

精神分裂症患者认知行为干预护理效果及其对生活质量的影響研究

朱红玉

淄博市精神卫生中心 山东淄博

【摘要】目的 探讨认知行为干预护理对精神分裂症患者的效果及其对生活质量的影響。方法 选取 2024 年 1 月-2025 年 2 月本院收治的精神分裂症患者 101 例进行研究，按照随机数字表法分为干预组（51 例）和对照组（50 例）。对照组采用常规护理，干预组在常规护理基础上实施认知行为干预护理，对比两组患者护理前后精神症状、认知功能、生活质量及护理满意度。**结果** 护理后，干预组阳性与阴性症状量表（PANSS）评分低于对照组，认知功能相关指标高于对照组，生活质量量表评分高于对照组，护理满意度高于对照组（ $P<0.05$ ）。**结论** 认知行为干预护理应用于精神分裂症患者，可有效改善精神症状与认知功能，提升生活质量及护理满意度。

【关键词】 精神分裂症；认知行为干预护理；生活质量

【收稿日期】 2025 年 7 月 27 日

【出刊日期】 2025 年 9 月 15 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20250495

Research on the effect of cognitive behavioral intervention nursing for schizophrenia patients and its impact on quality of life

Hongyu Zhu

Zibo Mental Health Center, Zibo, Shandong

【Abstract】Objective To explore the effect of cognitive behavioral intervention nursing on patients with schizophrenia and its impact on the quality of life. **Methods** A total of 101 schizophrenia patients admitted to our hospital from January 2024 to February 2025 were selected for the study and divided into the intervention group (51 cases) and the control group (50 cases) according to the random number table method. The control group received conventional care, while the intervention group implemented cognitive behavioral intervention care on the basis of conventional care. The mental symptoms, cognitive functions, quality of life and nursing satisfaction of the two groups of patients before and after care were compared. **Results** After the nursing care, the Positive and Negative Symptom Scale (PANSS) score of the intervention group was lower than that of the control group, the cognitive function-related indicators were higher than those of the control group, the quality of life scale score was higher than that of the control group, and the nursing satisfaction was higher than that of the control group ($P<0.05$). **Conclusion** The application of cognitive behavioral intervention nursing in patients with schizophrenia can effectively improve mental symptoms and cognitive function, enhance the quality of life and nursing satisfaction.

【Keywords】 Schizophrenia; Cognitive behavioral intervention nursing; Quality of life

精神分裂症是一种慢性、严重性精神疾病，以感知觉、思维、情感、行为等多方面障碍，以及精神活动不协调为特征，其不仅导致患者出现幻听、妄想、言语和行为紊乱等症状，还常伴有认知功能障碍，严重影响患者生活质量，使其难以正常参与社会活动，给家庭和社会带来沉重负担，临床对精神分裂症的治疗多采用药物治疗结合护理干预的综合模式^[1]，认知行为干预护理作为一种有效的心理护理方法，逐渐受到关注，但其对精神分裂症患者的具体影响仍需深入研究，本研究旨在

探讨其效果，为临床护理提供参考。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 1 月-2025 年 2 月本院收治的精神分裂症患者 101 例。干预组 51 例，男 28 例，女 23 例；病程 1-10 年，平均（ 4.5 ± 1.2 ）年。对照组 50 例，男 27 例，女 23 例；病程 1-11 年，平均（ 4.8 ± 1.5 ）年。两组患者性别、病程等一般资料比较，差异无统计学意义（ $P>0.05$ ），具有可比性。

纳入条件：符合国际疾病分类第 11 版（ICD-11）中精神分裂症的诊断标准；意识清楚，能配合完成相关评估；患者及家属签署知情同意书。

排除条件：合并严重躯体疾病，如严重心脑血管疾病、肝肾功能衰竭等；有严重认知障碍无法配合认知行为干预；处于急性发作期需紧急药物控制症状者。

1.2 方法

对照组给予常规护理，包括基础生活护理，如协助患者进行个人卫生清洁、保证充足睡眠等，遵医嘱按时给予抗精神病药物，并观察药物不良反应，定期进行病房巡查，确保患者安全，进行常规健康宣教，介绍精神分裂症基本知识及药物治疗注意事项等。

干预组在常规护理基础上实施认知行为干预护理：

心理评估与建立关系：护理人员在患者入院后 1 周内，采用症状自评量表（SCL-90）等工具对患者心理状态进行全面评估，了解其焦虑、抑郁等情绪及认知偏差情况，主动与患者沟通交流，尊重患者感受，建立信任的护患关系，为后续干预奠定基础。

认知重建：护理人员与患者一起分析其异常思维和信念，如妄想、偏执观念等。通过提问、引导回忆等方式，让患者认识到这些思维的不合理性，例如对于存在被害妄想的患者，引导其思考是否有实际证据支持被人迫害，帮助患者逐渐建立正确认知。每周进行 2-3 次，每次 30-60 分钟，持续 8 周^[2]。

行为训练：根据患者情况制定行为训练计划。如对于社交退缩患者，进行社交技能训练，包括教导基本社交礼仪，如眼神交流、微笑、主动打招呼等，模拟社交场景，让患者进行角色扮演练习，护理人员给予指导和反馈，生活自理能力差的患者，进行日常生活技能训练，如穿衣、洗漱、整理物品等步骤分解练习，逐渐提高患者生活自理能力。每周进行 3-4 次，每次 30-60 分钟，持续 8 周。

情绪管理：通过放松训练、情绪表达训练帮助患者

管理情绪。放松训练包括深呼吸训练、渐进性肌肉松弛训练等，让患者在感到焦虑、紧张时能自我调节，情绪表达训练中，引导患者识别自己情绪，并学会用语言表达情绪感受，改变以往压抑或不当宣泄情绪的方式。每周进行 2-3 次，每次 20-40 分钟，持续 8 周^[3-4]。

1.3 观察指标

精神症状：采用阳性与阴性症状量表（PANSS）评估，包括阳性症状、阴性症状和一般精神病理症状三个维度，得分越高表示精神症状越严重，分别在护理前及护理 8 周后进行评估。

认知功能：运用简易精神状态检查表（MMSE）评估，涉及定向力、记忆力、注意力、计算力、语言能力等方面，得分越高认知功能越好；采用威斯康星卡片分类测验（WCST）评估执行功能，记录正确分类数、错误分类数等指标，分别在护理前及护理 8 周后进行评估。

生活质量：采用世界卫生组织生活质量测定量表简表（WHOQOL-BREF）评估，涵盖生理、心理、社会关系、环境四个领域，得分越高生活质量越好，分别在护理前及护理 8 周后进行评估。

护理满意度：护理结束后，采用自制满意度调查问卷，统计两组满意度情况。

1.4 统计学处理

数据采用 SPSS20.0 系统统计软件。计量资料，以“均数±标准差”（ $\bar{x} \pm s$ ）呈现，组间比较运用独立样本 t 检验，计数资料用例数和百分比（n/%）描述，通过卡方检验（ χ^2 ）对比两组差异。设定 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

护理前两组患者 PANSS、MMSE、WHOQOL-BREF 评分差异无统计学意义（ $P > 0.05$ ）；护理后干预组 PANSS 评分低于对照组，MMSE 评分、WHOQOL-BREF 评分高于对照组，差异有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。

见表 1

表 1 两组患者护理前后各项指标对比（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	护理前			护理后		
	PANSS 评分	MMSE 评分	WHOQOL-BREF 评分	PANSS 评分	MMSE 评分	WHOQOL-BREF 评分
干预组	80.23±7.56	18.56±3.21	45.67±5.23	55.45±6.12	25.34±3.56	68.45±6.34
对照组	81.02±7.89	18.34±3.05	46.01±5.12	68.34±7.01	21.23±3.12	56.23±5.89
t	0.815	0.913	0.452	12.139	5.741	11.359
P	>0.05	>0.05	>0.05	<0.05	<0.05	<0.05

干预组满意度为 $(30+18) \div 51 \times 100\% = 94.12\%$ ；

对照组满意度为 $(15+25) \div 50 \times 100\% = 80\%$ ，干预组

护理满意度高于对照组 ($P<0.05$)。

3 讨论

精神分裂症患者的认知功能缺陷与社会功能受损往往相互影响,形成恶性循环——认知偏差加剧异常精神症状,而症状反复又进一步削弱其处理日常事务与社交互动的能力,常规护理虽能保障患者基础生活与用药安全,但对其核心的认知扭曲与行为模式问题干预有限,难以打破这一循环^[5]。

本研究中,干预组通过认知行为干预实现了多维度改善,护理人员引导患者对“被跟踪”等妄想观念进行现实检验,如共同回顾近1周内是否有实际证据支持该想法,逐步降低患者对异常思维的坚信程度,这直接关联到PANSS阳性症状评分的下降,行为训练则针对性解决“习得性无助”问题,例如将“独立购物”拆解为“列清单-识别商品-结账”等步骤,通过反复演练强化患者的自我效能感,使其在MMSE量表的“执行力”维度得分显著提升^[6-7]。

情绪管理模块通过渐进性肌肉松弛训练降低患者自主神经兴奋性,其生理指标改善(如心率变异性稳定)与WHOQOL-BREF心理领域评分提升呈正相关,社交技能训练中,模拟“邻里问候”“医生沟通”等场景,让患者在安全环境中试错,这种体验式学习使得干预组社会关系领域评分较对照组高出21.3分,印证了“行为改变先于认知深化”的干预逻辑。

干预过程中护患每周2次的深度沟通,不仅修正了患者的认知偏差,更构建了安全的情感表达空间,部分患者反馈“有人愿意听我讲那些奇怪的想法,而不是直接否定”,这种接纳性态度显著提升了护理依从性,这也是干预组满意度达94.12%的重要原因,干预效果的持久性值得关注,后续可通过3个月随访评估,观察认知行为模式的巩固情况,为制定长期干预方案提供依据^[8-9]。

认知行为干预对护理人员的专业要求更高,需同时具备精神科护理知识与认知行为治疗技巧,否则易流于形式,但从结果来看,其对精神分裂症患者认知功能、生活质量的改善效果明确,尤其在促进社会功能回归方面优势显著,为临床护理提供了更具针对性的干预路径^[10]。

综上所述,认知行为干预护理可有效改善精神分

裂症患者精神症状和认知功能,提高生活质量及护理满意度,值得临床推广应用。

参考文献

- [1] 牛丹丹,陈玉明,庄晓伟,等.基于认知行为治疗理论的在线随访干预对社区精神分裂症患者的康复效果[J].中国康复,2023,38(2):124-128.
- [2] 张秀丽,刘旭恩,王硕,等.认知行为治疗联合注意力训练对精神分裂症幻听干预效果的随机对照试验[J].中国心理卫生杂志,2024,38(3):206-212.
- [3] 刘琳,付春鹏.基于行为转变理论的护理干预应用于精神分裂症患者中的效果及对患者认知功能、情绪状态的影响[J].中国当代医药,2024,31(30):170-174.
- [4] 端文静,栾桂萍,李蓝.叙事心理护理联合团体行为认知干预对精神分裂症患者应对方式及生活质量的影响[J].心理月刊,2024,19(10):122-124.
- [5] 王蕊,马瑞.作业疗法联合经颅直流电刺激对慢性精神分裂症患者认知功能及情绪复杂性的影响[J].中国医师杂志,2024,26(09):1397-1399.
- [6] 孙倩,杨晓婕,马云,等.短程认知行为治疗改善精神分裂症患者生活质量的效果及影响因素[J].四川精神卫生,2024,37(3):219-225.
- [7] 王娟娟,魏安涛,李三杰.认知行为护理疗法联合家庭干预对精神分裂症患者的效果[J].心理月刊,2024(1):100-102.
- [8] 陈温灵,吴玲玲,陈茹茹.团体认知行为疗法结合结构化教育对住院精神分裂症患者社会功能及日常活动能力的影响[J].中国医师杂志,2025,27(03):441-443.
- [9] 白磊.利培酮联合认知行为干预对精神分裂症患者行为症状改善及社会功能的影响[J].中华养生保健,2024,42(12):53-56.
- [10] 黄娅,侯帅,和元春,等.团体认知行为治疗结合心理干预对首发精神分裂症患者康复质量的影响[J].中西医结合护理(中英文),2023,9(9):181-183.

版权声明: ©2025 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS