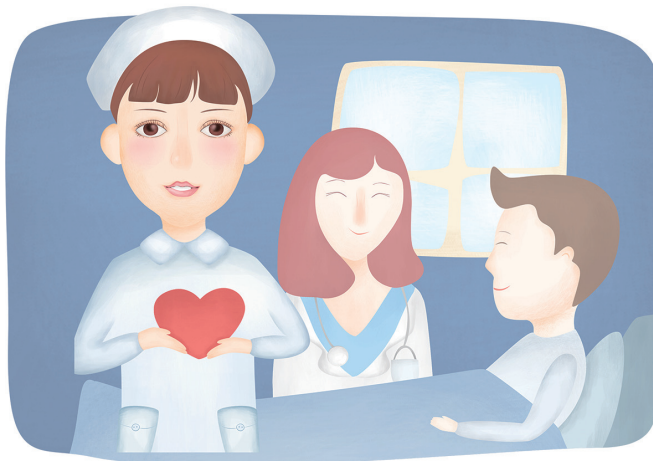


精神分裂症患者的日常护理

叶佳 （上海市嘉定区精神卫生中心，上海 201800）



精神分裂症是一种常见重性精神疾病，病因尚未完全明确。从遗传角度上，倾向于多基因遗传；从神经生化角度上，有多种假说，如多巴胺功能亢进等；还有环境、心理等影响因素。精神分裂症多起病于青壮年期，常在思维、情感、行为等重要方面有障碍，如被害妄想、幻听、幻视、情感不协调、行为紊乱等，一般不表现出智能方面的障碍。大部分患者处于疾病严重阶段时，对疾病没有任何自知力，否认自己患病。所以，对精神分裂症患者的护理显得尤为重要。

精神分裂症的前兆有哪些

性格改变

原本温和沉静的人突然变得蛮不讲理，常为微不足道的小事发脾气；对周围的人和事起疑心，如见到别人讲话，会认为在议论自己。

行为动作异常

精神分裂症患者早期会出现一些异常行为，如对空叫骂或喃喃自语，甚至还会做出一些莫名其妙的动作，让人难以理解。

情绪反常

患者总会无缘无故笑起来，对周围亲朋好友爱

理不理，对别人没有任何关心，也不理会别人对他的关心。

精神分裂症的症状

精神分裂症的症状主要有思维障碍、情感障碍和意志行为减退。

思维障碍

特点是患者在意识清楚的情况下，思维联想散漫或分裂，缺乏具体性和现实性，最典型的表现是破裂性思维。如患者的言语或者书写的语句，在文法结构虽然无异常，但语句、概念或上下文之间缺乏联系，失去中心思想，思维逻辑混乱。

情感障碍

主要以情感迟钝淡漠为主，比如对亲朋好友的关怀无动于衷，对周围事物漠不关心，反应变得迟钝，对生活学习的要求减退，缺乏兴趣爱好。

意志行为减退

表现为行为懒散，活动减少，缺乏主动性行为，被动退缩，不主动与人来往，对学习生活和劳动缺乏积极性和主动性；严重时，患者行为极为被动，终日卧床或闭门不出，无所事事。

对于精神分裂症的患者，一般采取抗精神病药

物治疗。但在进行药物治疗时，应系统而规范，强调足量足疗程。

治疗期间护理要点

(1) 要和精神分裂症患者建立良好的关系。主动关心、尊重、接受患者，帮助其了解疾病，坚定治疗信心；对其提出的合理要求适当满足，不要发生争执、对抗；耐心与患者进行交谈，并进行约定，约束其偏激行为。

(2) 家属应该主动承担起监护责任，及时带患者就医，根据医嘱监督其按时服药；建立医患联盟，与医生保持密切联系，有任何突发状况都应及时与医生取得联系。

(3) 鼓励患者自行料理日常生活。对于一些无法自我完成的患者，可以从旁进行协助。注意检查患者的饮食起居状况，帮助其保持卫生。

(4) 每日测量记录患者的体温、心率、血压、呼吸频率、睡眠、饮食和大小便情况。

(5) 鼓励患者参加基础社会生活，如从事一些简单的社会活动，帮助恢复社会功能。

(6) 对患者因精神异常出现不食或暴食的行为予以纠正，合理安排就餐时间。如果患者长期拒食，需要对其补液和补充营养的支持治疗。

(7) 对于有自杀倾向的患者，家属要有防范意识，锁好门窗，不要放置任何可能让患者受伤的物品，同时让患者的活动范围控制在可监视的范围内。

(8) 部分患者拒绝服药，可采用口服崩片、肌肉注射抗精神病药物、电休克治疗，或口服长效抗精神病药物。

(9) 部分患者不好好吃药，可能含在嘴里不咽下去，或者直接吐掉。此时，家人一定要监督患者吃药全过程，保证药物完全吞下。

(10) 妄想和幻觉是精神分裂症的常见症状，患者对相关内容坚信不疑，容易有出走及危害社会、他人或者自己的行为，此时要严加看管，防止其单独外出。

(11) 定期开展科普知识讲座，让患者了解精神分裂症的病因、症状，熟悉抗精神病药物的作用，识别一些常见的药物不良反应及相应处理的方法；同时开展文娱、工疗活动，提高患者的生活和工作能力，防止发生精神衰退。

精神分裂症康复后护理措施

(1) 患者获得临床治愈后，一定要遵医嘱保证每日足量、足疗程的服药，这是控制病情复发的关键，家属也必须在旁边监督。

(2) 定期带患者到医院进行复查，定期向医生汇报患者一段时间以来的行为状态。

(3) 规律生活，包括饮食规律、清淡、健康，睡眠时间充足。

(4) 要求患者多与他人沟通，尽量融入社会，多接触一些开心快乐的事情，这对于稳定病情很有帮助。

(5) 适当进行锻炼，一方面能提高患者的身体素质，另一方面可保持身心健康。

(6) 家属要时刻关注患者的生活日常，协助其处理日常事务，尽量满足患者的合理要求，同时不要发生争执。

(7) 生活空间尽量宽松一点，因为让患者独处于狭窄的空间有可能导致精神分裂症复发。

(8) 多关注患者的行为模式、思维方式和情绪变化，如果出现异常一定要立刻和医生进行交流，看是否需要再次入院行治疗。

(9) 家人和社会应该正视康复后的精神分裂症患者，不要歧视，促进患者的精神康复。

(10) 定期让患者参加心理健康教育的课程，家人可以共同学习、探讨，让患者充分认识到这种疾病的发作规律和预防办法，有效避免刺激疾病复发的因素，建立正常、积极的心理。

综上所述，家属和社会需要对精神分裂症患者给予足够的关爱与尊重，帮助其努力融入正常的生活中。对于一些急性期的患者，大家也需要做好自我保护工作，防止受到伤害。