

# 小组心理干预对妊娠期糖尿病患者焦虑抑郁情绪及妊娠结局的影响

杜献, 阮淑萍, 朱剑峰

杜献, 浙江省温岭市妇幼保健院妇产科 浙江省温岭市 317500  
阮淑萍, 浙江省温岭市妇幼保健院内科 浙江省温岭市 317500  
朱剑峰, 浙江省嘉兴市嘉善县中医医院消化科 浙江省嘉兴市 314100

杜献, 主管护师, 主要从事妇产科临床护理工作.

作者贡献分布: 此课题由杜献设计; 研究过程由杜献与阮淑萍完成; 数据分析由阮淑萍完成; 写作由杜献、阮淑萍及朱剑峰完成.

通讯作者: 杜献, 主管护师, 317500, 浙江省温岭市城东街道下保路102号, 浙江省温岭市妇幼保健院妇产科. duxianyisheng@163.com  
收稿日期: 2014-02-28 修回日期: 2014-04-03  
接受日期: 2014-04-09 在线出版日期: 2014-05-18

## Influence of group psychological intervention on anxiety, depression and pregnancy outcomes in primiparous women

Xian Du, Shu-Ping Ruan, Jian-Feng Zhu

Xian Du, Department of Gynaecology and Obstetrics, Wenling Women's and Children's Hospital, Wenling 317500, Zhejiang Province, China

Shu-Ping Ruan, Department of Internal Medicine, Wenling Women's and Children's Hospital, Wenling 317500, Zhejiang Province, China

Jian-Feng Zhu, Department of Gastroenterology, TCM Hospital of Jiashan, Jiaxing 314100, Zhejiang Province, China

Correspondence to: Xian Du, Charge Nurse, Department of Gynaecology and Obstetrics, Wenling Women's and Children's Hospital, 102 Xiabao Road, Wenling 317500, Zhejiang Province, China. duxianyisheng@163.com  
Received: 2014-02-28 Revised: 2014-04-03  
Accepted: 2014-04-09 Published online: 2014-05-18

## Abstract

**AIM:** To analyze the influence of group psychological intervention on anxiety, depression and pregnancy outcomes in primiparous women.

**METHODS:** Eighty primiparous women who accepted regular inspection and delivered at our hospital from January 2011 to January 2013 were randomly divided into either a control group or an observation group. The control group was given regular health education, while the observation group was given group psychological intervention. The anxiety, depression and pregnancy outcome between the two groups were compared.

**RESULTS:** The scores of anxiety and depression in the observation group were significantly lower than those in the control group ( $33.01 \pm 3.51$  vs  $43.83 \pm 3.04$ ,  $t = 26.74$ ,  $P < 0.05$ ;  $31.83 \pm 6.22$  vs  $39.71 \pm 4.37$ ,  $t = 15.31$ ,  $P < 0.05$ ). The pregnancy outcomes in the observation group were better than those in the control group ( $10.00\%$  vs  $47.50\%$ ,  $P < 0.05$ ).

**CONCLUSION:** Group psychological intervention can improve anxiety, depression and pregnancy outcomes in primiparous women.

© 2014 Baishideng Publishing Group Co., Limited. All rights reserved.

**Key Words:** Group psychological intervention; Gestational diabetes mellitus; Anxiety; Depression; Pregnancy outcome

Du X, Ruan SP, Zhu JF. Influence of group psychological intervention on anxiety, depression and pregnancy outcomes in primiparous women. *Shijie Huaren Xiaohua Zazhi* 2014; 22(14): 2069-2072 URL: <http://www.wjgnet.com/1009-3079/22/2069.asp> DOI: <http://dx.doi.org/10.11569/wcjd.v22.i14.2069>

## 摘要

**目的:** 探讨小组心理干预对改善妊娠期糖尿病患者焦虑抑郁情绪和妊娠结局的影响.

**方法:** 选取2011-01/2013-01在我院就诊的妊娠期糖尿病患者80例, 应用随机数字表法将患者分成观察组和对照组, 观察组施以小组心理干预, 而对照组仅施以常规健康教育, 对比分析两组患者的焦虑、抑郁结果的评价得分以及妊娠结局的结果.

**结果:** 观察组患者焦虑和抑郁评分明显低于对照组( $33.01 \pm 3.51$  vs  $43.83 \pm 3.04$ ,  $t = 26.74$ ,  $P < 0.05$ )( $31.83 \pm 6.22$  vs  $39.71 \pm 4.37$ ,  $t = 15.31$ ,  $P < 0.05$ ), 同时较对照组, 母婴结局也相对较差( $10.00\%$  vs  $47.50\%$ ,  $P < 0.05$ ).

**结论:** 将小组心理干预的方法应用于妊娠糖

## ■背景资料

妊娠期糖尿病是指在原有糖尿病的基础上出现合并妊娠症, 或者是妊娠前为隐性糖尿病、妊娠后逐渐发展为糖尿病的情况, 属高危妊娠, 对母体及胎儿有较大危害, 临床过程较为复杂, 母婴死亡率较高, 如控制不良可导致母婴不良妊娠结局. 随着社会经济的发展, 人们生活方式的改变, 晚婚晚育的女性比例逐渐增高, 妊娠糖尿病发病率有上升趋势, 由于患者对病情的不了解, 孕妇常常产生抑郁焦虑情绪, 严重危害着胎儿的正常发育, 因此必须引起足够重视.

## ■同行评议者

郝丽萍, 副教授, 华中科技大学同济医学院公共卫生学院营养与食品卫生学系

## ■ 研发前沿

随着人们生活方式的改变,妊娠期糖尿病发病率有逐年增高的趋势,由于患者处于妊娠期,活动的不方便以及对病情的不了解,患者极易出现焦虑、抑郁情绪,严重危害着孕妇以及胎儿的健康发育。

尿病患者的护理之中,可以有效降低孕妇焦虑抑郁的发生率,减少产科并发症及围产儿并发症出现的概率,值得进一步推广。

© 2014年版权归百世登出版集团有限公司所有。

**关键词:** 小组心理干预; 妊娠糖尿病; 焦虑; 抑郁; 妊娠结局

**核心提示:** 由本研究结果可知,干预期结束后,两组患者的焦虑和抑郁测评得分情况较干预前都有所降低,但经过小组心理干预的观察组患者的状况明显优于使用常规手段的对照组,说明小组心理干预对抑制患者妊娠糖尿病患者的焦虑抑郁情况效果更好;而在妊娠结局方面,观察组产生妊娠并发症的患者只有4例,而对照组却高达19例,发生率几乎是观察组的5倍,妊娠糖尿病患者一般伴有严重的心理压力,这种不良情绪可以导致生长激素、胰高血糖素、去甲肾上腺素等应激性激素分泌增加,继而引起血糖增高,极易导致产生妊娠高血压综合征等并发症,严重危害孕妇自身以及胎儿的健康发育,而小组心理干预以“自我认知疗法”和“身心语法”为基础,结合“道德体谅模式”,指导患者以正确的视角面对各种问题,以积极的心态面对疾病,增加的治疗动机,有效地降低孕妇产生妊娠并发症的概率。

杜献, 阮淑萍, 朱剑峰. 小组心理干预对妊娠期糖尿病患者焦虑抑郁情绪及妊娠结局的影响. 世界华人消化杂志 2014; 22(14): 2069-2072 URL: <http://www.wjgnet.com/1009-3079/22/2069.asp> DOI: <http://dx.doi.org/10.11569/wjcd.v22.i14.2069>

## 0 引言

妊娠期糖尿病(gestational diabetes mellitus, GDM)是指在原有糖尿病的基础上出现合并妊娠症,或者是妊娠前为隐性糖尿病、妊娠后逐渐发展为糖尿病的情况,属高危妊娠,对母体及胎儿有较大危害,临床过程较为复杂,母婴死亡率较高,如控制不良可导致母婴不良妊娠结局<sup>[1,2]</sup>. 随着社会经济的发展和人们生活方式的改变,晚婚晚育的女性比例逐渐增高,妊娠糖尿病发病率有上升趋势,由于患者对病情的不了解,孕妇常常产生抑郁焦虑情绪,严重危害着胎儿的正常发育,因此必须引起足够重视<sup>[3,4]</sup>. 为了降低孕妇分娩时的风险,保证胎儿的正常健康发育,我院尝试将小组心理干预的手段应用于对妊娠期糖尿病患者的护理之中,取得理想效果,现总结如下。

## 1 材料和方法

**1.1 材料** 选择2011-01/2013-01于我院就诊的妊娠期糖尿病患者80例,经过检查,患者均符合

《妊娠合并糖尿病临床诊断与治疗推荐指南(草案)》诊断标准,应用随机数字表法将患者分成观察组和对照组,其中观察组孕妇年龄最大29岁,最小23岁,平均年龄 $25.03 \pm 2.43$ 岁,孕次最多3次,最少1次,其中高中以下学历14例,高中15例,高中以上11例;对照组孕妇年龄最大29岁,最小23岁,平均年龄 $24.62 \pm 2.71$ 岁,孕次为1-3次,其中高中以下学历13例,高中17例,高中以上10例,两组孕妇在年龄、职业、学历、病情等一般资料方面均无明显差异( $P > 0.05$ ),具有可比性,患者无精神病史和言语障碍者。

**1.2 方法** 首先将此次研究方案报送医疗道德委员会批准,所有参与此次研究的患者、医生以及护理人员均签署自愿书,保证此次研究室所有参与者真实自愿. 在此基础上,将患者按照随机原则分成观察组和对照组,对照组施以常规健康教育以及治疗方法,观察组在常规治疗以及教育的基础上施以小组心理干预的手段,其中,具体小组心理干预手段如下。

**1.2.1 小组心理干预步骤:** 对护理人员和患者进行分组,每组10人,其中每组孕妇7人,护理人员3人,每次小组活动应在护理人员的组织指导下进行,地点在我院的患者活动中心,室内配备了多媒体影音播放装置,座椅成圆形排列,每次时间从下午15点开始,16点结束,定期在每周日举行,干预期为5 mo,初步分为5个阶段,并确定每个阶段的主题,定期合理的对孕妇进行指导干预. 我院在查阅大量文献的基础上,并咨询相关心理辅导专家,结合我院实际情况,以团体辅导中的“身心语法”和“自我认知法”为基础<sup>[5]</sup>,结合德育模式中的“体谅模式”,制定了小组心理干预的具体实施步骤,具体主题、目标、内容如下表1所示。

**1.2.2 小组心理干预的注意事项:** 我院在此次研究中,将小组心理干预的时间固定在每周周末下午15-16点,时长约为60 min,在日常护理中,护理人员要留心患者在平时生活的细微表情变化,以微笑表情对患者进行服务,以此拉近医患之间的距离,尽早建立信任感;协助患者进行日常适当的行为活动,多聆听患者倾诉,了解目前所担忧的问题,并给予适当的安慰和开导,以此产生共鸣,力求通过共情的方式准确定位组内每位患者的心理症结所在,为小组心理干预的第三阶段(探索阶段)奠定基础。

加强对本组患者的安全健康教育,每天护理人员都要对患者的身体状况,了解患者的病情,向患者讲述妊娠糖尿病的病因以及注意事项,

表 1 小组心理干预护理阶段步骤、目标

阶段	时长	主题	目标	内容
初始阶段	2 wk	心心相印	互相认识小组成员, 做到初步了解, 引起孕妇心理共鸣, 初步建立成员间的信任感.	参与的护理人员介绍本次小组心理干预的活动目的, 激发小组成员兴趣, 相互自我介绍, 留下联系方式.
过渡阶段	4 wk	守望相助	通过第一阶段的小组成员介绍, 初步了解成员间所存在的问题, 互相鼓舞小组成员之间的情绪, 同舟共济.	以“身心语法”为基础, 建立每个小组的留言册, 鼓励每位成员将自己目前的问题以匿名的方式写在留言册上, 如时机成熟可以鼓励成员大胆的对自己目前存在的焦虑和担心问题进行当面表达; 然后结合德育中的“体谅模式”为基础, 以“角色扮演”的方式, 首先由成员对患者所出问题进行安慰劝解, 使每位成员有机会参与到心理的解决中, 深入患者内心, 做到感同身受, 最后由护理人员进行总结、开导安慰, 结合“自我认知法”, 通过上一阶段的扮演不同角色, 通过亲身感受, 小组成员已经体会到不良情绪产生的原因, 然后护理人员要以专业的角度对成员所出现问题进行指导, 劝解, 了解心理问题出现的症结所在, 并向小组成员传授学习恰当的沟通技巧, 心理咨询师引导、总结.
探索阶段	6 wk	心灵探索	了解成员出现情绪问题的根本原因所在, 在护理人员的指导下, 通过小组成员的共同的探讨, 进一步认识每位成员的心理问题, 增进成员间的感情.	通过案例、视屏等手段, 护理人员要对组员进行情绪管理干预, 使组员领悟到遇事时的不良情绪反应.
活动阶段	6 wk	同心同德	力求使每位成员初步学会如何管理自我情绪.	小组成员谈谈参与此次心理干预的感受, 以及结合自己实际, 总结自己笑对人生的技巧.
结束阶段	2 wk	拥抱明天	通过观看专题片, 看到自身的价值, 增强战胜病魔的信心, 对自己以及孩子的明天增强信心.	

## ■相关报道

有研究表明妊娠糖尿病孕妇较正常孕妇更担心胎儿的健康, 更容易产生抑郁焦虑等不良情绪.

表 2 两组患者术前术后焦虑、抑郁情况比较 ( $n = 40$ )

分组	焦虑自评量表		抑郁自评量表	
	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	51.83 ± 3.74	33.01 ± 3.51	47.33 ± 5.91	31.83 ± 6.22
对照组	50.81 ± 3.13	43.83 ± 3.04	46.83 ± 6.11	39.71 ± 4.37
$t$ 值	2.46	26.74	0.91	15.31
$P$ 值	>0.05	<0.01	>0.05	<0.05

以此消除患者对病情本身的焦虑, 根据每位患者的具体状况, 有针对性的缓解患者心理疑虑, 有效配合患者的常规治疗.

1.2.3 观察指标: 采用国际上流行的焦虑自评量表(self-rating anxiety scale, SAS)和抑郁自评量表(self-rating depression scale, SDS)对分别对两组患者进行干预前和干预后进行测评, 得分以(平均值±标准差)表示, 将测评得粗分 $\times 1.25$  = 标准分, 标准分 $\geq 50$ 分者即可以确定为焦虑状态或抑郁状态<sup>[6]</sup>; 对于妊娠结局方面, 妊娠糖尿病患者极易产生一些并发症, 例如妊高症、羊水过多、巨大儿、产后出血等症状, 因此, 将这四种并发症作为观察指标作为对于小组心理干预治疗妊娠糖尿病效果指标<sup>[4]</sup>.

统计学处理 采用SPSS17.0统计软件进行数

据分析, SAS与SDS评分以mean±SD表示, 计量资料进行 $t$ 检验, 4个观察指标用百分数表示, 采计数资料进行 $\chi^2$ 检验,  $P < 0.05$ 为差异有统计学意义.

## 2 结果

2.1 两组患者干预前后焦虑、抑郁情况对比 在干预前后分别对两组患者进行焦虑抑郁情况调查, 经过研究发现, 观察组患者的心理焦虑、抑郁得分明显低于对照组, 可以看出小组心理干预较常规健康教育方法对患者的心理焦虑、抑郁有更好的抑制作用(表2).

2.2 两组患者妊娠结局比较 经过此次研究, 施以小组心理干预的观察组患者在妊娠糖尿病患者出现并发症例数明显低于施以常规对照组患者, 两组患者具有明显性差异( $P < 0.01$ )(表3).



## ■同行评价

本文设计合理, 具有一定借鉴价值。

表 3 两组患者干预后妊娠结局情况比较 ( $n = 40$ )

分组	妊高症	羊水过多	巨大儿	产后出血	合计	$\chi^2$	P值
观察组	1	2	0	1	4	14.60	<0.01
对照组	6	5	4	4	19		

## 3 结果

随着人们生活方式的改变妊娠期糖尿病发病率有逐年增高的趋势, 由于患者处于妊娠期, 活动的不方便以及对病情的不了解, 患者极易出现焦虑、抑郁情绪, 严重危害着孕妇以及胎儿的健康发育。有研究表明妊娠糖尿病孕妇较正常孕妇更担心胎儿的健康, 更容易产生抑郁焦虑等不良情绪, 我院此次研究将小组心理干预应用于对妊娠糖尿病的护理中, 效果显著。由本研究结果可知, 干预期结束后, 两组患者的焦虑和抑郁测评得分情况较干预前都有所降低, 但经过小组心理干预的观察组患者的状况明显优于使用常规手段的对照组, 说明小组心理干预对抑制患者妊娠糖尿病患者的焦虑抑郁情况效果更好; 而在妊娠结局方面, 观察组产生妊娠并发症的患者只有4人, 而对照组却高达19人, 发生率几乎是观察组的5倍, 妊娠糖尿病患者一般伴有严重的心理压力, 这种不良情绪可以导致生长激素、胰高血糖素、去甲肾上腺素等应激性激素分泌增加, 继而引起血糖增高, 极易导致产生妊娠高血压综合征等并发症, 严重危害孕妇自身以及胎儿的健康发育, 而小组心理干预以“自我认知疗法”和“身心语法”为基础, 结合“道德体谅模式”, 指导患者以正确的视角面对各种问题, 以积极的心态面对疾病, 增加的治疗动机, 有效地降低孕妇产生妊娠并发症的概率<sup>[6-9]</sup>。

小组心理干预是一种团体心理干预形式, 在团体情境下, 借助团体的力量和护理人员的心里咨询技术, 使团体成员自知并自助, 借以次达到消除症状、改善适应、发展人格的目的<sup>[8,9]</sup>。我院在此次研究中, 以自我认知疗法和身心语法为基础, 而德育可以培养人正确的思想观和意识, 结合我院的实际情况, 将心理团辅和德育模式创造性的结合起来, 制定出我院特色的小组心理干预方式, 尤其是通过心理角色扮演, 可

以让每位患者了解自己以及他人, 同时也为患者提供了一次心理交流, 学会管理自我情绪, 处理自己生活中情绪问题的机会, 为进行常规治疗提供思想保障。

小组心理干预是一个有组织复杂的过程, 需要专门的护理人员进行定期组织, 策划<sup>[10-16]</sup>; 其次小组心理干预不是一成不变的, 应该根据患者的具体情况, 不断充实和丰富干预护理内容, 确保小组心理干预可以持续成为一种有效地预防围产期疾病消除患者不良情绪的手段。

## 4 参考文献

- 1 邹丹, 金丰梅. 早期护理干预对妊娠期糖尿病妊娠结局的影响. 临床护理杂志 2013; 11: 12-14
- 2 林苑, 钟红珠, 李卓华. 妊娠期糖代谢异常对妊娠结局的影响. 中国现代医生 2010; 48: 26-27
- 3 赖爱如, 苏凤笑, 袁笑玲. 浅谈综合护理干预对妊娠糖尿病孕期的血糖和负性情绪的影响. 国际医药卫生导报 2013; 19: 2619-2620
- 4 陈国新, 周善明. 果糖胺及糖化血红蛋白在妊娠糖尿病诊断中的临床应用. 中国现代医生 2010; 48: 78-79
- 5 于丽月, 王爱民. 高龄妊娠糖尿病病人的心理问题及护理. 全科护理 2011; 9: 76-78
- 6 张林, 李子明. 妊娠期糖尿病病人常见心理问题及干预研究进展. 护理研究 2010; 24: 1317-1320
- 7 刘小玲, 董振银. 身心语法程序和团体辅导改善孕产妇心理状况的对照研究. 中国初级卫生保健 2011; 25: 63-64
- 8 周艳蓉. 护理干预对初产妇焦虑和分娩质量的影响. 中国医药导报 2010; 7: 161-162
- 9 王小霞. 针对性心理干预对初产妇产后焦虑抑郁的影响研究. 中国现代医生 2010; 49: 63-64
- 10 贺美玲, 隆春玲. 小组心理干预对空巢老年人焦虑抑郁情绪的影响. 中华护理杂志 2013; 48: 450-452
- 11 明雅焜, 李丽芳, 梅晓芳, 黄娟苗. 开设妊娠期糖尿病护理专科门诊的实践与体会. 现代临床护理 2010; 11: 61-62, 66
- 12 曾雅畅, 李慕军. 格列本脲治疗妊娠期糖尿病临床进展. 中国实用妇科与产科杂志 2013; 18: 590-594
- 13 张娅, 徐先明. 妊娠期糖尿病病因学研究进展. 中国实用妇科与产科杂志 2013; 21: 299-302
- 14 尹月娥, 郭霞, 王金华, 高儒. 孕产期全程护理对流动人口妊娠期糖尿病影响的研究. 当代医学 2010; 23: 1-2
- 15 徐莉辉. 妊娠期糖尿病120例临床分析. 当代医学 2011; 13: 2-3
- 16 张敏. 妊娠期糖尿病的护理. 中国实用医药 2013; 8: 233-234

编辑 田滢 电编 鲁亚静

