

- 察[J]. 护理学杂志, 2005, 20(15): 19.
- [3] 张凤珍, 张进平. 欧莱凝胶外涂治疗静脉补钾局部疼痛的疗效观察[J]. 护理实践与研究, 2007, 4(10): 19-20.
- [4] 姚巧珠, 陈明, 曹爱萍, 等. 中药外敷防治微量泵高浓度静脉补钾疼痛的临床研究[J]. 护理研究, 2006, 20(8): 2016-2018.
- [5] 伏永艳. 芦荟联合山莨菪碱缓解静脉补钾致痛的疗效观察[J]. 现代中西医结合杂志, 2011, 20(5): 618-619.
- [6] 吴娅利, 韩克强, 刘红, 等. 复方利多卡因乳膏在 PICC 穿刺中镇痛效果观察[J]. 护理研究, 2009, 23(3): 723-724.
- [7] 杨雪梅. 缓解静脉补钾所致局部疼痛的临床护理[J]. 中外健康文摘: 医药月刊, 2007, 4(8): 30-31.
- (收稿日期: 2014-09-25 修回日期: 2015-01-28)

• 临床护理 • doi:10.3969/j.issn.1671-8348.2015.12.052

压力管理对综合医院 86 名执业护士职业倦怠影响的研究

汪敏, 刘茜, 李保兰, 官莉, 朱瑞仪, 陈登容, 姚莉[△]

(重庆市第三人民医院门诊部, 重庆 400014)

[中图分类号] R192.6

[文献标识码] C

[文章编号] 1671-8348(2015)12-1723-01

近年来, 综合医院执业护士职业倦怠发生率逐年升高的现象已对医疗护理队伍的稳定性及规范执业造成负面影响, 有碍于护理学科的建设与发展, 故不断有研究者对护士职业倦怠的发生、影响因素及积极干预措施等进行了初步探讨, 但遗憾的是到目前为止尚未建立便于实施的有效干预机制。作者针对本院执业护士进行压力管理后职业倦怠改善情况进行调查, 希望能为相关机构提供新的思路及借鉴。

1 资料与方法

1.1 一般资料 本院是一家三级甲等综合医院, 共有执业护士 590 名。初始选取 100 名执业护士为研究对象, 给予历时 1 年的系统性减压管理, 实际完成者共 86 名, 收集 2013 年 1 月及 2014 年 1 月的职业倦怠量表及焦虑、抑郁量表进行自身对照。纳入标准: 工作 1 年以上的持有职业资格证书的临床女性护理人员, 所有纳入人员均签署自愿参与研究及追踪观察同意书。排除标准: 护理行政管理人员以及未与患者直接接触的技术岗位护理人员(如消毒供应中心); 排除既往有精神神经系统病患或近期工作、生活出现重大意外变故者。

1.2 方法

1.2.1 干预方法 给予历时 1 年系统的减压管理: (1) 从组织层面为护理人员减压。全方位关怀护士, 实施人性化管理, 营造舒适的工作环境, 改善病区管理方法, 推行弹性排班、简化护理文书、增加职业防护设施等, 并通过提高护士中夜班费、科室奖金向护士倾斜等方式, 建立激励机制以激发护理人员的潜能。(2) 定期安排减压干预教育平台。定期安排院内持有《心理咨询师》、《婚姻家庭咨询师》资格证书的相关专业护理人员或聘请院外心理专家开展减压继续教育培训讲座, 内容涉及对职业的认知、医护及医患沟通技巧、法律知识、培养积极的心态(包括执著、挑战、热情、奉献、激情、愉快、爱心、自豪、渴望、信赖等)等方面的知识培训, 并涵盖正确人生观、价值观及职业道德的建立等, 从而提升护士职业归属感及个人成就感。每次干预教育为 45 min, 每月 3 次。讲座前后进行放松训练, 营造温馨、融洽的氛围, 并指导护士做全身保健操、眼部护理操、冥想等, 以达到情绪的放松。(3) 建立全院心理辅导和沟通平台。护理部成立院护理心理疏导小组, 由持有《心理咨询师》、《婚姻家庭咨询师》资格证书的 7 名护士组成, 对全院护士进行专业心理减压督导及管理, 充分利用护士长 QQ 群及全院护士 QQ

群, 为全院护理人员提供更为便捷及更具时效性的心理互动平台, 加强心理沟通, 分享减压经验, 并及时收集和解决心理问题。(4) 构建院内科间互助小组。在护士长或科护士长组织下成立互助小组或品管圈, 分享危机处理、干预措施以及典型个例, 每月至少 3 次, 每次大于 45 min。同时, 各小组定期开展爬山、摄影及各类健身、联谊活动, 舒缓护士压力。

1.2.2 调查方法 干预时间历时 1 年, 在减压干预前后现场以问卷形式及规范表格进行调查。采用职业倦怠量表(MBI-GS)调查护士职业倦怠情况^[1]。量表主要包括 3 个维度, 分别为情绪耗竭(emotional exhaustion, EE)、去人性化(depersionalization, DP)、低个人成就感(personal accomplishment, PA), 其中, EE、DP 含 5 个条目, PA 含 6 个条目, 均根据自我分项评定进行分级评分。EE、DP 评分越高表示职业倦怠越严重, 相反, PA 评分越低表示职业倦怠越严重。

1.3 统计学处理 调查数据采用 SPSS 19.0 统计学软件进行数据分析, 计量资料数据用 $\bar{x} \pm s$ 表示, 组内干预前、后比较采用配对 *t* 检验, 以 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

经过系统压力管理干预, EE 评分、DP 评分较干预前明显降低, PA 评分较干预前升高, 干预前、后比较差异有统计学意义($P < 0.05$), 见表 1。

表 1 86 名护士干预前、后 MBI-GS 评分比较($\bar{x} \pm s$, 分)

时间	EE	DP	PA
干预前	17.34 ± 2.19	11.00 ± 1.94	21.28 ± 1.86
干预后	15.46 ± 2.39	10.01 ± 2.19	21.89 ± 2.15
<i>t</i>	5.365	3.148	-2.008
<i>P</i>	0.001	0.002	0.046

3 讨论

职业倦怠又称“身心耗竭综合征(burnout syndrome, BS)”, 为 70 年代美国学者 Maslach 等^[2]提出相关的概念, 认为 BS 是一种因心理能量在长期奉献给别人的过程中被索取过多, 而产生以极度身心疲惫和感情枯竭为主的综合征, 并表现为自卑、厌恶工作、失去同情心等, 属于心因性障碍范畴。主要包括 3 方面(维度)的内容: EE、DP、PA。各维度之间相互协同及影响, 进而加剧心理障碍。护士职业倦怠的发生与职业因素(包括工作强度、潜在的职业损伤、社会因素)(下转第 1728 页)

血清的抗-A 不反应或弱反应;可被大多数来源于 O 型个体的抗-AB 凝集,没有混合视野表现。(2)血清中通常含有抗-A 抗体。(3)除了分泌 H 物质,Ax 分泌型个体唾液中可以检出 A 物质。家系调查中先证者和其父亲正定性与抗-A 混合凝集 1-2+w,抗-B 凝集 4+,血清有弱的抗-A 抗体,患者红细胞与抗-H 的凝集度与 O 红细胞凝集度相当,根据各亚型的血清学反应特点和规律,可以确定该血型为 AxB 型。与向东等^[12]在 AB 亚型细胞上 H 抗原强度的血清学研究上发现大量的 H 抗原结果一致。

目前尚未明确是否 ABO 基因的重组从而导致了 Ax 遗传的异质性,重组的基因如何表达如何传递给后代值得进一步的研究。而 AxB 亚型血型血清学特点容易在临床误认为 O 型,必须防止亚型漏判,保证血型鉴定的准确性,减少临床输血反应,提高输血的安全性。

参考文献

- [1] 王振芳. AxB 血型的检测及意义[J]. 中国卫生检验杂志, 2013(4):1040,1042.
- [2] Geolf Daniels G. Human Blood Groups[M]. 3th. New Jensey U S A: Wiley-Blackwell, 2013;36-37.
- [3] 中华人民共和国卫生部. 中国输血技术操作规程[M]. 6 版. 天津科学技术出版社, 1997;60-87.
- [4] Olsson ML, Chester MA. Heterogeneity of the blood group Ax allele:genetic recombination of common alleles can result in the Ax phenotype[J]. Transfus Med, 1998, 8(3):231-238.

- [5] Yamamoto F. Molecular genetics of ABO[J]. Vox Sang, 2000, 78 Suppl 2;S91-103.
- [6] Seltsam A, Hallensleben M, Eiz-VesDer B, et al. A weak blood group A phenotype caused by a new mutation at the ABO locus[J]. Transfusion, 2002, 42(2):294-301.
- [7] Olsson ML, Michalewska B, Hellberg A, et al. A clue to the basis of allelic enhancement: occurrence of the Ax subgroup in the offspring of blood group O parents[J]. Transfus Med, 2005, 15(5):435-442.
- [8] Yazer MH, Hult AK, Hellberg A, et al. Investigation into A antigen expression on O2 heterozygous group O-labeled blood cell units[J]. Transfusion, 2008, 48(8):1650-1657.
- [9] 郭忠慧, 向东, 朱自严, 等. Ax 亚型的分子生物学研究[J]. 中国输血杂志, 2004, 17(4):235-238.
- [10] Deng ZH, Yu Q, Wu GG, et al. Molecular genetic analysis for Ax phenotype of the ABO blood group system in Chinese[J]. Vox Sang, 2005, 89(4):251-256.
- [11] 喻琼, 吴国光, 梁延连, 等. Ax 新基因的序列分析及其家系的研究[J]. 中华检验医学杂志, 2006, 29(1):75-78.
- [12] 向东, 郭忠慧, 刘曦, 等. AB 亚型细胞上 H 抗原强度的探讨[J]. 中国输血杂志, 2005, 18(3):189-191.

(收稿日期:2014-10-18 修回日期:2015-01-28)

(上接第 1723 页)

及个人因素(包括职业错位、人格特征、不同科室及护龄、人口变量因素)有关^[3-5]。近年来在临床工作中职业倦怠的发生率逐年升高^[6-7],导致护理队伍执业稳定性受到极大影响。且目前仍无系统性、规范性的干预管理方法及政策出台。作者将压力管理干预运用于综合性医院执业护士,以期减少职业倦怠的发生,发挥护理人员主观能动性并稳定护理队伍。

有研究从护理管理层面及个体干预两个方面针对综合医院执业护理人员进行系统性干预管理^[8-9]:(1)从组织层面为护理人员减压,建立专业的心理疏导小组,对执业护士实施有效的心理辅导。(2)合理增加压力管理相关知识的培训,增强自身抗压能力。为更有效地衡量压力管理干预后的效果,作者在研究的过程中使用了 MBI-GS。MBI-GS 因包括 EE、DP、PA 三方面的评分,故而具有较好的同质性度和效度验证,被广泛运用于量化评价职业倦怠^[10]。作者将干预前后职业护士的 EE、DP、PA 方面评分进行比较,结果显示经过积极压力管理干预,EE、DP 评分明显降低,而 PA 评分升高,差异均有统计学意义($P < 0.05$)。提示经过积极的干预,职业倦怠各维度值均得到明显改善。

综上所述,提示系统性压力管理对综合性医院执业护士职业倦怠的改善具有积极意义。职业倦怠作为医疗工作中的突出矛盾,除对临床工作的开展造成巨大的障碍外,还严重影响了护理队伍的执业稳定性,对和谐社会的构建及进步也带来负面效应。在国外对职业倦怠的研究及干预相对较成熟,但中国的职业倦怠研究起步较晚,有待管理层面及从业人员更深入的探索,以制定出更完善的政策及系统的措施。但因为本文纳入样本量有限,研究时限较短,有待多中心、大样本的课题对压力管理对综合性医院执业护士职业倦怠的影响进一步追踪及观察。

参考文献

- [1] 冯莺, 骆宏, 叶志宏. MBI 量表在护士工作倦怠研究中的测试[J]. 中国心理卫生杂志, 2004, 18(7):477-479.
- [2] Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Job burnout[J]. Annu Rev Psychol, 2001(52):397-422.
- [3] 蒋燕, 陈英群, 于德华. 护士职业倦怠相关因素分析[J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2013, 22(1):59-60.
- [4] 徐晖, 王卫东, 高书琴. 护士职业倦怠状况的调查分析[J]. 西部医学, 2010, 22(10):1971-1973.
- [5] Kitaoka-Higashiguchi K, Morikawa Y, Miura K, et al. Burnout and risk factors for arteriosclerotic disease follow-up study[J]. J Occup Health, 2009, 51(2):123-131.
- [6] 朱薇. 国内外护士职业倦怠研究现状[J]. 赤峰学院学报, 2013, 29(6):140-142.
- [7] 孙雅博, 王金玲, 张建梅, 等. 不同护龄护士心理健康状态及工作倦怠调查分析[J]. 中国护理管理, 2010, 10(9):70-73.
- [8] 曹晓翼, 刘晓红. 护士职业认同及其干预策略的研究进展[J]. 中华护理杂志, 2010, 45(2):181-183.
- [9] Hsu HY, Chen SH, Yu HY, et al. Job stress, achievement motivaion and occupational burnout among male nurses[J]. J Adv Nurse, 2010, 66(7):1592-1601.
- [10] 朱伟, 娄小平, 王治明. Maslach 工作倦怠量表通用版在护理人员中应用的信度与效度评价[J]. 中国行为医学科学, 2007, 16(9):849-851.

(收稿日期:2014-09-15 修回日期:2015-01-25)