



精神疾病患者的生活照護方式

精神疾病患者在生活中可能需要家人的支持與照護。家屬適當的照護方式，對患者的健康與病情穩定具有重要影響。因此，學習合適的照護方法，有助於減少疾病帶來的困擾。

一、症狀照護

1. 當患者出現幻聽或妄想等精神症狀干擾時，該怎麼辦？
設身處地瞭解患者的感受，傾聽其不適、抱怨，並表達自己的關心，安排其他活動以協助轉移注意力。如：聽音樂、看電視、戶外活動或找朋友聊天、其他休閒活動等。傾聽其想法，不與之爭辯。
2. 當患者逐漸有慢性化的現象，變得生活懶散、不會照顧自己、畏縮、無法參加社交活動、注意力不集中、思考貧乏、行動幼稚或怪異。此現象需要醫療專業人員共同討論其精神復健治療，如日間留院、社區復健或居家治療等，以防止患者社會功能退化。

二、服藥治療

1. 需觀察是否確實將藥物服下，當藥物確實服下時給予關心、讚美、鼓勵。
2. 挑藥吃或忘記服藥：家人需與患者討論原因，並協助改善服藥的態度，例如：購買藥盒以減少忘記服藥情況，或與醫師討論調整藥物服用時間、劑量，減少其不方便並且降低藥物副作用。
3. 拒絕服藥：當患者出現拒藥時，其精神狀態通常較混亂，除了鼓勵患者合作服藥外，亦可帶至醫療院所，請醫師評估是否必須住院治療。

三、日常生活照護

1. 維持個人衛生：盡量鼓勵患者自行整理好衣著外觀、維持身體清潔也很重要。
2. 飲食均衡：適量攝取水份及蔬菜水果，減少便秘及發胖。
3. 適當運動：假日一起外出活動，也可以放鬆心情，對病情亦有幫助。
4. 習慣養成：注意勿讓患者整天躺床，鼓勵白天活動，夜晚才能安睡。

～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