

探讨沙盘游戏治疗对初产妇孕期抑郁状态的干预价值

王光友¹ 蔡现宇² 通讯作者

(1 重庆市綦江区人民医院 产科 401420; 2 重庆市綦江区人民医院 产科 401420)

摘要:目的:探索沙盘游戏治疗对初产妇孕期抑郁状态的干预价值。方法:择取 80 例孕期抑郁初产妇作为实验研究对象,摸球法随机分组,两组中各有 40 例,对对照组给予常规西药治疗方案,对观察组在对照组基础上给予沙盘游戏治疗方案,分析两组的治疗前后抑郁评分和治疗配合度。结果:治疗前两组抑郁评分无差异($P>0.05$)而治疗后两组评分均下降且观察组低于对照组($P<0.05$);观察组治疗配合度明显高于对照组($P<0.05$)。结论:沙盘游戏治疗方案对改善初产妇孕期抑郁状态具有非常明显的作用,患者可积极配合治疗,值得推广使用。

关键词:沙盘游戏;初产妇;孕期抑郁;干预价值

孕期抑郁是一类妇产科常见疾病,患者临床表现为情绪低落甚至自我否定,初产妇发病率较高,严重影响其身心健康和母婴结局^[1],常规西药治疗方案是基础,但单药物治疗方式疗效不佳,故需与沙盘游戏治疗方案相结合,才能有效改善其抑郁状态^[2],据此,本文以 80 例孕期抑郁初产妇作为实验研究对象进行如下分析。

1 资料和方法

1.1 基本资料

病例挑选年代:2018 年 1 月-2019 年 1 月。

病例一般资料:孕期抑郁初产妇共 80 例,摸球法随机分组。对照组:奇数号,共 40 例,年龄 24-35 (30.18±3.22) 岁。观察组:偶数号,共 40 例,年龄 22-34 (30.16±2.19) 岁。组间资料对比, $P>0.05$ 。

1.2 操作方法

对对照组实施常规西药治疗方案:口服盐酸舍曲林片,100mg/次,1 次/天。

对观察组在对照组基础上实施沙盘游戏治疗方案:(1)介绍沙盘游戏。(2)建立沙盘模型,详述沙盘世界并与患者内心世界相关联,详细记录患者对沙盘世界的描述,微缩呈现抑郁症患者的内心世界,引导其克服心理障碍。(3)沙盘作品存档分析。

1.3 观察指标

(1)统计治疗前后抑郁评分,采用 SDS 评价量表进行评价,满分 100 分,包括极度抑郁(100 分),重度抑郁(70 分-99 分),中度抑郁(40 分-69 分),轻度抑郁(1 分-39 分),不抑郁(0 分)。(2)统计治疗配合度,护理人员根据患者的个人表现判断其治疗配合度,包括完全配合、部分配合、不配合几个指标,治疗配合度=完全配合率+部分配合率。

1.4 统计学处理

文中计数(χ^2 检验)、计量(t 检验)资料用 SPSS20.0 软件处理, $P<0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

2 结果分析

2.1 治疗前后抑郁评分

结果:治疗前两组抑郁评分无差异($P>0.05$)而治疗后两组评分均下降且观察组低于对照组($P<0.05$)。见表 1。

表 1 治疗前后抑郁评分 [$\bar{X} \pm S$]

组别	例数	治疗前抑郁评分(分)	治疗后抑郁评分(分)
观察组	40	64.72±4.19	33.26±4.27
对照组	40	64.56±4.41	42.18±3.31
T	-	0.1664	10.4420
P	-	0.8683	0.0000

2.2 治疗配合度

结果:观察组治疗配合度明显高于对照组($P<0.05$)。见表 2。

表 2 治疗配合度[n(%)]

组别	例数	完全配合	部分配合	不配合	配合度
观察组	40	29 (72.50)	10 (25.00)	1 (2.50)	39 (97.50)
对照组	40	15 (37.50)	16 (40.00)	9 (22.50)	31 (77.50)
χ^2	-	-	-	-	7.3143
P	-	-	-	-	0.0068

3 讨论

孕期抑郁作为一种病因复杂、病情严重的疾病,严重困扰患者的日常生活,更危及患者的生命健康安全^[3]。临床研究表明,孕期抑郁的发病机制为单胺类递质假说、脑源性神经营养因子假说等,临床治疗方法较多,常规西药治疗方案和沙盘游戏治疗方案均为临床中常用的治疗方案^[4]。

常规西药治疗方案虽有效果,但临床应用中仍表现出不足,比如:患者药物依赖性强,药物副作用大等,故单药物治疗方案并不可取。基于此,临床孕期抑郁治疗中需寻找全新的治疗方案。近年来,沙盘游戏治疗方案逐渐被应用到孕期抑郁治疗中,在常规西药治疗方案基础上,沙盘游戏治疗方案侧重心理和行为引导,临床疗效显著,原因为:抑郁症发作主要是因为患者出现了心理抑郁障碍,通过沙盘对疾病进行微缩呈现,可作为一种科学的沟通交流方式引导患者正视心理抑郁障碍,继而引导其疏导心理压力,排遣郁闷情绪,逐渐改善心理状态,安全有效^[4]。通过上述结果可以看到,治疗前观察组抑郁状态相较对照组明显改善,且治疗配合度更高,由此可佐证沙盘游戏治疗方案在孕期抑郁治疗中的可行性和科学性,更能改善初产妇孕期抑郁状态。

综上所述,孕期抑郁治疗以药物治疗、心理治疗、生物反馈等方式为主要治疗手段,沙盘游戏治疗方案可发挥巨大作用,值得在临床中推广使用。随着现代医学技术的不断发展,孕期抑郁治疗取得重要突破,上述分析由于例数不足,故仍有不足之处,有关沙盘游戏治疗方案的临床应用分析仍需进一步探究。

参考文献:

- [1] 孙莲莲,王亚静,蔡素平等. 夫妻沙盘游戏对产妇抑郁情绪的干预研究[J]. 黑龙江医药, 2019, v.32;No.189(06):228-230.
- [2] 王丽丽,蒋春红. 沙盘游戏干预对高龄初产妇负性情绪及妊娠结局和护理质量的影响[J]. 中国临床研究, 2017, 11(v.30):154-156.
- [3] 张爱华,彭飞,唐艳等. 沙盘游戏治疗对初产妇孕期抑郁状态干预效果的研究[J]. 中华妇幼临床医学杂志(电子版), 2017, 013(004):470-473.
- [4] 张照,刘衍华. 一例伴有幻觉的抑郁症患者的沙盘游戏案例分析[J]. 心理学进展, 2018, 8(10):14.

通讯作者:蔡现宇 女 1974 年 11 月 7 日 副主任护师 重庆市綦江区人民医院产科