

思覺失調症 Schizophrenia

一、什麼是思覺失調症：

包括思想，情感，行為等出現失調現象，同時伴有缺乏現實感和言語及知覺障礙的疾病，病患會呈現畏縮退化、社會功能變差、自我照顧能力下降

二、發生的原因：

思覺失調症在台灣的發生率約 1%，大部分在青春期的成人早期就開始發病。關於疾病的真正病因尚無定論，可能的病因如下：

- (一)與遺傳有關，病人的兄弟姐妹罹患該病的機率為一般人的十倍左右
- (二)神經荷爾蒙研究，因腦內多巴胺過高或活動量過高所致
- (三)可能與成長環境有關，家庭互動不良，人格發展欠缺完整性，以致無法適應日後的社會生活
- (四)社會文化背景不同，環境壓力的差異，以及個體對挫折忍受力的調適等

三、通常有什麼症狀：

- (一)前驅期：通常在青春期的發病，例如學業成績莫名其妙地退步、常常發呆、傻笑、自己關在房間裡，或問些奇怪問題，因症狀不明顯，易被忽略
- (二)急性期：語無倫次，看到或聽到不是真實存在的事物、聲音，認為有人知道自己思想內容，懷疑自己被監視，被迫害，被控制，因此可能出現自傷或傷人的行為
- (三)殘餘期：情感平淡現象較為顯著，還殘留著妄想或幻覺，但程度較輕

四、如何治療：

- (一)抗精神病藥物的治療：大多數的病人皆需長期服藥，切勿自行停藥，否則每次復發，只會讓病情更形惡化
- (二)社會心理的治療：給予病患支持，教導處理生活適應的能力,重新面對新的生活
- (三)復健治療:包括職能治療、社交技巧訓練、團康活動,工作訓練等等
- (四)運動：許多研究指出，運動能降低聽幻聽、焦慮、壓力和身心異常，促進融入社會，甚至提高就業機會

五、居家照顧應注意事項：

(一)均衡飲食，避免高熱量攝取及酒精、藥物濫用

(二)以下幾點建議能協助你提供病人更有效的幫助：

- 1.接受和支持：瞭解精神疾病的事實，尋求精神科，醫院、社區心理衛生中心或診所等專家協助
- 2.病患疾病可能會持續、或反覆性發生，必須尋找專家的幫忙並與醫師討論治療的策略，並能持久的參與病患的治療
- 4.當病人發生自傷或傷人的威脅企圖時，可請親友、警察、救護車或鄰居協助就醫
- 5.協助病人學習因應壓力的適當模式和放鬆技巧
- 6.培養病人正常日常作息以及學習安排休閒生活活動，養成適度運動習慣
- 7.協助病患定期門診追蹤，規律服藥
- 8.服藥若產生不適，鼓勵與醫師討論藥物；但若有急性不適如眼球上掉、無法靜坐、肢體僵硬等可善用住家附近醫院急診求治

六、參考資料

黃玉珠、王育慧（2014）．伴我路遙遙一家屬及公衛護理師照護社區精神病患之現況與困境．*護理雜誌*，62（4），26-33。

黃宣宜等編著（2015）．*最新精神科護理學(九版)*．臺北：永大。

李耀泰、陳福民、郭宗正（2021）．運動對停經後婦女的影響．*台灣更年期醫學會會刊*，65，27-31。

No.E0104

臺北市立聯合醫院護理部 111 年 6 月 30 日修訂