

浅谈康复护理理念在精神科应用护理分析

万金霞

(阿克苏地区第四人民医院(康宁医院)康复医学科 新疆阿克苏 843000)

摘要:目的:探讨精神科护理中应用康复护理理念的效果。方法:选取我院精神科收治的200例患者(2022.3~2023.3期间),随机将其分为2组,对照组应用常规护理,研究组在此基础上应用康复护理理念,对比两组精神状况、生活质量、社会功能改善情况。结果:MMSE评分、WHOQOL-100评分:护理前无差异($P>0.05$),护理后研究组均更高($P<0.05$),SDSS评分:护理前无差异($P>0.05$),护理后研究组更低($P<0.05$)。结论:精神科护理中应用康复护理理念效果显著,可有效改善患者精神状况,提升其生活质量和社会功能,临床上应重视精神科患者的康复护理。

关键词:精神科;康复护理理念;常规护理;精神状况;生活质量;社会功能

精神科是临床常见科室,主要收治精神疾病患者,该科室收治患者不同疾病类型临床表现各不相同,多数伴有不同程度的精神障碍,包括行为、情感、思维、认知等方面功能障碍,且情绪波动相对较大,多数存在焦虑、易怒、悲观、抑郁等不良情绪,精神疾病可导致患者社会功能严重受损,并且严重降低了患者的生活质量,故需及早治疗^[1-2]。除积极治疗外,还需加强患者的护理,若是护理得当,则利于加快患者病情恢复。康复是精神科患者必不可少的一部分,康复可有效控制病情稳定,减少精神疾病复发,并可增强患者人际交往能力,提升患者社会功能,改善其生活质量^[3]。以往采取的常规护理虽应用时间长,但缺乏对患者功能康复方面的关注,改善患者社会功能的效果欠佳,需选择其它护理。我院在精神科护理中应用康复护理理念取得了满意效果,现将精神科护理中应用康复护理理念的效果探讨如下。

1 对象和方法

1.1 对象

选取精神科收治的200例患者,患者收治时间段为2022.3~2023.3,将其随机分为对照组(100例,男52例,女48例,年龄21~72岁,平均 46.58 ± 8.18 岁)和研究组(100例,男53例,女47例,年龄20~73岁,平均 46.71 ± 8.29 岁)。纳入标准:①无其它系统严重疾病;②各项资料齐全;③患者本人同意参与研究。排除标准:①心、肝、肾功能衰竭;②合并严重心脑血管疾病;③依从性极差者。两组资料无差异($P>0.05$),可比。

1.2 方法

对照组应用常规护理,遵医嘱实施相关治疗,并加强患者的用药护理,确保用药正确合理,给予患者健康教育,向其讲解关于疾病和治疗的各方面知识,具体细化到疾病发生原因、症状表现、治疗方法、注意事项等,耐心解答患者提出的疑问,通过宣教使其认知度提升,并加强患者的安全管理,消除科室存在的安全隐患,劝说患者将自己携带的危险物品交由护理人员暂时保管,密切观察患者动态情况,及时处理风险隐患,保证患者活动范围内无危险物品,针对存在自杀倾向者、严重精神障碍者安排专人全天陪同,并积极疏导,定期检查病区 and 病房设施、门窗,若有故障及时修理,轻症患者给予患者在医院内完全自由活动的权利,充分尊重患者的人权和尊严,为患者营造和谐、整洁、舒适、安静的住院环境,调整室内采光、温湿度适宜,保证空气流通,室内物品陈设尽量简单,不具威胁性,物品颜色尽量淡雅,以发挥良好的镇静作用,加强与患者的沟通交流,向其讲解负面情绪的危害性,告知患者保持积极平稳心态的重要性,引导患者诉说内心想法、感受等,给予患者接纳、理解、包容、尊重等,为患者提供积极有效的心理支持,指导患者通过自我积极暗示、转移注意力等方法缓解负面情绪。研究组在此基础上应用康复护理理念,如下:

1.2.1 康复评估。根据患者疾病类型选取适宜的量表进行康复评估,如简明精神病量表、阳性症状量表、阴性症状量表等,并了解患者发病时间、病程、症状表现等,并评估患者社会功能、躯体障碍、人际关系、生活质量等,根据评估结果确定康复目标,制定康复干预措施,确定具体康复步骤,康复方案在后续护理过程中及时调整。

1.2.2 康复健康教育。采用通俗易懂的语言对患者进行康复健康

教育,向其讲解坚持康复的重要性、康复方案、康复时间、康复步骤、康复注意事项等,嘱患者坚持康复,不自行调整康复量、康复时间和康复方案,解答患者对于康复方面的疑问,使其康复依从性提升,积极配合康复。

1.2.3 康复指导。针对急性治疗期患者,以技能训练为主,鼓励患者积极参加集体活动,如音乐、绘画、游戏、体育等,增加患者的生活兴趣,稳定患者情绪,提高患者人际交往能力,并教会患者应对症状的技巧;对于巩固治疗期患者,以独立生活技能训练为主,采用行为矫正方法,训练患者养成规律的生活习惯,并培养患者生活自理能力,使其达到独立生活的目的,同时在此阶段提升患者对于药物治疗的自我管理能力和患者耐心讲解相关药物作用机制、用法用量、不良反应等,纠正患者对药物治疗的错误认知,在药物外包装上标注药物剂量、使用时间等,嘱患者严格遵医嘱用药,不自行调整药量或停药,嘱家属监督患者服药;对于维持治疗期患者,以社会功能训练为主,采取示范、授课、讨论、角色扮演和重复练习等方式,训练患者与生活、就业、学习等有关的康复技能以及社会交往、业余活动等社会功能,并训练患者基本的社交礼仪、语言表达、倾听、解决问题能力,以增强患者人际关系;心理康复训练,对于意志减退、自信心缺乏、难以应对压力的患者,采取个体和小组治疗相结合的方式,进行认知矫正,调整情绪,提升患者应对挫折的能力;职业康复,针对在就业年龄内、病情稳定、有就业需求的患者,通过技能评估、求职培训、庇护性就业等方法促使患者逐步恢复劳动能力,实现职业康复。

1.3 观察指标

对比两组精神状况、生活质量、社会功能改善情况。精神状况用简易精神状态评价量表(MMSE量表)评价,得分越低代表精神状况越差。生活质量用世界卫生组织生活质量测定量表100(WHOQOL-100)评价,得分越高,表明生活质量越好。社会功能用社会功能缺陷筛选量表(SDSS)评价社会功能,得分越高表明社会功能越差。均在护理前、护理结束后评价。

1.4 统计学分析

数据用SPSS21.0软件分析,采用t检验, $P<0.05$ 表明数据有统计学差异。

2 结果

2.1 两组精神状况、生活质量对比

MMSE评分、WHOQOL-100评分:护理前无差异($P>0.05$),护理后研究组均更高($P<0.05$)。详见表1:

表1 两组精神状况、生活质量对比($\bar{x} \pm s$)(分)

组别	例数	MMSE 评分		WHOQOL-100 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	100	25.01 ± 3.43	26.34 ± 2.24	71.26 ± 6.02	75.01 ± 7.14
研究组	100	24.97 ± 3.52	28.67 ± 1.16	71.64 ± 5.47	84.79 ± 6.59
t	-	0.081	9.237	0.467	10.065
P	-	0.935	0.001	0.641	0.001

2.2 两组护理前后SDSS评分对比

SDSS评分:护理前无差异($P>0.05$),护理后研究组更低($P<0.05$)。详见表2:

表 2 两组护理前后 SDSS 评分对比 ($\bar{x} \pm s$) (分)

组别	例数	护理前	护理后
对照组	100	10.28 ± 1.69	9.19 ± 1.04
研究组	100	10.45 ± 1.44	7.02 ± 0.66
t	-	0.766	17.617
P	-	0.445	0.001

3 讨论

精神科是医院常见的一个科室,该科室常见收治疾病类型有精神分裂症、躁狂症、抑郁症、强迫症、自闭症、双相情感障碍等^[4]。精神疾病具有较高的发病率,据数据统计,我国精神疾病总负担居世界第一位,我国各类精神疾病的终生患病率约为1.53%~27.52%^[5]。近年来,随着社会压力的增大和生活环境的改变,精神疾病发病率也随之呈不断上升趋势^[6]。绝大部分精神疾病其发病机制和病因尚未完全明确,目前临床上认为其发生与神经发育异常、遗传因素、脑部结构、心理因素、社会环境因素、感染因素、内脏器官疾病等密切相关,认为精神疾病是生物-心理-社会交互作用的结果^[7]。精神疾病以思维、动作、注意力、意识、情感、感知觉、智能等障碍为主要临床表现,精神疾病对患者社会功能造成了严重不良影响,给患者、患者家庭、社会带来了极大的负担,同时精神疾病若长期进展,部分患者可出现精神衰退和残废,故需及早治疗^[8-9]。

现临床上治疗该病的方法较多,但影响精神科患者远期疗效和预后的不仅有临床治疗,还包括康复训练^[10]。精神康复是康复医学的重要组成部分之一,可通过各种康复措施,在最大程度上促进患者社会功能恢复,使其精神残疾程度降到最低,残存能力得到最大发挥^[11]。康复护理理念是以康复为主的护理方式,该护理可通过指导患者练习各种康复锻炼,并配合必要的宣教、心理干预、综合协调等,使患者尽可能恢复正常的社会功能或重新获得技能,并可有效改善患者精神状况,预防精神疾病复发,减轻患者家庭和社会负担,同时可提高患者适应社会的能力,提升其生活质量^[12]。此次结果显示,MMSE 评分、WHOQOL-100 评分:护理前无差异 ($P > 0.05$),

护理后研究组均更高 ($P < 0.05$),SDSS 评分:护理前无差异 ($P > 0.05$),护理后研究组更低 ($P < 0.05$),可见康复护理理念是显著有效的,在改善患者精神状况、生活质量、社会功能等方面效果显著。

综上所述,精神科护理中应用康复护理理念效果显著,可有效改善患者精神状况,提升其生活质量和社会功能。

参考文献:

- [1]赵慧.人性化护理理念在精神科中的应用效果探析[J].心理月刊,2020,15(16):93.
- [2]蔡英贤.舒适护理在精神科康复护理的应用研究[J].中国医药指南,2021,19(35):158-159.
- [3]张长玲.内观认知疗法在精神科病房康复护理中的应用研究[J].中国继续医学教育,2019,11(29):171-173.
- [4]代春雨,李银山,胡越超.康复护理中循证理念在精神分裂症患者中的应用价值[J].河南医学研究,2018,27(09):1725-1726.
- [5]吴艳,张建惠.护理标识在精神科护理安全管理中的应用及效果[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(18):234+243.
- [6]王美朝,张培,李密.恢复期精神分裂症患者实施人文关怀护理对SDSS评分及康复情况的影响[J].中国保健营养,2020,030(19):248-249.
- [7]李丹丹.优质护理结合心理治疗的理念在精神科护理工作中的应用分析[J].中国医药指南,2022,20(3):178-180.
- [8]盛玉霞,冯竹娥,赵丽,等.探讨以人为本理念在精神科护理工作中的应用效果[J].实用临床护理学电子杂志,2019,4(23):99-100.
- [9]简洁.探讨优质护理结合心理治疗的理念在精神科护理工作中的应用效果[J].饮食保健,2019,6(39):179.
- [10]顾彩芳.探究心理护理应用于精神科患者治疗康复过程中的意义[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(80):72-73.
- [11]张卫华,张卫琴.浅谈康复护理理念在精神科应用护理探讨[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2020,20(30):243,252.
- [12]靳迎梅.浅论康复护理理念在精神科应用护理探讨[J].世界最新医学信息文摘,2020(30):251-252.