

# 心理护理干预对精神分裂症患者抑郁症状的改善效果

王天琦

内蒙古鄂尔多斯市东胜区人民医院 内蒙古 鄂尔多斯市 017000

**摘要:**目的: 分析探讨心理护理干预对精神分裂症患者抑郁症状的应用效果。方法: 随机选取2019年10月至2020年的接受治疗100例精神分裂症患者, 随机分为基础护理组与心理护理组, 每组各50例。基础护理组患者接受常规护理。心理护理组在常规护理的基础上实施心理护理干预措施。结果: 两组患者干预前后抑郁状态评分的对比。两组干预前抑郁状态评分对比无差异 ( $P > 0.05$ ); 心理护理组干预2、4、8周后的抑郁状态评分均优于基础护理组 ( $P < 0.05$ )。见表1。结论: 与常规护理干预措施相对比, 给予精神分裂症患者心理护理干预措施, 具有更加显著的治疗效果, 能够改善患者的抑郁症状, 提升患者的治疗依从性, 保障患者的生活质量, 提高患者的护理满意度。

**关键词:** 精神分裂; 抑郁症; 心理干预; 改善效果

## 引言

精神分裂症是临床常见的慢性精神类疾病之一, 临床上多表现为复杂多样的症状, 不同个体、不同疾病类型、处于疾病的不同阶段, 其临床表现有很大的差异, 但是感知、思维、情感、意志和行为的不协调和脱离现实环境仍为主要表现, 不仅会为患者及其家庭带来巨大的痛苦, 同时也会为国家造成一定的负担, 甚至部分患者病情因未得到及时的控制可能致死致残<sup>[1]</sup>。精神分裂症是一种心身疾病, 是以心理、社会因素为重要原因引起的有一定病理改变的某种躯体疾病。精神分裂症可能和一些人性格内向、思想比较狭隘、面对各种压力时内心不强大有关, 表现有谵妄、暴躁、破坏、敏感、淡漠等, 具体分为几种不同的类型, 但心理干预都是主要干预方向。有研究显示, 积极心理学护理干预对提升精神分裂症患者生活质量可以起到积极作用。

目前, 精神分裂症在我国临床上十分常见, 且多数患者在发病后期都会表现出抑郁症状, 据有关调查数据显示, 精神分裂症病患发生抑郁症状的概率在31.08%左右, 因抑郁症状的产生会对患者的生活质量、社会与认知功能等造成严重损害, 所以, 临床有必要加强对精神分裂症病患进行早期对症治疗及护理的力度<sup>[2]</sup>。心理护理是一种新型的护理模式, 通过给予患者有效的心理疏导, 可有效减轻精神分裂症患者的心理负担和痛苦, 避免疾病的恶化, 减轻焦虑和抑郁症状, 从而提高患者的治疗依从性。

**通讯作者:** 王天琦, 女, 蒙古族, 1983年8月, 内蒙古通辽市开鲁县人, 本科, 内蒙古鄂尔多斯市东胜区人民医院, 主管护师, 研究方向: 催眠, 邮箱: 809564696@qq.com.

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

随机选取2019年10月至2020年的接受治疗100例精神分裂症患者, 随机分为基础护理组与心理护理组, 每组各50例。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 基础护理组患者接受常规护理。

#### 1.2.2 心理护理组患者接受心理护理。

在常规护理的基础上, 建立心理护理小组, 为患者提供心理护理。

(1) 建立心理护理小组。由精神科资历高、经验丰富的护理人员组成心理护理小组, 在护理人员入组前进行专业心理护理方法培训, 培训结束后, 采用考核的方式进行评价, 考核成功的护理人员参与本次护理<sup>[3]</sup>。

(2) 舒适化的心理护理, 对患者所在的病房进行布置, 拉上窗帘遮挡阳光, 防止阳光直射对护理效果造成影响, 病房内其他人员要保持安静, 然后指导患者闭紧眼睛, 播放舒缓轻柔的音乐, 可以选择大自然的声音, 如风吹树叶的声音、小河流淌的声音等。在相对安静的环境下让患者保持静止状态, 接着对患者进行语言引导干预, 让患者幻想自己身处空旷的平原上, 阳光温暖, 微风轻拂, 耳边传来水流声, 伴着微风呼吸, 感受生灵的气息, 接着身体逐渐向上升起, 大地、河流、青草都越来越远, 最终自己到达一个充满着氧气的地方, 慢慢地吸入氧气, 再呼出混浊气体<sup>[4]</sup>。以这种方式引导患者, 安静的环境作为前提, 轻柔的音乐当作背景, 护理人员的引导当作旁白。

(3) 营造良好的住院环境。在病室内设置读书角, 摆放适合精神分裂症患者阅读的温暖、感恩类书籍, 帮助患者增强正面积极情绪。告知患者营造安静舒适环境

的重要性,尽可能避免大声喧哗。帮助患者规律作息,白天鼓励其积极参与科室活动,增加与护理人员及病友间的沟通,夜间则需保持安静,同时护理人员也需尽量不在患者休息时间内使用噪音较大的仪器进行护理操作,保证患者良好的睡眠。在护理操作中注重保护患者隐私,不私下议论患者,杜绝泄露患者隐私的情况。

## 2 结果

### 2.1 两组患者干预前后抑郁状态评分的对比

两组干预前抑郁状态评分对比无差异( $P > 0.05$ );心理护理组干预2、4、8周后的抑郁状态评分均优于基础护理组( $P < 0.05$ )。见表1。

表1 两组患者干预前后抑郁状态评分的对比(分,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	干预前	干预2周后	干预4周后	干预8周后
基础护理组	50	28.14 ± 1.28	23.64 ± 2.37	17.58 ± 1.34	12.05 ± 1.16
心理护理组	50	28.07 ± 1.69	20.17 ± 1.36	13.24 ± 1.37	7.34 ± 1.02
<i>t</i> 值		0.224	14.172	15.361	20.681
<i>P</i> 值		0.823	0.000	0.000	0.000

2.2 两组的护理满意度比较:详见表2,两组的护理满意度差异有统计学。

表2 两组的护理满意度[n(%)]

组别	例数	非常满意	一般满意	不满意	满意度
心理护理组	50	39(58.21)	26(38.81)	2(2.99)	65(97.01)
基础护理组	50	30(45.45)	26(39.39)	10(15.15)	56(84.85)

## 3 讨论

随着我国社会的不断发展,人们生活水平明显提高,与此同时,也给人们造成了多方面的压力,导致精神分裂症患者正在逐渐增加,青壮年为该疾病的多发群体,从而在无形中增加了社会负担。精神分裂是常见的疾病之一,大多数患有精神分裂症的人由于该疾病而具有很大的心理负担。精神分裂症的患者表现为思维、感知、情感、行为和心理活动等方面的障碍。多数精神分裂症患者存在不良心理,给患者带来身心负担和痛苦,且对患者的工作和生活有严重影响<sup>[5]</sup>。精神分裂症患者的病程较长,加之封闭的环境、昂贵的治疗费用使患者容易出现焦虑、紧张、抑郁等消极情绪,部分患者甚至出现抗拒治疗、轻生的念头。精神分裂症患者通常出现以下表现:①怀疑诊断的准确性。②消极对待,不愿积极治疗。③对医护人员不信任。因此,对精神分裂症患者进行心理干预是重要的治疗措施之一。针对精神分裂症伴抑郁症状患者进行心理护理干预可有效减轻患者的抑郁程度,提高疗效。

精神分裂症为慢性迁延性疾病,现阶段疾病的发病机

制尚不明确,疾病主要与神经因素、遗传因素与脑组织结构异常相关。患者受到疾病的影响无法更好地适应环境,因此临床护理对于患者生活质量的影响非常重要。积极心理学护理干预在精神分裂症的治疗方面能够产生积极影响。将积极心理学应用于精神分裂症的患者中可以有效激发患者正能量,帮助患者提高心理健康程度,从而缓解疾病症状,促进疾病恢复。因此,对于精神分裂症伴抑郁症状患者需及时采取有效的心理护理措施,积极疏导患者的心理压力,使患者建立积极乐观的心态。

随着社会型医疗模式的发展,患者本身对心理健康的认知认识越来越多,因此患者的心理健康得到越来越多的重视。尤其针对精神分裂症伴抑郁症状患者而言,心理素质低、依从性差等严重影响了治疗及护理质量。对于此类患者,传统的护理工作主要为执行医师所下达的医嘱,其工作被动、刻板,不能体现人文关怀。将心理护理作为护理工作的内容是改善目前护理质量的有效措施。心理护理在精神分裂症伴抑郁症状患者中的应用,可帮助患者更好的宣泄心理压力,促使患者建立治疗自信心,减轻患者的抑郁症状,提高自我心理调节能力。加强康复期患者的心理护理,对于调动患者主观能动性、促进行为规范、促进劳动技能、社会功能恢复等都有重要的意义。通过加强心理护理,可使康复期精神分裂症患者从悲观到信念希望,从怯懦到坚强意志,从消沉到情绪高涨,从盲目到心理控制,从被动走向主动,利于早期康复

## 4 结束语

综上所述,与常规护理干预措施相对比,给予精神分裂症患者心理护理干预措施,具有更加显著的治疗效果,能够改善患者的抑郁症状,提升患者的治疗依从性,保障患者的生活质量,提高患者的护理满意度。

## 参考文献:

- [1] 黄素怡,陈秋燕.心理护理干预对改善精神分裂症康复期患者日常生活能力的作用[J].心理月刊,2021,16(1):116-117.
- [2] 孙雅君.心理护理对改善精神分裂症患者抑郁症状的疗效评价[J].中外女性健康研究,2020(7):164-165.
- [3] 何宏.积极心理学理论在精神分裂症康复护理中的应用效果[J].心理月刊,2020,15(1):74.
- [4] 徐莉,赵莉冰,刘颖.心理护理干预在精神分裂症药物治疗患者中的应用研究[J].现代医药卫生,2020,36(24):3993-3995.
- [5] 张晨.心理护理干预对改善精神分裂症患者抑郁症状的效果探析[J].中国医药指南,2020,18(18):293-294.