

作为确诊病人家属，如何调整自己的心理状态



2020年1月30日，柯某的岳父因新型冠状病毒感染的肺炎于当日在医院去世，柯某情绪激动，抓扯并殴打医生头部和颈部，医生的口罩、防护服也被扯坏，扰乱了医院正常秩序。硃口警方接到报警后，依法对柯某进行了刑事拘留。

随着疫情的持续发展，确诊被新型冠状病毒感染，不仅对患者自身而言是一次考验，对于其家属而言同样也是一次严峻的考验。

患者家属的心理特征

- 通过查找资料、向亲朋好友打听、翻阅新闻等方式了解跟该病相关的信息；
- 做好各种防护措施。

重症患者的家属心理调节：保持理性和冷静

- 管理好自己的冲动情绪和行为；
- 充分了解患病后的各种可能结局；
- 尝试理解和接纳不理想的治疗结果。

建立疾病康复的信念：家人会好的

- 用积极和乐观的心态去对待这次疫情；
- 坚定疾病康复的信念；
- 把积极态度传递给患者，间接的让患者感受的这种乐观情绪。

家属的自我保护可以给患者带来安全感

- 做好自身的防护及心理调整；
- 按照医护人员的要求进行医学观察；
- 提升自己的免疫力。



疫情来临，全国行动，万众一心。在守卫家人健康，帮助家人康复的过程中，我们能做的就是积极调整自己的心理状态，冷静理智地看待病情，同时做到及时科学的自我保护，帮助被确诊的家人共度难关。

