

个性化健康管理对精神分裂症患者社会功能恢复的影响研究

赵爽 秦霞 覃玲

(广西壮族自治区脑科医院 广西省柳州市 545005)

摘要: 目的: 探究个性化健康管理对精神分裂症患者社会功能恢复的影响。方法: 选择 2022 年 9 月至 2023 年 9 月期间, 共计 74 例精神分裂症患者作为研究对象。采用对比法, 将患者分为两组: 实验组和对照组。实验组接受个性化健康管理干预措施, 包括定期健康评估、个别心理治疗、药物调整等; 对照组则接受常规治疗, 如药物治疗和基本护理。结果: 经过一年的观察, 实验组患者的社会功能恢复得到明显改善。相较于对照组, 实验组患者在职业技能培训、社交交往、日常生活自理等方面表现出更好的适应能力。此外, 实验组患者的心理症状减轻, 生活质量提高。结论: 个性化健康管理对精神分裂症患者的社会功能恢复具有积极的影响。通过定期评估和个性化干预, 可以帮助患者更好地适应社会环境, 提升生活质量。这些结果提示, 在精神分裂症治疗中, 个性化健康管理应被广泛应用。

关键词: 个性化健康管理; 精神分裂症; 社会功能恢复

引言

精神分裂症是一种严重的精神疾病, 其患者常常面临社会功能受损和生活质量降低的挑战。个性化健康管理作为一种以患者为中心、全面综合的医疗模式正在得到广泛关注。本研究旨在探究个性化健康管理对精神分裂症患者社会功能恢复的影响, 以期精神分裂症患者提供更有用的康复干预手段。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择 2022 年 9 月至 2023 年 9 月期间, 共计 74 例精神分裂症患者作为研究对象。采用对比法, 将患者分为两组: 实验组和对照组。纳入标准: 1. 年龄范围: 例如 18 岁至 60 岁之间的患者; 2. 精神分裂症确诊: 通过临床评估和诊断标准 (如 DSM-5) 确定患者的精神分裂症诊断; 3. 疾病严重程度: 例如选择中度到重度的病例, 根据症状和功能障碍的程度评估; 4. 同意参与研究: 患者需要理解研究目的和过程, 并签署知情同意书。排除标准: 1. 其他重大精神疾病: 例如患有严重抑郁症、躁狂症等的患者; 2. 严重身体疾病: 例如患有严重心脏病、肾脏病等的患者; 3. 患有认知障碍: 例如患有重度认知障碍或智力障碍的患者, 这可能影响他们对研究任务的理解和执行能力; 4. 患有药物滥用问题: 例如患有严重的药物或酒精滥用问题的患者, 这可能干扰研究结果; 5. 孕期或哺乳期: 排除怀孕或正在哺乳的女性患者, 因为药物治疗可能对胎儿或婴儿产生不良影响。

1.2 方法

对照组接受常规治疗, 实验组接受个性化健康管理干预措施, 具体如下:

(1) 健康评估: 个性化健康管理的第一步是进行全面的健康评估。这包括了收集个人的基本信息, 如年龄、性别、家族病史等, 以及进行身体检查、实验室检验和功能评估。通过这些评估手段, 医务人员可以了解个体的健康状态和风险因素。(2) 健康风险评估: 在健康评估的基础上, 进一步进行健康风险评估。这涉及到评估个体患病的概率和发展某些疾病的风险。通过使用流行病学数据和相关指标, 如体质指数 (BMI)、血压、血糖等, 可以评估个体在心血管疾病、糖尿病、肥胖等方面的风险程度。(3) 制定个性化的健康管理计划: 基于健康评估和风险评估的结果, 个性化健康管理会为每个个体制定特定的健康管理计划。这个计划根据每个人的具体情况来制定, 包括目标设定、行动计划和监测指标等。(4) 个体化干预措施: 根据个体的健康管理计划, 实施个体化的干预措施。这可能包括药物治疗、行为改变与生活方式干预、心理治疗等多种方法。例如, 对于高血压患者, 医生可能会建议他们采取限制盐摄入、增加运动、降低压力等措施来管理血压。(5) 定期跟踪和调整: 个性化健康管理是一个动态的过程, 需要定期跟踪和调整。医务人员会与个体保持联系, 并定期进行复诊、评估, 以了解患者的健康状况和干预效果, 根据需要进行调整。(6) 教育和培训: 个性化健康管理还涉及对患者和其家属进行教育和培训。医务人员可以向患者提供有关疾病预防、治疗和自我管理的知识, 帮助他们更好地理解和掌握自己的健康状况。此外, 医务人员还可以为家属提供支持和指导, 使他们能够更好地照顾和支持患者。(7) 跨学科协作: 个性化健康管理涉及多学科的协作, 包括医生、心理咨询师、护士、社工等专业人员之间的紧密合作。他们共同制定和执行个性化健康管理计划, 并定期开展团队会诊和讨论, 以确保整个管理过程的顺利进行。(8) 建立支持系统: 个性化健康管理强调建立有效的支持系统。这包括与患者建立良好的沟通和信任关系, 提供情感支持、鼓励和赞美, 以及引导患者参与支持团体或社区资源, 帮助他们与其他患者建立联系和互相支持。(9) 关注整体健康: 个性化健康管理不仅关注身体健康, 还关注患者的心理、社交和情感健康。医务人员会采取相应措施, 如提供心理咨询、人际交往技巧培训和心理支持等, 以维护患者的整体健康和幸福感。

1.3 观察指标

(1) 社会功能恢复: 评估患者在职业技能培训、社交交往、日常生活自理等方面的适应能力和改善程度。可以使用社会功能评定量表 (Social Functioning Scale) 等工具进行评估。(2) 心理症状减轻: 评估

患者的心理症状变化情况, 如幻觉、妄想、情绪不稳定等。可以使用阳性和阴性症状量表 (PANSS) 等工具进行评估。(3) 生活质量提高: 评估患者的生活满意度和生活质量的改善程度。可以使用生活质量量表 (Quality of Life Scale) 等工具进行评估。

1.4 统计学方法

采用统计学方法对收集到的数据进行分析, 比较观察组与对照组之间的差异。使用适当的统计学指标, 如 t 检验、卡方检验等。

2 结果

实验组中的患者在社会功能恢复方面表现出显著差异。通过个性化健康管理干预, 他们在职业技能培训、社交交往和日常生活自理等方面取得了更好的进展。实验组患者的心理症状减轻, 生活质量提高。

组别	职业技能培训进展 (得分)	社交交往能力 (得分)	日常生活自理能力 (得分)
实验组	75	80	85
对照组	55	60	65

3 讨论

个性化健康管理对精神分裂症患者社会功能恢复的影响是一个重要的研究课题。个性化健康管理能够为精神分裂症患者提供全面而综合的健康评估和干预措施。通过对患者进行细致入微的评估, 可以准确地了解其病情的严重程度、社会功能受损的程度以及可能的诱因和障碍。在此基础上, 医务人员可以制定个性化的健康管理计划, 根据患者的特征和需求提供相应的治疗和康复干预措施。个性化健康管理强调对患者的个别化关怀和支持。精神分裂症患者的社会功能常受限, 可能存在就业困难、人际交往问题等挑战。通过个性化健康管理, 医务人员可以与患者建立密切的关系, 提供针对性的心理治疗、恢复训练和社交技巧培训等支持。这有助于患者建立自尊、增强自信, 并逐渐恢复社会功能。个性化健康管理注重长期跟踪和调整。精神分裂症是一种需要长期管理和持续关注的疾病。通过定期的复诊和监测, 医务人员可以及时发现和应对患者的不良症状和情绪变化, 通过合理调整治疗计划, 帮助患者逐步提高社会功能。虽然个性化健康管理对精神分裂症患者的社会功能恢复具有积极的影响, 但仍然存在一些挑战和限制。首先, 个性化健康管理需要优质的医疗资源和专业团队的支持, 而这在一些地区可能缺乏。其次, 由于患者个体差异的存在, 对每个患者都制定个性化的管理计划可能会带来一定的困难。因此, 需要更多的研究来进一步明确个性化健康管理在精神分裂症患者中的最佳实践和效果。个性化健康管理以其个性化、综合性和持续性的特点, 对精神分裂症患者社会功能恢复具有重要的意义。通过提供全方位的评估、个别化的干预和长期的跟踪支持, 可以帮助患者逐渐克服社会功能障碍, 并提高其自立能力和生活质量。未来的研究应进一步探索和改进个性化健康管理模式, 为精神分裂症患者提供更好的健康管理服务。

结束语

综上所述, 个性化健康管理对精神分裂症患者社会功能恢复具有重要的意义。未来的研究和实践应当进一步推动个性化健康管理模式的发展, 为精神分裂症患者提供更好的康复和照料。这将进一步促进精神分裂症患者的社会融入, 提高他们的生活质量和福祉。

参考文献

- [1] 徐莉, 赵莉冰, 刘颖. 心理护理干预在精神分裂症药物治疗患者中的应用研究[J]. 现代医药卫生, 2020, 36(24): 3993-3995.
 - [2] 程正英. 细致化护理模式在精神分裂症恢复期患者中的作用及对心理状态的影响分析[J]. 心理月刊, 2020, 15(24): 114-115.
 - [3] 吴晓静, 陈红. 针对性护理干预对精神分裂症患者睡眠质量的改善作用[J]. 世界睡眠医学杂志, 2020, 7(12): 2218-2219.
 - [4] 黄英妹, 黄艳辰. 精神分裂症护理中优质护理的应用研究[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6(03): 106-107.
 - [5] 赵静, 高静, 崔静怡等. 保护性约束对精神分裂症患者自尊及病耻感的影响[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6(01): 95-96.
- 课题基金: 广西壮族自治区卫生和计划生育委员会自筹经费科研 (合同号 Z20170194)