

·综述·

ICU 日记减轻患者家属 ICU 后综合征的研究进展

李洁¹, 于君²

(1 山东中医药大学; 2 山东中医药大学附属医院, 山东济南, 250000)

[关键词] 家属; 重症监护病房; ICU 日记; ICU 后综合征

[中图分类号] R47 [文献标识码] A [文章编号] 1671-8283(2019)04-0062-04 [DOI] 10.3969/j.issn.1671-8283.2019.04.012

ICU diaries reduce PICS-F in family members: a literature review

Li Jie¹, Yu Jun²/Modern Clinical Nursing, -2019, 18(4):62.

(1. Shandong University of TCM; 2. Shandong University of TCM Hospital, Jinan, 250000, China)

[Key words] families of patient; ICU; ICU diary; post-intensive care syndrome

重症监护病房(intensive care unit, ICU)作为挽救危重患者生命的重要力量, 一直以来承担着抢救生命、降低患者死亡率、维持生存的重要角色。近年来, 随着重症医学得到重视且飞速发展, ICU 转出率不断提高^[1], 但由于 ICU 的密闭环境、各种有创性操作、机器报警及与医护人员沟通不足等现实问题的存在^[2], 致使患者本人及其家属在生理、心理、认知等方面出现障碍, 导致 ICU 后综合征(post-intensive care syndrome, PICS)的发生。这些障碍甚至可持续至患者转出 ICU 后, 严重影响患者及家属的后期康复及整个家庭的生活质量。国外研究表明^[3], ICU 日记作为 ICU 过渡期的干预方式, 有效降低 ICU 幸存者及其家属的相关症状的发生率。作为一种治疗手段, ICU 日记在欧洲、北美等国家已得到广泛应用并取得了显著疗效^[4], 但在国内尚缺乏医院开展 ICU 日记研究的报道。鉴于此, 本文就近年来国外 ICU 日记在家属 ICU 后综合征中的应用进展进行综述, 以期为国内 ICU 患者家属的护理提供借鉴, 现报道如下。

1 概述

1.1 ICU 后综合征的概念

ICU 后综合征这一概念由美国重症学会(society of critical care medicine, SCCM)于 2010 年首次提出, 不仅指重症患者转出 ICU 后在心理、生理及认知等方面新出现或加重的如 ICU 失用性萎缩、睡眠紊乱、瞻望、焦虑、创伤后应激综合征等一系列功能障碍^[5]。同时对于家属而言, 由于患者入住 ICU 实施封闭治疗, 致使其不能及时了解患者病情并实施照护, 导致在生理、心理等方面出现障碍, 这些障碍统称为家属 ICU 后综合征(post-intensive care syndrome family, PICS-F)^[5]。PICS-F 的表现主要包括心理障碍和生理障碍两个方面, 心理障碍如焦虑、抑郁、偏执、创伤后应激障碍等症状, 生理障碍表现为睡眠质量下降和疲劳^[6]。研究表明^[7], 这些情况尤其是焦虑、抑郁等心理障碍并不会随着患者从 ICU 的转出而有所好转。究其原因, 可能与承担昂贵医疗费用、生活质量下降、疾病打击等因素有关。

1.2 ICU 日记的概念

ICU 日记又被称为患者日记, 是一种帮助由于镇静或昏迷的患者重拾在 ICU 期间缺失记忆的方法。最早出现于 1980 年的丹麦, 护士通过文字或照片的形式简单记录患者在住院期间所经历的故事

[收稿日期] 2018-07-18

[作者简介] 李洁(1993-), 女, 山东济南人, 硕士在读。

[通信作者] 于君, 主任护师, 本科, E-mail: yujun1214@163.com。

[8],如入院原因、日常活动叙述等。ICU 日记不同于普通日记,作为事件发生和情感体验的主观呈现,其记录者除了 ICU 医护人员外,也可包括患者的家属及朋友。研究表明,ICU 日记的使用可有效降低 ICU 幸存者创伤后应激障碍的发生率^[9],减轻焦虑、抑郁的程度^[10]。目前,ICU 日记作为一种低成本的有效措施已在英国、瑞典等国家得到了广泛应用,成为帮助 ICU 幸存者及家属应对 ICU 后综合征的有效工具^[11-12]。

2 ICU 日记的实施

2.1 护士 ICU 日记

国外研究发现^[13],为 ICU 患者书写日记已成为实施重症护理的重要内容之一,以期为患者及其家属提供更多的心理支持。JONES 等^[14]对 36 名 ICU 患者家属在转出 ICU 后 3 个月内进行的随访中发现,干预组家属通过参与护士 ICU 日记的书写、为护理人员提供包含图片和文字在内的素材、与患者分享日记内容等方式,其创伤后应激症状 14 条清单 (post-traumatic stress symptoms-14 inventory, PTSS-14) 得分较对照组有明显下降。

在 LOCKE 等^[15]的循证实践中,组建了包括组长、ICU 护士长、重症护理专家、内外科医师、护士及牧师和姑息治疗团队在内的 ICU 日记团队,日记内容以“了解我”开头,专门记录患者的个人信息,如姓名、出生日期和喜好等,并留有空间以便记录其他细节及患者和家属的照片,其余内容为 ICU 后综合征的定义、ICU 后往其他护理单元的过渡、出院过程及随访等。在此项目中,护士负责完成最初的日记,其中包括关于患者为何进 ICU 的一个简短的解释,剩余其他内容由交班护士或医生团队等完成,要求每班次至少记录 1 次。日记的记录和书写也有一定规范。JONES 等^[9]随机对照试验中,护士通过标准培训和指南要求,每天准确记录患者在 ICU 期间的生活、治疗及护理过程,发生重大变化时需拍摄照片,要求每日记录时间为数分钟,患者出院或转出时转交并确保其理解的内容。另一研究中对书写日记所需时间进行了研究,认为受到床护比及护士本人书写经验的影响,综合考虑每篇日记的所用时间应在 6min 以内^[16]。同

时,护士在书写日记时,应注意尽量避免使用专业术语^[9],以便于后期患者及家属的理解。

大多数 ICU 中,护士书写的 ICU 日记,同时具备关怀和治疗两个作用^[17]。以护士为作者的 ICU 日记,帮助患者重建了一个正确、完整的 ICU 经历,有效防止患者转出后妄想、错觉等的发生^[18]。日记对患者家属同样提供了一定程度上的情感支持。EWENS 等^[19]通过对出院患者进行访谈,发现家属通过阅读 ICU 日记中的内容同样感受到了来自医护人员的支持,帮助家属更好地掌握患者相关医疗信息,减轻了患者心理负担,是护理工作由专注操作技术转为注重人文关怀的重要体现。但与此同时,护士在书写日记时应注意防止过度移情,充分把握对患者的情感认同度^[20],与患者及其家属保持适当人际距离^[21]。

2.2 家属 ICU 日记

DAVIDSON 等^[22]认为,运用沟通和包容的方式使家庭参与医疗决策,可能对疾病结果产生重大影响。家属书写 ICU 日记大多需要在医护人员的指导下进行^[23]。在 NIELSEN 等^[24]的研究中,当患者入住 ICU 后,护士应将日记记录法介绍给患者的一个或多位家属,并从中选择与患者关系密切且经常探望者进行指导,包括记录方法、时间等,具体内容家属自行决定。一项历时 30 个月的随机对照试验中,护士通过评估不同家属的个体需求,帮助其找到适合的书写方式,护士为家属提供书写日记的笔记本,其内容包括解释说明(日记是为了帮助您及您的家人),可以书写的内容(患者患病的经过、在 ICU 期间及出院后发生的事),不能书写的内容(患者及家属的隐私),照片等,家属对何时与患者分享日记内容享有最终决定权^[25]。

家属在 ICU 日记中表达情感的方式与医护人员是截然不同的,以家属为作者的日记,内容主要围绕着爱与家庭生活。日记作为家属与患者在 ICU 期间沟通的桥梁,虽然书写日记是为了患者,但家属同样从记录中获得了积极的体验。研究表明^[25],采取由多位家属共同记录日记的方法,通过互动共同表达对患者的情感,可以促进家庭成员间的紧密联系。另外,日记作为宣泄与疏导情绪的途径,减轻了家属的心理负担,避免家属 ICU 后综合

征的发生。值得关注的是,目前家属书写的 ICU 日记仍存在暴露隐私、分享时间选择不当等问题,要求护理人员在给予指导时要更加谨慎,防止不必要的护患纠纷的发生。

3 小结

“以患者-家庭为中心”的照护机制,要求在关注患者的同时不能忽略家庭其他成员的健康状况和需求。通过与家属合作书写日记,医护人员通过对日记内容的整体把握,全面了解家属目前面临的困境^[25]。LOCKE 认为^[15],如果医护人员可以就 ICU 转出后患者及家属关心的问题教育,通过 ICU 日记帮助患者找回记忆,就可以降低 ICU 后综合征及家属 ICU 后综合征的发生率,提高患者和家属的护理满意度,改善过渡期护理。但在我国,由于 ICU 护理人员日常工作繁重、护患沟通缺乏等原因,ICU 日记的应用仍有诸多限制,建议参考国外实施模式,探索适用于我国国情的 ICU 日记。

参考文献:

- [1] 韦秀霞,张秀伟,彭剑英,等.国外 ICU 后综合征的研究现状[J].中华护理杂志,2016,51(1):84-89.
- [2] 李丽,赵继军.外科 ICU 患者家属心理压力主要来源的质性研究[J].解放军护理杂志,2011,28(6):15-17.
- [3] GARROUSTE-ORGEAS M, COQUET I, PÉRIER A, et al. Impact of an intensive care unit diary on psychological distress in patients and relatives[J]. Crit Care Med, 2012, 40(7):2033-2040.
- [4] KERMAN E, GRANBERG-AXÉLL A, ERSSON A, et al. Use and practice of patient diaries in Swedish intensive care units: a national survey[J]. Nurs Crit Care, 2010, 15(1):26-33.
- [5] NEEDHAM D M, DAVIDSON J, COHEN H, et al. Improving long-term outcomes after discharge from intensive care unit: report from a stakeholders' conference[J]. Crit Care Med, 2012, 40(2):502-509.
- [6] 杨瑾,白亚娟.家属 ICU 后综合征的研究现状及干预措施[J].护理研究,2017,31(21 下旬版):2582-2584.
- [7] 吴奇云,叶志霞,李丽.ICU 患者家属心理反应及护理研究进展[J].中国实用护理杂志,2015,31(1):2-4.
- [8] EGEROD I, CHRISTENSEN D. Analysis of patient diaries in Danish ICUs: a narrative approach[J]. Intensive Crit Care Nurs, 2009, 25(5):268-277.
- [9] JONES C, BÄCKMAN C, CAPUZZO M, et al. Intensive care diaries reduce new onset post traumatic stress disorder following critical illness: a randomised, controlled trial[J]. Crit Care, 2010, 14(5):R168.
- [10] KNOWLES R E, TARRIER N. Evaluation of the effect of prospective patient diaries on emotional well-being in intensive care unit survivors: a randomized controlled trial[J]. Crit Care Med, 2009, 37(1):184-191.
- [11] EGEROD I, SCHWARTZ-NIELSEN K H, HANSEN G M, et al. The extent and application of patient diaries in Danish ICUs in 2006[J]. Nurs Crit Care, 2007, 12(3):159-167.
- [12] ÅKERMAN E, ERSSON A, FRIDLUND B, et al. Preferred content and usefulness of a photodiary as described by ICU-patients—a mixed method analysis[J]. Aust Crit Care, 2013, 26(1):29-35.
- [13] EGEROD I, RISOM S S, THOMSEN T, et al. ICU-recovery in scandinavia: a comparative study of intensive care follow-up in denmark, norway and sweden[J]. Intensive Crit Care Nurs, 2013, 29(2):103-111.
- [14] JONES C, BÄCKMAN C, GRIFFITHS R D. Intensive care diaries and relatives' symptoms of posttraumatic stress disorder after critical illness: a pilot study[J]. Am J Crit Care, 2012, 21(3):172-176.
- [15] LOCKE M, ECCLESTON S, RYAN C N, et al. Developing a diary program to minimize patient and family post-intensive care syndrome[J]. AACN Adv Crit Care, 2016, 27(2):212-220.
- [16] NYDAHL P, BÄCKMAN C G, BEREUTHER J, et al. How much time do nurses need to write an ICU diary? [J]. Nurs Crit Care, 2013, 19(5):222-227.
- [17] GJENGEDAL E, STORLI S L, HOLME A N, et al. An act of caring—patient diaries in Norwegian intensive care units [J]. Nurs Crit Care, 2010, 15(4):176-184.
- [18] 刘瑞红,张霞,万晶晶.ICU 患者日记的应用进展[J].护理学报,2017,24(23):28-31.
- [19] EWENS B, CHAPMAN R, TULLOCH A, et al. ICU survivors' utilisation of diaries post discharge: a qualitative descriptive study[J]. Aust Crit Care, 2014, 27(1):28-35.
- [20] 苏涛,江智霞,吴琼,等.ICU 日记临床应用效果研究进展[J].护理学报,2018,25(9):35-38.
- [21] PERIER A, REVAH-LEVY A, CÉDRIC BRUEL, et al. Phenomenologic analysis of healthcare worker perceptions of intensive care unit diaries[J]. Crit Care, 2013, 17(1):R13.
- [22] DAVIDSON J E, JONES C, BIENVENU O J. Family response to critical illness: postintensive care syndrome – family[J]. Crit Care Med, 2012, 40(2):618-624.
- [23] NIELSEN A H, ANGEL S, EGEROD I, et al. The effect