

# 運用認知治療照護身體畸形合併重度憂鬱症病人的護理經驗

蘇碧玉

## 摘要

本文描述運用短期認知治療照護一位身體畸形疾患合併重度憂鬱症病人的經驗。於民國101年10月27日至101年11月6日，藉由關懷、同理心、情緒支持及定期會談與個案建立治療性關係，並運用五大層面護理評估，發現個案有：身體心像紊亂、低自尊、社交互動障礙及睡眠形態紊亂等問題。筆者透過為期11天共6次的短期認知治療及自我紀錄方式，加強個案自我察覺能力，使其瞭解負向自動化思考源自認知的偏差。發現藉由短期認知治療能使個案以正向思考面對壓力源、重建自信與自我價值。個案出院後連續三週的電話追蹤發現此正向思考模式能持續運用在現實生活的壓力情境。藉由本文的分享，冀望精神科護理人員，在面對身體畸形合併重鬱症患者時，能運用短期認知治療改善其負向思考。

**關鍵詞：**身體畸形合併重度憂鬱症、認知治療、身體心像紊亂。