

一起谈谈精神分裂症该如何治疗

陈栋

(西昌市精神专科医院 四川 西昌 615000)

精神分裂症是临床上很多见的精神类疾病,主要表现在情感、思维、行为和意志等方面的障碍,而且发生不协调的精神活动,若不及时进行有效治疗,会伤害病人的神经系统,进而出现精神残疾和衰退等问题。因此,对于该病必须要有一套有效的治疗方法,目前对于精神分裂症的治疗方法有心理治疗和药物治疗,下面我们具体了解下。

①精神分裂症具有哪些临床特征

精神分裂症患者总是沉浸在属于自己的世界里,很少与外人交流,甚至是与外人完全没有交流或沟通,多表现出幻觉、幻听、情感与妄想等问题,很多病人都存在记忆减退障碍,不能正确认知事物,还会丧失对生活热情,对生活没有目标,前途更是没有计划。大多数精神分裂症患者会同时表现出记忆障碍、交流受限和幻听,常感觉到有人在谩骂自己,不愿意与人交流,沉浸在自己的痛苦中,也不表达出来,这样会严重降低病人的生活质量,若不及时得到治疗,病情不断加重,还会造成终身的危害。所以,精神分裂症患者一定要尽快恢复健康状态,必须制定好科学合理有效的治疗方案。

②精神分裂症的治疗

对于精神分裂症的治疗,要注意时刻以病人为中心,树立强烈的责任感,放下自己的主观判断,不要私自评价病人的行为意识,尽力为病人营造一个舒适温馨的环境,让病人感受到轻松快乐,不会背负很大压力与痛苦,对病人的行为思想多一些理解和包容,进而增进彼此间的信任,加强治疗的配合度,要让病人清楚认识到疾病的问题和自己存在的缺陷,帮助其正确面对自己,勇敢面对现实,树立正确的人生观和价值观。目前对于精神分裂症的治疗方法有很多,我们主要了解心理治疗和药物治疗。

③心理治疗

心理治疗是精神分裂症病人改善精神状态的一种重要方法,它作为一种辅助疗法,可大大改善病人的情况,缩短恢复期,促进患者早日走出病态世界,尽快融入社会。对于心理治疗,首先要建立一个完善有效的沟通机制,运用科学的交流方法,精神分裂症患者内心压力和精神压力都非常大,在治疗时要做好实时沟通,及时帮助病人疏导压力与一些负面情绪,具体需要根据病情而定,做出针对性的治疗,要充分理解与同情病人,积极支持个人意愿,还要多激励病人进而增加他们的存在感,让其正确认识到自己的价值。

其次,心理治疗也可采用集体治疗方案进行治疗,对于集体治疗时,重点是解决病人真实存在的问题,一切治疗都是从实际出发的,提高病人对生活的积极性,勇敢的面对一切,提高社会交往能力。为了可以有效提高病人对生活的热情,多培养一些兴趣爱好,比如读书、音乐、绘画、唱歌、跳舞等,加强病人与现实生活的联系,将心理治

疗的作用发挥最大。

最后,要指导病人家属做好家庭护理干预,家庭心理干预中,对病人更多点耐心,多些细心的照顾,多与病人进行有效沟通,及时纾解心理的烦躁或是难过等,进而降低疾病的复发率,提高病人独立生活的能力。

其实心理治疗是由病人自我认知和自我学习而构成,所以说,心理治疗需要医生和患者间建立良好的关系,彼此接纳信任对方,否则很难建立自我认识和自我学习的过程,医患之间的建立,需要双方共同努力,病人要积极配合医生,严格遵从医生的安排,医生也要有耐心、和善、尊重病人,这样彼此间才能和谐友善。

④药物治疗

药物治疗是精神分裂症患者最有效的治疗方法,如果被诊断为精神分裂症,就要积极采用个体化的药物治疗方案,一定要尽早治疗。目前常用的首选药物是第二代抗精神病药物,该类药不具有典型性,药物效果非常显著,而且通常不会出现不良反应,或反映较小,所以可将该类药物视为精神分裂症的一线治疗药物,该类药物对于5-羟色胺受体与巴胺受体可起到有效阻隔,因此治疗效果非常理想。使用较多的药物主要有利培酮、齐拉西酮、喹硫平以及氨磺必利等,其实氯氮平也属于治疗精神分裂症的二代药物,但该药的不良反应较大,所以与一代药物一同视为二线药物,不作为主要药物来使用。治疗精神分裂症的第一点药物属于阻断剂,更多是作用在脑内多巴胺,常用的药物种类有奋乃静、氯哌啶醇以及氯丙嗪等。病人进行药物治疗的过程中,要全程干预,尽量选择单一用药,若一种药物坚持规律性治疗5周仍不见良好的效果,可考虑换一种药物治疗。

采用药物治疗中,对于药物的选择,一定要选择镇静作用小的,尽量不伤害到病人的心、肝、肾和认知功能,也不要影响血脂、体重、血液和内分泌等。此外,起初治疗时,控制好药物剂量,要先小剂量使用,根据病情和病人耐受情况合理增加。

除了心理治疗和药物治疗外,还要重视护理干预,日常生活中,家人要多陪病人进行户外运动,保持心情舒畅;注意休息,保证充足有效的睡眠;饮食多符合病人的口味,制作一些病人喜欢的食物和菜肴,促进食欲,减轻对食物的抗拒心理;注意三餐规律,多吃新鲜的水果、绿色蔬菜,保证摄取充足的维生素和微量元素。很多精神分裂症病人得到及时有效治疗后,病情可得到稳定控制,性格也变得开朗,精神也更加健康,而且社交能力也有所增强,预后情况多良好,只要坚持遵医嘱用药,定期复查,同时自身也要更加阳光积极些,可大大降低复发的频率,确保病情得到永久的控制。