on psychological resilience of patients with depression[J]. Journal of Anhui health vocational and Technical College, 2020, 19(2): 150-152.
15. 舒俊英, 陈毓, 余玫婷, 等. IMB理念护理措施对重症肝炎并发自发性细菌性腹膜炎的预防研究[J]. 中国现代医生, 2019, 57(15): 164-167.
- SHU Junying, CHEN Yu, YU Meiting, et al. Prevention study of IMB concept nursing measures on severe hepatitis complicated with spontaneous bacterial peritonitis[J]. Modern Chinese doctors, 2019, 57(15): 164-167.

**本文引用:** 吴静, 冯莉, 马丰清, 李想. 基于信息-动机-行为技巧理念的心理弹性支持及护理在产后抑郁患者中的应用[J]. 临床与病理杂志, 2022, 42(1): 190-195. doi: 10.3978/j.issn.2095-6959.2022.01.028

**Cite this article as:** WU Jing, FENG Li, MA Fengqing, LI Xiang. Application of psychological elastic support and nursing based on IMB concept in patients with postpartum depression[J]. Journal of Clinical and Pathological Research, 2022, 42(1): 190-195. doi: 10.3978/j.issn.2095-6959.2022.01.028