



## 精神疾病患者的生活適應

### 一、影響精神疾病患者生活適應的因素：

影響因素	可能表現形式
殘留精神症狀	自言自語、傻笑、幻聽、妄想、怪異行為等
功能退化	衛生習慣差、懶散、社交能力減退等
長期服藥之副作用	反應遲鈍、肌肉不自主顫動等

### 二、生活適應問題

患者方面：可能因動作較緩慢、肌肉不自主顫動，而害怕與人相處，擔心無法勝任工作，而出現無力感、無信心、退縮等，或許功能的退化因外界的期許產生壓力感，而出現不耐煩、抗拒等。

家屬部份：長期照顧患者，家屬容易產生無奈、無力感、束縛感、情緒處於不安定的狀態，若又出現照顧上的問題，家屬易產生害怕、憤怒、想逃避、沒希望等感覺。

### 三、增進精神病人生活適應

1. 殘留精神症狀方面：了解某些殘留症狀不易消除，學習與症狀共處並維持規律生活或活動安排。
2. 功能退化方面：觀察病人不合宜的表現及功能退化程度，列出希望改善或增加之項目，由少項、簡單開始，以病人可即程度予以訓練。
3. 藥物方面：了解服藥的時間、用法、劑量、及下次門診時間。勿自行購藥、減藥或停藥。有自殺傾向病人應將藥交予家屬保管及協助服藥。

### 四、綜合照顧精神病人的原則

1. 了解病人或家屬是一個獨立的個體，接受可能存在的各種表現及情緒變化。
2. 多予鼓勵與讚美；少予嘮叨、批評與責罵。
3. 建立健康的溝通方式，讓雙方有表達及宣洩情緒的機會。
4. 尋求專業人員的諮詢。

～維新醫療社團法人台中維新醫院～

～關心在地人的健康～

院址：台中市北區育德路 185 號

電話：04-22038585