

心理护理对老年精神分裂症患者负性情绪及睡眠质量分析

戚 颖

国药葛洲坝中心医院精神科 443000

【摘要】目的 探讨给予老年精神分裂症患者心理护理干预对其负性情绪及睡眠质量的影响。**方法** 选取2022年3月至2023年3月我院接收的老年精神分裂症患者90例临床资料进行分析,随机分为研究组及对照组,每组各45例。研究组予以心理护理干预,对照组予以常规护理干预,记录并分析两组的相关数据结果。**结果** 研究组负性情绪显著低于对照组($P < 0.05$);研究组睡眠质量显著优于对照组($P < 0.05$)。**结论** 对老年精神分裂症患者进行心理护理干预,能有效改善其负性情绪及睡眠质量。

【关键词】 心理护理;精神分裂症;负性情绪;睡眠质量;老年

【中图分类号】 R473.74

【文献标识码】 A

【文章编号】 2095-9753 (2023) 10-140-02

精神分裂症在临床上被定义为一种慢性精神障碍,主要病因包括心理刺激、遗传及生活压力等,患者普遍存在较为明显的思维障碍及认知缺陷,难以区分真实与想象,包括个人感知觉、情感与行为异常等,而老年精神分裂症患者由于记忆力退化及孤独感较强等原因,均存在一定程度的负性情绪^[1]。基于此,本文对2022年3月至2023年3月我院收治的老年精神分裂症90例患者采取不同护理方法进行分析,报告如下:

1 资料与方法

1.1 基本资料

选取2022年3月至2023年3月我院接收的老年精神分裂症患者90例临床资料进行分析,随机分为研究组及对照组,每组各45例。其中,研究组男25例,女20例,年龄60~87岁,平均 (68.33 ± 5.65) 岁,病程3~7年,平均 (4.58 ± 1.17) 年;对照组男24例,女21例,年龄61~86岁,平均 (68.62 ± 5.39) 岁,病程3~7年,平均 (4.36 ± 1.23) 年。两组患者的基线资料($P > 0.05$),有可比性。

1.2 方法

对照组予以常规护理干预:包括相关指标检测、遵医嘱用药指导、饮食指导、健康宣教,保持病房环境舒适干净,同时要做好防止患者自残、伤人、逃跑、毁物等措施。

研究组在对照组的基础上增加了心理护理干预,具体措施为:①心理培训:通过会议、讲座、视频等方式组织护理人员定期学习心理学知识,尤其关注精神分裂症人群的心理变化历程,在掌握一定心理安抚技巧后,针对每位老年精神分裂症患者的秉性、爱好、文化程度、家庭环境等因素制定

个性化心理干预措施,通过心理学知识,对患者的行为进行指导纠正,帮助其重构人生价值观。②心理护理:护士在日常中多与老年患者交谈,了解其兴趣爱好、人生经历等,针对其爱好情况,适当搜集一些与其爱好有关的事件讲与其听,通过心理暗示方式逐步转变患者的偏执观念。同时密切关注老年患者的心理变化情况,多关心、问候、鼓励患者,当患者心情抑郁时应耐心倾听,同时向其举例自身经历或是历史名人故事,让其明白人生并非全是坦途,唯有坚强意志才能战胜困难,如此这般及时疏导其不良情绪。③家护协同:护理人员积极与患者家属沟通,知晓患者患上精神分裂症的原因,针对实际情况向患者进行心理疏导,同时向家属宣教精神分裂症的疾病知识。④转移注意力:引导老年患者培养一些兴趣爱好,如跳广场舞、打太极、养花草、看书、听广播等,以此转移其注意力。

1.3 观察指标及评定标准

对比两组护理前后的负性情绪:用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)评估;对比两组护理后的睡眠质量:采用匹兹堡睡眠质量表进行评估。

1.4 统计学处理

使用SPSS25.0统计学软件包对本次研究的所有数据进行分析,计量资料使用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,计数资料使用率(%)表示,若两组数据比较的差异存在统计学意义,则以 $P < 0.05$ 表示。

2 结果

2.1 两组护理前后的负性情绪比较

护理后,两组SAS、SDS评分均显著低于护理前,且研究组显著低于对照组($P < 0.05$),见表1。

表1: 两组护理前后 SDS 与 SAS 评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数 (n)	SAS 评分		SDS 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
研究组	45	59.87 $\pm$ 8.29	42.22 $\pm$ 5.34	58.38 $\pm$ 7.09	40.71 $\pm$ 5.12
对照组	45	59.72 $\pm$ 8.17	49.24 $\pm$ 5.17	57.65 $\pm$ 7.18	46.62 $\pm$ 5.47

2.2 两组护理后的睡眠质量比较

护理后,研究组睡眠质量显著优于对照组($P <$

0.05),详见表2。

表2: 两组护理后睡眠质量比较 [$(\bar{x} \pm s)$, 分] n=45]

组别	睡眠效率	入睡时间	睡眠时间	睡眠障碍	催眠药物	总睡眠质量
研究组	0.82 $\pm$ 0.42	1.22 $\pm$ 0.14	1.23 $\pm$ 0.12	0.91 $\pm$ 0.25	0.67 $\pm$ 0.24	4.85 $\pm$ 0.23
对照组	1.96 $\pm$ 0.87	2.48 $\pm$ 0.37	2.76 $\pm$ 0.93	1.02 $\pm$ 0.78	1.98 $\pm$ 0.56	10.20 $\pm$ 0.70

3 讨论

有研究表明^[2-3],老年精神分裂症患者对情感需求比中青

年患者更为强烈,对老年患者在进行药物治疗控制后,还需给予其针对性的护理干预,以此帮助老年患者尽快恢复正常心理状态及行为活动。基于此,本文对我院收治的老年精神分裂症患者90例临床资料予以分析。

本次研究结果显示,护理后,两组焦虑情绪评分及抑郁情绪评分均显著低于护理前,且研究组显著低于对照组,表明对老年精神分裂症患者进行心理护理干预,能有效改善其负性情绪,原因分析为:首先,护理人员积极学习心理学知识,提高沟通技巧,在日常护理中时刻关注老年患者的心理变化趋势,发现其存在不良情绪时给予针对性心理干预。比如结合患者秉性爱好进行交流,可在短时间内引起患者兴趣,使其转移注意力,不再沉浸于负性情绪中;再如,通过讲解自身经历或是历史名人故事,使患者意识到保持乐观、积极的心态及以意志顽强的精神,才是勇敢面对人生的态度^[4-5]。其次,护理人员与患者家属同心协力关爱老人,通过言语安慰、陪伴鼓励、情感支持等方式,共同为患者打造一个良好的治疗环境,让患者感受到家庭与社会的温暖,重拾生活信心。最后,通过培养老年患者一些兴趣爱好,找到志同道合的老年朋友,也能在一定程度上转移其注意力,缓解负性情绪。本次研究结果显示,护理后,研究组睡眠质量显著优于对照组,表明对老年精神分裂症患者进行心理护理干预,能有效改善其睡眠质量,原因分析为:大部分老年精神分裂症患者较为孤僻、敏感、难以沟通,尤其是在住院后,由于陌生环境及陌生

人群接触,导致其恐惧感较为强烈,影响睡眠质量。在心理疏导的同时,护理人员也为患者打造一个良好的治疗环境,确保病房卫生干净、温湿度及光照度适宜,播放轻音乐或欢快影片等,使其身心均得以良好滋养,舒适度佳,从而提高了睡眠质量。

综上所述,心理护理以心理学为基础,密切关注老年患者的心理变化趋势,通过一系列科学有效的心理干预,进行及时有效的心理疏导,有助于改善其负性情绪,树立生活信心,提高睡眠质量,具有较好的临床护理价值。

参考文献:

- [1] 陈宝钗.心理护理对老年精神分裂症患者负性情绪、睡眠质量及生命质量的改善作用分析[J].世界睡眠医学杂志,2022,9(3):441-442.
- [2] 陈鹭娜.心理护理对老年精神分裂症患者的应用效果及对睡眠质量的影响[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(3):504-506,509.
- [3] 郭芸.认知心理护理对老年精神分裂症患者 GAS 与 PANSS 评分的影响[J].医学食疗与健康,2021,19(19):10-11.
- [4] 刘菲,伍振红,张荣洪,等.结构式舞动联合绿色护理治疗精神分裂症的疗效观察[J].检验医学与临床,2023,20(13):1966-1969.
- [5] 陶丽,王敏.精神分裂症病人延续护理服务现状及影响因素研究[J].贵州医药,2023,47(6):998-1000.

(上接第138页)

以增加患者的信心和积极性。常规护理可能忽视了患者的心理需求和康复教育,而快速康复护理则更加关注患者的心理健康和康复知识,以提高患者的康复效果^[4]。

快速康复护理强调多学科团队合作,包括外科医生、护士、康复师、营养师等,共同制定和执行康复计划,以提高患者的康复效果。根据患者的具体情况制定个体化的护理计划,包括早期活动、饮食、镇痛治疗、肠道功能促进等方面,以满足患者的个体化需求。

总之,快速康复护理在腹腔镜结直肠癌根治术术后的护理中推崇早期活动、饮食、镇痛治疗、肠道功能促进等操作原则,以减少并发症的发生,降低患者负面情绪,提高康复效果。

(上接第139页)

能够在一定程度上满足患者的护理需求,但由于护理内容浅显,因此护理效果并不理想。

语言沟通以及心理护理是现阶段精神病患者护理过程中的重要组成内容,通过语言沟通能够进一步增强患者疾病认知,提高患者交流沟通能力,通过心理护理能够进一步减少患者负面情绪,使患者生存质量得到提高^[3]。分析此次研究结果,研究组交流沟通能力(身体/关系/资讯交换)评分高于对照组,心理社会、症状/药物维度、动力/精力评分低于对照组($P<0.05$)。主要是由于在交流沟通过程中,护理人员通过技巧性沟通,能够进一步引导患者了解自身病情以及危害性,知晓治疗的方法,使患者能够积极配合治疗,同时提高患者交流水平。为患者实施心理护理过程中,能够针对患者负面情绪进行宣泄,使其能够以正常心态进行自身

参考文献:

- [1] 时群,聂凤燕,黄玉彬,等.快速康复护理对腹腔镜结直肠癌根治术并高血压患者术后并发症及血压的影响[J].心血管病防治知识,2023,13(6):76-78.
- [2] 王玲玲,张之臣.快速康复护理对结直肠癌腹腔镜根治术患者术后康复效果的影响[J].首都食品与医药,2019,26(15):160.
- [3] 甘萍萍,李梅容,高玉凤.快速康复护理在腹腔镜结直肠癌根治术合并高血压患者围术期的应用[J].心血管病防治知识,2023,13(7):79-81.
- [4] 蔡萍,陈亚曼.快速康复护理在腹腔镜结直肠癌根治术并高血压围术期的应用[J].心血管病防治知识,2022,12(14):45-47.

治疗,在一定程度上能够改善患者认知水平的同时,提高患者康复效果。

综上所述,精神病患者实施语言沟通,同时配合心理护理,可对患者负面情绪进行改善,值得实施。

参考文献:

- [1] 叶佳,万敏,徐金容等.基于自我表露的健康教育在老年住院精神分裂症患者心理护理中的应用观察[J].山西医药杂志,2021,50(1):141-143.
- [2] 张雷萍,赵勇,何琴.3R强化护理在老年精神病患者中的应用效果[J].实用临床医药杂志,2023,27(8):76-79.
- [3] 贺光春,米莉,李飞等.强化式心理干预联合技巧性语言沟通对康复期精神分裂症患者认知、沟通及生活质量的影响[J].川北医学院学报,2021,36(10):1395-1398.