

精神分裂症患者应用康复护理的效果及对睡眠质量影响分析

胡惠源

娄底市康复医院 湖南娄底 417000

摘要：目的：观察精神分裂症患者应用康复护理的效果及对睡眠质量的影响。方法：选取我院精神分裂症患者 76 例（2021 年 8 月至 2022 年 8 月），随机分为康复护理的观察组（38 例）与常规护理的对照组（38 例），观察精神症状、认知功能、睡眠质量、满意度。结果：与对照组相比，观察组 PANSS 评分低，CASI 评分高，PSQI 评分低，满意度评分高， $P < 0.05$ 。结论：给予精神分裂症患者康复护理，能改善患者精神症状，促进其睡眠质量及认知功能的提高，获得较高的满意度，值得借鉴。

关键词：精神分裂症；康复护理；效果；睡眠质量

Analysis of the effect of rehabilitation nursing on sleep quality in patients with schizophrenia

Huiyuan Hu

Loudi Rehabilitation Hospital, Loudi 417000, China

Abstract: Objective: To observe the effect of rehabilitation nursing in patients with schizophrenia and its influence on sleep quality. Methods: A total of 76 patients with schizophrenia (from August 2021 to August 2022) in our hospital were selected and randomly divided into rehabilitation nursing observation group (38 cases) and conventional nursing control group (38 cases). Psychiatric symptoms, cognitive function, sleep quality and satisfaction were observed. Results: Compared with the control group, the observation group had lower PANSS score, higher CASI score, lower PSQI score and higher satisfaction score ($P < 0.05$). Conclusion: Giving rehabilitation nursing to patients with schizophrenia can improve their mental symptoms, promote the improvement of sleep quality and cognitive function, and obtain higher satisfaction, which is worth reference.

Keywords: schizophrenia; Rehabilitation nursing; Effect; Sleep quality

精神分裂症临床发生率较高，是一种常见的精神病，患者发病后相关症状较为明显，如情绪变化无常、感知障碍等，在这种情况下就会对其生活、工作等造成影响^[1]。对于患者而言，如果长时间处于患病状态，会导致社会功能缺陷，降低其生活质量，在这种情况下若不能进行及时有效的治疗，就会进一步加大患者身心痛苦，不仅会出现自杀行为，还可能对他人以及社会造成危害^[2]。患者常由于心理上的焦虑而出现睡眠障碍的情况，进一步使其身心痛苦加大，而且导致病情恶化，形成恶性循环^[3]。因此，精神分裂症患者要想更快的康复，就必须通过有效的干预，使其保持足够的睡眠，减少不良因素影响。本研究选取我院精神分裂症患者 76 例，观察康复护理效果。

一、资料与方法

1.1 一般资料

选取我院精神分裂症患者 76 例（2021 年 8 月至 2022 年 8 月），随机分为 2 组。对照组 38 例，男 22 例，

女 16 例，年龄 23 至 54 (38.26 ± 2.84) 岁，病程 1 至 12 (6.48 ± 1.32) 年，观察组 38 例，男 21 例，女 17 例，年龄 24 至 55 (39.73 ± 2.27) 岁，病程 1 至 11 (6.72 ± 1.26) 年。一般资料对比， $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组：按时服药，叮嘱注意事项，进行相应的功能康复训练等。

观察组：①对于精神分裂症患者而言，其疾病的发展与转归会受到患者自身心理等因素的影响，因此对其开展心理干预是非常重要的。患者长时间患病期间存在严重的社交功能缺陷，并且表现为消极心态，在这种情况下就会使得病情进一步加重，对其睡眠质量以及康复造成影响。因此，需要帮助患者熟悉周围环境，在此期间护理人员保持良好的态度，提高病房环境的舒适度，保持清洁、安静，并且告诉家属给予患者关爱与陪伴。还可为其安排一些社交场合，使得患者能够进行一些简单的社交，使其社交能力得以恢复，进而改善心理状态，

提高睡眠质量，促进病情改善。护理过程中护理人员需要保证温柔得体，时刻保持微笑，给予患者无微不至的关爱，使得患者心中痛苦得以减轻，促进睡眠质量提升。患者焦虑情绪可以通过移情法以及呼吸法进行缓解，并且引导患者培养一些兴趣爱好，转移其对自身病情的注意力，保持乐观积极的心态。使得患者掌握轻松愉悦的呼吸方式，主要为腹式呼吸法，能够使其放松身心，促进睡眠质量提升。②为患者制定合适的作息表，告诉其合理作息的重要性，能够养成良好的作息习惯，患者应该尽可能减少白天睡眠时间，晚上有睡意时再上床。在睡前通过泡脚的方式促进血液循环，对快速睡眠也具有积极作用。指导患者开展肌肉放松训练，使得各个部位能够渐进性的放松，进而促进睡眠质量的提升。③对患者进行宣传教育，提醒患者日常生活中应该注意的内容，使其不良行为习惯得以改善，在此过程中还应该加强对家属的宣传教育，能够使其对患者有更多的包容以及理

解，并且提高对疾病的认知程度，能够配合医院给予患者帮助与支持，为其提供更多的关爱，促进病情恢复。对其他人群开展知识宣传教育，能够使其对于精神分裂症有正确的认知，消除歧视，给予患者关爱以及同情，营造良好的社会氛围。

1.3 观察指标

精神症状：阳性与阴性症状量表（PANSS）；认知功能：认知功能筛查量表；睡眠质量：匹兹堡睡眠质量指数（PSQI）；满意度：5 个方面，各 20 分。

1.4 统计学方法

SPSS20.0，计量资料表示： $(\bar{x} \pm s)$ ，t 检验，计数资料表示：n，%， χ^2 检验， $P < 0.05$ ，差异有统计学意义。

二、结果

2.1 精神症状对比

干预后，观察组低于对照组， $P < 0.05$ ，见表 1。

表 1 精神症状对比（分）

组别	一般精神病理		阴性症状		阳性症状		总分	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组 (n=38)	58.34±5.33	51.84±4.58	35.28±4.72	32.54±4.57	19.62±2.65	17.52±2.45	113.28±8.63	95.28±7.23
观察组 (n=38)	58.62±4.27	47.62±4.83	35.50±4.57	27.63±4.27	19.53±2.38	16.38±2.13	113.82±7.53	88.61±6.39
t	0.2527	3.9081	0.2064	4.8393	0.1557	2.1646	0.2906	4.2611
P	0.8012	0.0002	0.8370	0.0000	0.8766	0.0336	0.7721	0.0001

2.2 认知功能对比

观察组高于对照组， $P < 0.05$ ，见表 2。

表 2 认知功能对比（分）

组别	语言表达	定向力	思维能力	记忆力	注意力	总分
对照组 (n=38)	5.76±1.46	6.11±1.23	7.56±1.11	6.03±1.18	5.28±1.39	31.74±4.73
观察组 (n=38)	6.89±1.53	7.53±1.52	9.04±1.63	7.95±1.42	7.52±1.64	38.62±5.47
t	3.2937	4.4767	4.6263	6.4205	6.4230	5.8648
P	0.0015	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

2.3 睡眠质量对比

观察组低于对照组， $P < 0.05$ ，见表 3。

表 3 睡眠质量对比（分）

组别	日间功能障碍	催眠药物	睡眠障碍	睡眠效率	睡眠时间	入睡时间	睡眠质量
对照组 (n=38)	1.13±0.32	0.78±0.23	0.68±0.23	0.72±0.23	1.32±0.23	1.27±0.23	1.16±0.38
观察组 (n=38)	0.62±0.23	0.54±0.11	0.51±0.17	0.36±0.10	0.83±0.27	0.69±0.17	0.76±0.21
t	7.9776	5.8029	3.6640	8.8484	8.5162	12.5009	5.6793
P	0.0000	0.0000	0.0005	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

2.4 满意度对比

观察组高于对照组, $P < 0.05$, 见表 4。

表 4 满意度对比 (分)

组别	护理态度	护患交流	心理疏导	健康指导	操作技能
对照组 (n=38)	13.84±1.25	14.23±1.28	15.37±1.52	14.28±1.34	13.28±1.29
观察组 (n=38)	18.23±1.31	18.12±1.37	18.33±1.40	18.42±0.74	18.11±1.45
t	14.9455	12.7896	8.8297	16.6719	15.3413
P	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

三、讨论

精神分裂症是一种综合症, 其并不是单一的精神症状, 属于慢性精神疾病, 该病在青壮年群体中具有较高的发生率, 并且其病因尚不完全明确^[4]。该病常通过药物方式进行治疗, 同时为患者提供相应的心理以及社会支持也是非常重要的。患者发病后身心会受到较大影响, 在各个不良因素影响下导致睡眠障碍的发生, 不利于其身体康复, 同时患者精神活动异常, 常常脱离现实社会, 存在不符合生活环境氛围的情况^[5]。临床认为, 该病的发生与遗传及神经发育缺陷共同作用有着密切联系, 临床发生率较高, 并且会反复发作, 临床尚无明确的治疗方式, 常通过药物开展治疗^[6]。近年来, 由于医疗理念的不断发展, 使得精神分裂症护理内容以及重点有了较大的变化。

本研究结果中, 与对照组相比, 观察组 PANSS 评分低, CASI 评分高, PSQI 评分低, 满意度评分高, $P < 0.05$ 。精神分裂症患者常规护理内容不够全面, 效果欠佳, 需要为其选择更为有效的护理模式。康复护理的核心理念就是康复, 然后对患者开展全方位的干预, 将其应用于精神分裂症患者护理中, 所涉及的内容较多, 如行为、心理、睡眠、情感支持等, 能够对患者开展多维度的干预, 使其身心压力得以减轻, 促进社会适应性的提高^[7]。护理期间以整体护理的理念开展工作, 能够对患者开展全面的干预, 使得不良心理状态得以消除, 而且有利于生理状况的改善, 减少其病理痛苦, 获得较高的睡眠质量, 进而加快身体康复速度。同时护理人员能够考虑到患者病情情况, 给予相应的护理措施, 对其睡眠情况进行密切的观察, 积极开展心理指导, 使其对周围环境有进一步的认知, 并且保证护理人员以良好的态度面对患者, 避免加大患者心理压力, 减轻心中痛苦, 并且通过移情法、呼吸法、转移注意力等方式使得身心处于舒适状态, 促进睡眠质量的提高^[8]。积极开展睡眠指导, 合理安排睡眠时间, 并且在睡前做一些有助于睡眠的活动, 创造良好的睡眠环境, 并且养成良好的睡眠习惯, 进而提高睡眠质量。积极开展宣传教育, 能够使得患者正确看待自身病情, 并且了解疾病需要注意的内容, 做到自

我管理^[9]。对家属宣教, 有利于家属给予患者更多的包容与理解, 发挥协助作用, 能进一步提高护理质量。对其他人群开展宣教, 能获得其他人群的支持及理解, 使其减少对精神分裂症的错误认知。

所以, 康复护理用于精神分裂症患者中, 能改善患者精神症状, 促进其睡眠质量及认知功能的提高, 获得较高的满意度, 具有推广价值。

参考文献:

- [1] 顾蕙, 郑梅芳, 江丽娜. 时效激励理论联合康复护理对精神分裂症患者远近期效果及预后分析 [J]. 重庆医学, 2021, 50(S01): 425-427.
- [2] 余小定. 基于人文关怀护理理念的心理干预在精神分裂症康复期患者中的应用效果 [J]. 中华现代护理杂志, 2021, 27(36): 5017-5020.
- [3] 卫萍, 衣琼. 吴茱萸外敷结合人性化护理对精神分裂症患者睡眠质量的影响 [J]. 临床与病理杂志, 2020, 27(11): 2994-2999.
- [4] 吴雯韬. 时效激励理论联合康复护理对精神分裂症患者远近期效果及预后的影响 [J]. 河北医药, 2020, 42(18): 2867-2870.
- [5] 周晓月, 郑亚丽, 周仙琴. 医院-社区-家庭一体化延续护理对精神分裂症患者防治和康复的影响 [J]. 中国康复, 2022, 37(1): 61-64.
- [6] 黄宏. 个性化三维护理对女性精神分裂症患者预后康复的效果观察 [J]. 实用临床医药杂志, 2022, 26(20): 53-56.
- [7] 陈妍琼, 施丽琴. 人文关怀护理应用于老年精神分裂症患者对其康复及回归社会的影响情况研究 [J]. 中国药物与临床, 2021, 21(14): 2602-2603.
- [8] 王敏, 王文玲, 蒋红, 等. 希望疗法联合积极心理学理论对住院精神分裂症患者康复效果及生活质量的影响研究 [J]. 贵州医药, 2022, 46(9): 1482-1483.
- [9] 杨新, 赵桂军, 须琼英, 等. 基于 4R 模式的随访管理对首发精神分裂症患者康复效果和生存质量的影响 [J]. 精神医学杂志, 2021, 21(4): 340-343.