

心理健康教育对慢性精神分裂症病人生活质量的影响

黄 山

(成都市第四人民医院 四川 成都 610000)

【摘要】目的：分析心理健康教育对慢性精神分裂症病人生活质量产生的影响。方法：选择本院在2018年5月到2019年5月收治的慢性精神分裂症患者100例，随机分配，分成对照组和实验组，两组都使用常规护理，实验组增加心理健康教育，对两组患者的护理效果、复发率进行对比。结果：实验组患者的护理效果明显优于对照组，实验组患者的复发率也低于对照组，差异有统计学意义， $P < 0.05$ 。结论：对慢性精神分裂症病人进行心理健康教育护理，能够有效提高患者的社会功能、生活质量，减少复发率。

【关键词】心理健康教育；慢性精神分裂症；生活质量

精神分裂症是一种精神性疾病。目前，精神分裂症的病因并不明确，而慢性精神分裂症是一种以情感漠然、意志力缺失、行为退缩等阴性症状为主的精神分裂症^[1]。精神分裂症多发病于青壮年时期，其临床表现较为复杂，主要包括思想、情感、行为等方面的障碍。本文以100例慢性精神分裂症患者为对象，探讨心理健康教育对慢性精神分裂症病人生活质量产生的作用。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择本院在2018年5月到2019年5月收治的慢性精神分裂症患者100例，随机分配，分成对照组和实验组，每组患者50例，对照组男25例，女25例，年龄26-56岁，平均年龄(41±1.32)岁，病期2-5年，平均病程(3.62±1.36)年，实验组男27例，女23例，年龄26-57岁，平均年龄(40±2.32)岁，病期2-6年，平均病程(3.83±1.26)年，两组患者的基本资料通过比较，无明显差异，没有统计学意义， $P > 0.05$ 。所有患者都自愿参与该次研究。我院伦理委员会对该次研究完全知情，并批准研究。

1.2 方法

两组患者入院后，都使用常规护理，对照组进行常规健康教育：介绍入院护理、出院指导、服用药物的基本流程；讲解疾病的相关知识，而对实验组增加心理健康教育，具体方法如下：

1.2.1 心理疏导

根据患者的病情程度，制定相应的护理计划，与患者保持良好的交流：首先，对患者进行所患疾病相关知识普及，让患者对自身疾病有一定的认识，对疾病不再充满恐惧；其次，密切观察患者活动，在患者出现无意识的思维涣散、情感淡漠、焦虑等状况时，通过抚慰、鼓励等方法，对患者进行心理安抚。

1.2.2 心理沟通

由于慢性精神分裂症患者对基本生活无法自理，需长期监护，患者家属也会具有心理负担，需要对患者家属进行沟通，了解患者家属对疾病的认识，开导家属要以积极、乐观的态度正视患者所患的疾病。

1.2.3 生活训练

根据患者病情程度，为其制定健康科学的训练计划：规律的饮食习惯、充足的睡眠、适当的娱乐活动，并告诉患者按时服药、复诊的重要作用。

1.3 疗效标准

(1) 对患者进行1年的随访，统计两组患者护理后的复发率，并进行对比。(2) 根据生活质量综合评定量表(QOLI-74)进行评估，对两组患者护理前后生活质量进行比较。

1.4 统计学方法

将数据纳入SPSS19.0软件中分析，计量资料比较采用t检验，并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示，计数资料采用 χ^2 检验，并以率(%)表示，($P < 0.05$)为差异显著，有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理后复发率对比

实验组患者的复发率明显低于对照组患者，差异大，具有统计学意义， $P < 0.05$ ，见表1。

表1 两组患者复发率对比 [n, (%)]

组别	例数	复发率
实验组	50	2 (4%)
对照组	50	12 (24%)
χ^2	-	16.611
P	-	0.001

2.2 两组护理前后生活质量对比

护理前，两组躯体健康、心理健康、社会功能对比无统计学意义， $P > 0.05$ 。护理后，两组物质生活相对于护理前无显著差异，护理后，两组之间比较，也无显著差异， $P > 0.05$ ，护理后；实验组对患者躯体健康、心理功能、社会功能的改善，显著优于对照组，差异大，具有统计学意义， $P < 0.05$ ，见表2。

表2 两组患者护理前后生活质量(QOLI-74)对比 ($\bar{x} \pm s$, pg/ml)

组别	时段	实验组	对照组	t	p
物质生活	护理前	46.32±3.26	46.16±3.63	0.2319	0.8171
物质生活	护理后	52.32±2.32	51.53±2.43	1.663	0.100
躯体健康	护理前	44.32±3.61	44.33±3.71	0.014	0.989
躯体健康	护理后	48.35±6.35	45.23±5.32	2.663	0.010
心理健康	护理前	38.52±6.32	38.51±2.69	0.010	0.992
心理健康	护理后	42.56±6.35	39.63±5.63	2.441	0.015
社会功能	护理前	37.59±7.63	37.62±6.52	0.021	0.983
社会功能	护理后	41.56±5.36	39.64±4.35	1.967	0.049

3. 讨论

近年来，精神分裂症人群越来越多，其死亡率、复发率、致残率也越来越高。因此，精神分裂症的危害性已经不容忽视，对慢性精神分裂症患者的护理十分重要。

心理健康教育是利用心理学介绍改变生活模式和日常行为，需要掌握的知识和技能，使人们在面对自身的健康问题时，做出正确的选择，消除或者缓解影响身体健康的危险分子。心理健康教育通过与患者进行良好的沟通交流，对患者及其家属进行疾病相关知识的介绍，让患者能够直面自己所患疾病，并了解自己身体状况；鼓励家属增加对患者的关心程度，帮助患者减轻恐惧、焦虑等情绪，对其进行心理安抚和疏导；加强对患者社会交际，生活自理能力的训练，让其积极主动配合医生进行护理^[2-3]。

本次实验证明，实验组患者复发率低于对照组，实验组对患者躯体健康、心理功能、社会功能的改善，也优于对照组，两组差异大，有统计学意义， $P < 0.05$ 。所以，心理健康教育在慢性精神分裂症的护理中，可以有效改善患者的生活质量，具有良好的效果。

参考文献：

[1] 赵静, 郭慧荣, 连楠等. 内观心理疗法对慢性精神分裂症患者社会人际关系、社会功能及生活质量的影响 [J]. 国际精神病学杂志, 2018, 45(1): 55-58.

[2] 阴永彬, 张金辉. 心理护理对慢性精神分裂症康复护理效果分析 [J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6(94): 46.

[3] 甘郁文, 潘兴华, 冯文锐等. 心理健康教育对精神分裂症患者家属心理状态、遵医行为及患者疗效的影响 [J]. 中国医药科学, 2018, 8(15): 172-175.