

老年科精神疾病患者的康复治疗策略

刘 静

四川省江油市精神病医院 四川 江油 621700

【摘 要】: 精神疾病是日常生活中的常见问题, 常常对患者的身心健康造成严重威胁。精神疾病患者年龄普遍偏大、病情也更为复杂, 康复治疗过程存在较多安全隐患。因此, 做好老年科精神疾病患者的康复治疗工作非常重要。但由于老年患者的身心状况与生理特点等原因, 在开展康复治疗的过程中常常会出现一些危险因素、存在隐患。基于此, 本文简要分析了老年科精神疾病的分类与病因, 并针对老年科精神疾病患者的康复治疗策略进行了深入探究, 希望能够给相关工作人员提供一些参考, 推进我国医疗事业的发展与创新。

【关键词】: 老年科; 精神疾病患者; 康复治疗; 策略

Rehabilitation Treatment Strategies for Psychiatric Patients in Geriatrics

Jing Liu

Jiangyou Psychiatric Hospital, Sichuan Jiangyou 621700

Abstract: Mental illness is a common problem in daily life, often posing a serious threat to the physical and mental health of patients. Mental illness patients are generally older and have more complex conditions, and there are many safety hazards in the rehabilitation treatment process. Therefore, it is very important to do a good job in the rehabilitation and treatment of mental illness patients in geriatrics. However, due to the physical and mental conditions and physiological characteristics of elderly patients, there are often some risk factors and hidden dangers in the process of rehabilitation treatment. Based on this, this article briefly analyzes the classification and etiology of psychiatric disorders in geriatrics, and conducts in-depth exploration of rehabilitation treatment strategies for patients with psychiatric disorders in geriatrics. It is hoped to provide some reference for relevant staff and promote the development and innovation of China's medical industry.

Keywords: Geriatrics; Patients with mental illness; Rehabilitation treatment

引言

随着社会经济的进步和发展, 越来越多的人开始关注自身的健康问题。除了身体健康, 如今的人们更关心心理和精神的健康。作为精神障碍的一种, 精神疾病不仅会影响老年患者的身体健康, 还会影响他们的日常生活。在康复治疗过程中, 老年科精神疾病患者要面对许多问题, 例如: 如何继续就医、药物治疗, 逐渐治愈身体、稳定病情, 如何快速重建人际关系、顺利回归家庭和社会等。因此, 只有了解老年科精神疾病患者的康复治疗措施, 才能帮助患者尽快康复。

1 了解精神疾病

1.1 精神疾病的概述

严格来说, 精神疾病是一种精神障碍。它是个体认知、情感或是意志行为障碍为特征的一种综合征况。不仅会影响患者的思想和情绪, 还会影响他的行为。由于疾病原因, 老年科患者会出现各种症状, 其中包括有精神分裂症、双向情感障碍、躁郁症等。近年来, 随着生活节奏的加快和压力的增加, 老年科精神疾病发病率也随之增多, 甚至各个年龄段的人都可能出现精神疾病问题, 通过对近年来发病的患者进行统计发现, 大多数患者也越来越年轻。

1.2 精神疾病的分类

精神疾病有很多种, 最常见的是以下两种:

(1) 器质性: 这类精神疾病多由中枢神经系统疾病、

中毒、脑损伤或是脑炎等引起, 从而形成器质性疾病。老年科患者常有意识障碍、感觉出现障碍或人格行为改变等问题。

(2) 功能性: 这类精神疾病是由于老年科患者生物学、心理因素以及患者居住生活的环境因素的长期相互作用的所致。患者经常会出现情绪障碍、幻觉、妄想、精神分裂等症状。

1.3 精神疾病的病因

因为精神疾病是脑疾病, 较为复杂, 其成因各不相同、因人而异, 并受其他因素相互作用的影响。通常有以下几个病因:

(1) 遗传因素: 精神疾病是一种遗传性较强的疾病, 直系亲属中有精神疾病的人群患病率高于正常人群。例如, 精神分裂症的遗传率可高达 80%。

(2) 发育异常: 部分患者可能由于遗传与某些因素相互作用, 或在胚胎时期大脑发生某些病理改变而出现大脑发育异常。最初, 这些症状可能并不明显, 但随着年龄的增长, 在老年期出现负面的外部刺激时, 可能会出现疾病的发生。在一些患者中, 由于感染因素影响中枢神经系统, 导致精神障碍。

(3) 应激因素: 当人长期处于紧张、压力或焦虑等不良情绪中时, 应激会引起神经症或是其他疾病。在生活中, 这种应激往往是由家庭问题、人际关系或战争、交通事故、洪水、地震等各种重大事故引起的, 从而加大了老年科精

神疾病的发病率。

(4) 其他因素: 此外, 一些严重的外伤, 如头部的猛烈撞击, 也会造成脑损伤, 导致精神疾病的发病率变大。接触违规药物或有毒物质等其他因素, 也可能导致精神疾病的发生。

2 老年科精神疾病患者的康复治疗策略

2.1 做好健康知识宣教工作

在康复治疗工作中, 为加强和提高老年精神疾病患者的康复治疗效果, 医疗人员必须结合患者实际情况, 为患者提供专业的精神疾病相关知识讲解与说明, 确保老年精神疾病患者对疾病有清晰的认识和正确的自我治疗、护理方法。在此基础上, 患者可以配合医疗人员做好康复治疗工作, 这对提高患者的康复水平非常重要。针对这一问题, 不少研究资料表示, 由于老年人群的理解力和记忆力下降, 在具体实施期间工作人员应尽量选择简单的表达方式进行康复治疗概念的介绍。同时结合老年患者的真实案例, 帮助老年精神疾病患者更好地实现对于具体康复治疗知识的清晰了解和有效普及。

2.2 药物维持治疗

(1) 剂量。老年科精神疾病患者需要长期服药, 同时必须遵循按时按量的用药原则。有些药物服用见效缓慢, 不应未经同意私自更换、增加药量或减少服用剂量。如有不适, 应立即就医, 与相关医师咨询, 并按医嘱调整、更换药物用药。目前, 一些治疗精神疾病的药物仅用于控制症状, 无法达到根治的目的。如果停药, 病情可能会反复。如果患者在临床系统治疗后 1-2 个月内痊愈或症状得到明显缓解, 应逐渐减少药物用量, 直至达到稳定剂量。维持剂量通常为治疗剂量的 1/4 到 2/3。药物的持续治疗可以改善患者的病情, 减少复发率。比如精神分裂症, 如果长期在医生的指导下进行康复治疗, 复发的几率就会降低。

(2) 不良反应。用药的不良反应会影响患者治疗的依从性。常用的抗精神疾病药物有较大的副作用, 如锥体外系反应 (EPS)、镇静过度、心动过速、粒细胞减少、肝损伤疾病等, 严重影响了老年患者的生活质量, 这是不能接受的。近年来, 利培酮、阿立哌唑和齐拉西酮等非典型抗精神病药物的广泛使用减少了药物的副作用, 大大改善了患者的用药依从性, 使其在康复治疗过程中更加主动性。

(3) 自知力。自知能力是评估老年科患者精神疾病是否得到痊愈的重要指标, 是患者评估自身精神疾病的能力。患者只有恢复自知能力后, 才能对自己的病情有充分的认识, 在出现异常的早期, 可以寻求家人或医生的帮助, 得到及时正确的治疗, 保护自己的健康。为有监护能力的家属开展精神卫生科普知识教育, 也是自知力的重要内容。通过心理健康讲座、精神卫生基础知识分享、分发宣传资料等方式, 让家属了解精神疾病康复治疗的基本知识, 及精神疾病的症状, 帮助家属观察患者的病情, 并理解药物继续治疗的重要性。

(4) 复诊。完成康复治疗要求出院的患者, 如果在就诊方便的情况下, 须自行或与家属到精神疾病专家的门诊进行常规评估, 这将有助于医生对患者的病情进行康复治疗调整, 并稳定患者的病情。此外, 定期电话访问是医生和患者保持良好联系的好方法。研究结果表明, 电话随访

观察可以提高患者及家属的满意度, 也有利于医生持续监测患者的情绪和康复质量。

2.3 心理治疗

由于精神疾病往往是一种慢性且反复发作的长期疾病, 因此心理健康治疗是对老年科精神疾病患者的重要康复治疗选择。大多数心理治疗使用语言治疗, 在与患者交谈时, 医生使用自己的心理学技能通过文字和言语来安抚、鼓励和教育老年患者。让患者了解自己的疾病病因和正确的情绪状态, 从而改善病情。对于一些患者, 如果他们有消极的情绪产生, 要加快言语性的心理治疗, 帮助患者减轻焦虑和抑郁, 让他们早日完成康复治疗并融入社会生活

在精神疾病康复治疗的过程中, 当很多病态思想和情绪经历被去除后, 患者大脑的心理状态就会出现复杂性。如自卑、害怕旧病复发、害怕给家人、配偶和孩子带来负担、害怕影响孩子的前途, 认为自己患上不治之症, 未来黯淡。如果没有适当的心理康复治疗, 可能会出现消极的想法和情绪, 出现自残和自杀等现象。这类现象通常被称为“精神后抑郁”, 这些情况可能与患者症状得以缓解、自知力得以恢复, 能够对自身所处环境做出理性判断的情况有关。因此, 对于康复治疗期的老年科精神疾病患者, 一定要做好心理康复治疗。接受心理健康治疗时, 请务必记住:

认知提高法。任何人都应该不接受任何诚恳的建议。这种情况可以通过提高认识来改善, 建立对精神疾病患者的互相信任, 并在此基础上向他们展示疾病的特点、危害和治疗方法, 让他们更好地认识自己的病因, 从而自发地产生改变自己个性缺陷的欲望。

2.4 社会接纳

(1) 行为治疗: 一些病期较长的慢性衰退类精神疾病患者会出现行为消极退缩、思维淡漠、活动减少、生活不能自理等症状, 他们急需行为治疗。康复治疗期间, 重点支持患者在个人卫生、饮食、穿衣、如厕等方面的生活起居自理能力培养, 日常进行教导和训练, 适当配合奖惩刺激, 帮助老年患者改善行为, 消除患者自身的刻板动作或是异常行为等表现, 让患者在行为治疗过程中纠正自己的行为。

(2) 家庭支持。社会由无数的家庭组成。老年科患者接受治疗后的第一个问题就是回到家人身边。家庭功能的健康支持对患者的康复非常重要, 家人要多照顾、关心、接纳病人, 但也不能事必躬亲, 不要太过担心。让患者融入家庭, 逐步回归自己的位置, 让他们做一些家务, 使病人明白自己对家庭还是有用的, 认识到自己生命的价值, 逐渐减少负面情绪、自卑感、恐惧感。

(3) 劳动康复: 部分老年科患者缺乏主动性, 对周围事物不关心、厌恶或产生躲避的情况。此类患者应适当锻炼, 激发自身身体活力, 更好地适应外界环境, 改善自身孤独的情况, 缓解症状。通常, 传统运动项目包括: 太极拳、健走、乒乓球等。

(4) 社区康复。社区康复在精神疾病的康复治疗中起着不可或缺的作用。在康复期间, 患者离开精神病院后回到家庭和社区, 因此社区和家庭都要对精神疾病患者的康复负责。社区精神疾病的康复治疗主要包括: 社区对精神疾病患者的常规评估和跟踪调查报告、建立病历档案等。由社区通过上门随访、社区门诊等方式展开社区康复治疗,

鼓励患者坚持治疗,根据患者病情每月1次的康复指导。同时,鼓励病人外出积极参与各种社会福利活动。此外,社区应通过布告栏、举办专题讲座和研讨会提高人们对精神疾病的认识。逐步消除人们对精神疾病患者的偏见,激发整个社会对精神疾病患者的同情和尊重,并在康复过程中为患者创造更好的社会环境。社区康复还应充分利用社区的一切资源,为康复患者提供专业的工作培训,并尽可能帮助患者再就业。

(5) 智力康复:为了不让患者的智力退化,在日常生活中还可以加强患者的脑力活动训练,提高其知识认知,刺激思维,有利于患者的病情尽早恢复。例如看电视、小说、下棋、听音乐等,都是常规的智力康复疗法。

(6) 职业康复:以智力、劳动和心理治疗为基础的康复治疗,促使患者逐步回归工作和生活,进一步进行职业康复。在康复治疗期间,可以开始简单的任务,如洗衣或是园艺,帮助患者逐渐熟悉相关操作,然后慢慢地进行到患者病前的病前,帮助其尽快恢复正常生活。社会上对精神疾病患者的歧视和恐惧仍然存在。待患者痊愈并能够胜任病前工作后,应尽一切努力帮助其重返工作岗位。同时管理人员和同事对患者要有耐心、宽容、不歧视,让患者早日重返工作岗位。对患者要多给予帮助和鼓励,一视同仁,让患者感受到温暖,这样才能重新建立自信。如果患者的工作能力不如患病前,应考虑将患者调至另一份合适的工作或鼓励其他患者与他一起工作。

3 注意事项

(1) 预防措施。应按时检查,1-2个月检查一次。服用药物治疗期间应定期检查肝功能、血常规和心电图。患者应遵医嘱,合理用药。平时的维持用药治疗必须以住院期间服用的药物为准,不能随意改变,维持剂量视患者而定。

为防止因用药不当、剂量不当或过量而引起的不良后果,患者家属必须妥善保管药物。若出现副作用,轻者需口服抑制不良反应的药物,重者应减量或者停止使用。

(2) 注重患者康复治疗护理质量。帮助护士制定现代化的康复治疗护理观,加强临床实践,提高其工作经验意识和工作认同感,并能够熟练地掌握相关的操作技能,对行为科学、社会学、心理学等进行深入研究,提高与患者沟通的能力,提供更人性化、更高质量的康复治疗服务,更好地为老年患者服务。

总而言之,老年科精神疾病患者由于长期患有精神疾病,精神状态长期不稳定,严重影响了自己的身体健康和正常生活,因此需要相应的康复治疗措施,稳定患者病情的同时,帮助其更快地康复。为了帮助老年科精神疾病患者实现康复,除了需要必要的药物治疗外,适当的心理治疗和细心的护理、康复训练也是必不可少的,这样才能使患者的身体与心理得到更好、更快的恢复。

参考文献:

- [1] 刘立伟. 心理治疗在精神疾病患者康复期中的应用效果分析 [J]. 中国医药指南, 2019, 17(36):188-189.
- [2] 邱海燕, 陈文琪, 朱海燕, 陈芸, 史爱玲, 宋红兵, 罗勇华. 南通地区住院精神疾病患者精神康复现状及改进措施 [J]. 实用临床医药杂志, 2019, 23(11):119-121.
- [3] 田双月, 王勋彪, 周婧, 王志稳, 尚少梅. 主动式社区治疗模式在精神疾病患者康复中应用的研究进展 [J]. 中华护理杂志, 2018, 53(09):1132-1135.
- [4] 潘锋. 建立精神疾病全程治疗和康复模式——访国家精神卫生项目办公室副主任、北京大学第六医院马弘教授 [J]. 中国当代医药, 2017, 24(33):1-3.