

## 自我松弛音乐疗法联合家庭护理对精神分裂症患者认知功能的影响

王玲, 谢艳珍, 何超玉\*

云南省精神病医院 云南昆明

**【摘要】目的** 本文将借助对比实验原理分析观察精神分裂症患者实施自我松弛音乐疗法联合家庭护理的应用效果, 并针对患者认知功能、社会功能、情绪状态、生活质量的影响作为具体论述。**方法** 设定于 2023 年 1 月至 2024 年 1 月期间开展对比实验, 选入样本量共计 80 例, 均为该期间收治精神分裂症患者, 将所有患者进行 1-80 编号, 取前 40 例作为对照组实施常规治疗及护理指导, 将剩余部分作为观察组应用自我松弛音乐疗法联合家庭护理, 收集记录两组患者不同干预后各项数据指标, 并以统计学系统 (SSPS) 进行分析检验, 对比结果差异表现, 验证应用价值。**结果** 观察组患者定向力 ( $9.08 \pm 0.31$ )、记忆力 ( $2.19 \pm 0.28$ )、注意力及计算力 ( $4.06 \pm 0.30$ )、回忆能力 ( $2.37 \pm 0.21$ )、语言能力 ( $8.56 \pm 0.42$ ) 各项认知功能评分均优于对照组, 日常生活能力 ( $9.13 \pm 1.12$ )、动情和交往情况 ( $12.43 \pm 1.16$ )、社会性活动 ( $8.51 \pm 0.78$ )、社会功能总分 ( $30.07 \pm 3.06$ ) 高于对照组, 焦虑评分 ( $33.09 \pm 3.12$ )、抑郁评分 ( $34.52 \pm 2.93$ ) 情绪状态评分低于对照组, 生活质量评分 ( $89.43 \pm 4.18$ ) 优于对照组, 对比各项数据指标 P 值均可见  $< 0.05$  数值, 具有确切可比性。**结论** 精神分裂症患者采纳自我松弛音乐疗法联合家庭护理可明显提高患者认知功能, 改善患者情绪状态, 提升患者社会功能, 对生活质量的改善显示积极作用, 值得在临床中推广应用。

**【关键词】** 自我松弛音乐疗法; 家庭护理; 精神分裂症; 认知功能

**【收稿日期】** 2025 年 1 月 19 日

**【出刊日期】** 2025 年 2 月 18 日

**【DOI】** 10.12208/j.cn.20250084

### Effects of self-relaxation music therapy combined with family care on cognitive function in patients with schizophrenia

Ling Wang, Yanzhen Xie, Chaoyu He\*

Yunnan Provincial Psychiatric Hospital, Kunming, Yunnan

**【Abstract】 Objective** This article aims to analyze and observe the application effect of self relaxation music therapy combined with home care in patients with schizophrenia using comparative experimental principles, and specifically discuss the impact on patients' cognitive function, social function, emotional state, and quality of life. **Methods** A comparative experiment was conducted from January 2023 to January 2024, with a total sample size of 80 patients with schizophrenia admitted during this period. All patients were numbered 1-80, and the first 40 cases were selected as the control group to receive routine treatment and nursing guidance. The remaining part was selected as the observation group to receive self relaxation music therapy combined with home care. Various data indicators were collected and recorded for the two groups of patients after different interventions, and the statistical system (SSPS) was used for analysis and testing to compare the differences in results and verify the application value. **Results** The cognitive function scores of the observation group patients were better than those of the control group in terms of orientation ( $9.08 \pm 0.31$ ), memory ( $2.19 \pm 0.28$ ), attention and calculation ( $4.06 \pm 0.30$ ), recall ( $2.37 \pm 0.21$ ), language ability ( $8.56 \pm 0.42$ ), daily living ability ( $9.13 \pm 1.12$ ), emotional and social situations ( $12.43 \pm 1.16$ ), social activities ( $8.51 \pm 0.78$ ), and total social function score ( $30.07 \pm 3.06$ ). Anxiety score ( $33.09 \pm 3.12$ ), depression score ( $34.52 \pm 2.93$ ), emotional state score was lower than that of the control group, and quality of life score ( $89.43 \pm 4.18$ ) was better than that of the control group. The P values of various data indicators in the group are all less than 0.05, indicating precise comparability. **Conclusion** The use of self relaxation music

\*通讯作者: 何超玉

therapy combined with home care in patients with schizophrenia can significantly improve their cognitive function, emotional state, social function, and have a positive effect on improving their quality of life. It is worth promoting and applying in clinical practice.

**【Keywords】** Self relaxation music therapy; Home care; Schizophrenia; Cognitive function

精神分裂症具有病程长、治疗效果差、复发率高等特点,发病机制与遗传、大脑结构、后天环境刺激等多种因素作用有关<sup>[1]</sup>。精神分裂症患者存在大脑结构病理变化及神经功能缺陷,是一类以大脑功能紊乱、意志行为障碍、认知障碍及情感障碍等临床症状为主的精神疾病,同时患者伴有思维思想障碍、幻觉等精神活动,心理问题较多,造成患者认知功能、社交能力、思维能力下降,不仅影响生活质量,给社会、家庭造成重大负担<sup>[2]</sup>。相关调查显示,精神分裂症患者实施药物治疗期间配合科学有效的辅助治疗方案、护理管理措施,能够缓解患者不良情绪,改善认知水平,提高治疗效果。基于此,本研究将自我松弛音乐疗法联合家庭护理在精神分裂症患者中的实施步骤、效果进行详细分析记录,观察应用价值,以期为此类患者治疗提供切实可行干预方案。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

设定于 2023 年 1 月至 2024 年 1 月期间开展对比实验,选入样本量共计 80 例,均为该期间收治精神分裂症患者,患者年龄范围显示:(22-59)岁之间,平均值:(32.20±3.06)岁,包含男性患者人数 26 例,女性患者人数 54 例,排除:处于急性发作期患者,伴有其他精神类疾病患者,伴有恶性肿瘤疾病患者,基础资料对比  $P>0.05$ 。

### 1.2 方法

两组患者均接受药物治疗,并为患者及家属说明药物治疗的作用、原理、药物不良反应,提高患者及家属治疗重视度,改善用药依从性<sup>[3]</sup>。观察组实施自我松弛音乐疗法联合家庭护理:1)建立联合护理小组,在进行护理前所有小组成员均接受音乐松弛疗法、家庭护理内容相关知识培训,针对精神分裂症患者心理特点、护理需求以及心理学知识等内容进行学习,提高整体人员职业能力,确保护理质量<sup>[4-5]</sup>。2)利用健康教育形式为患者及家属详细说明自我松弛音乐疗法的应用目的,对情绪调节、疾病控制的作用,提高患者认知,促进患者配合<sup>[6]</sup>;自我松弛音乐疗法对环境要求较高,因此,在实施治疗前,准备单独房间,指导患者排空大小便,依据患者喜好选择体位,确保患者舒适;以温和

亲切语言方式指导患者集中注意力,慢慢闭上双眼,调节呼吸节奏,使其处于放松全身状态<sup>[7]</sup>;依据患者喜好,选择内容健康、旋律优美、舒缓音乐作为播放音乐,于患者放松全身后进行播放,时间保持在 20 分钟,引导患者慢慢睁开双眼完成治疗;在治疗后与患者进行亲切沟通交流,引导患者讲述治疗感受,并鼓励患者说出内心想法与体验,给予患者对症指导,治疗周期为每 7 天 1 次,持续治疗时间 1 个月。3)家庭护理是精神分裂症患者康复重要组成部分,良好的家庭护理对患者用药、情绪改善均具有良好的作用,因此,在家庭护理时期应对患者家属进行健康宣教,让患者家属充分了解用药治疗对精神分裂症症状改善的作用,指导家属了解精神分裂症患者情绪特点,讲解日常护理常识、精神类药物使用常识,扭转患者家属不良用药认知(部分家属会认为精神分裂症药物服用后患者会变得越加迟钝、呆滞),以此防止自行增减药量、擅自停药等行为发生,对患者用药治疗起到良好监督作用<sup>[8]</sup>;同时在日常生活中患者家属应观察其用药后不良反应,在服用药物初期应鼓励患者适当进行休息,减少活动,在起床或夜间活动时先静坐再下床行走,防止血压骤然变化发生不良事件。4)精神分裂症患者情感较为脆弱,在家居生活中若受到语言行为刺激,可导致病情加重,甚至诱发极端行为,在家居护理期间应关注患者情感变化,鼓励家属多做患者思想工作,给予患者关心呵护,维持患者舒畅心态。5)自伤、自杀行为是精神分裂症患者发作期重要表现,在家居护理过程中应将尖锐物品、长绳等物品藏匿,并做好家居安全相应防护措施,适当对患者活动范围进行限制,在特殊情况下可进行家庭隔离<sup>[9]</sup>。6)对患者 24 小时作息进行合理规划,多陪同患者参加有益身心的社会活动或家庭劳动,同时可引导患者观看一些正能量节目,使患者情绪持续保持在愉悦状态;每天陪同患者进行外出散步,逐渐提升患者体质。7)为患者提供营养丰富食物,做到荤素搭配,保持营养均衡<sup>[10]</sup>;控制日间睡眠时间,以每天午后伴小时为最佳标准,以确保夜间睡眠质量。

### 1.3 观察指标

收集记录两组患者认知功能[借助精神分裂症 MCCB 认知功能检测量表对患者定向力(0-10 分)、

记忆力(0-3分)、注意力及计算力(0-5分)、回忆能力(0-3分)、语言能力(0-9分)五项数据指标进行收集,分值高表明认知功能优]、社会功能(涉及:日常生活能力、动情和交往情况、社会性活动三个维度)、情绪状态评分(焦虑评分、抑郁评分)、生活质量评分(借助SF-36量表完成数据收集),并完成对比

分析,观察差异表现。

#### 1.4 统计学分析

以SPSS 26.00统计学专业软件实施分析比对,运用(/)表示、T比对检验、(n%)进行整理,获得 $\chi^2$ 数值完成数据收集,显示 $P < 0.05$ 则统计学意义确切。

## 2 结果

表1 对比两组患者认知功能数据指标( $\bar{x} \pm s$ ,分)

组别	定向力		记忆力		注意力计算力		回忆能力		语言能力	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	4.11±0.59	9.08±0.31	0.70±0.15	2.19±0.28	1.33±0.32	4.06±0.30	0.72±0.13	2.37±0.21	3.43±1.01	8.56±0.42
对照组	4.08±0.46	7.04±0.41	0.76±0.17	1.36±0.24	1.41±0.40	2.97±0.34	0.76±0.17	1.42±0.20	3.51±1.11	5.97±0.72
P值	0.546	<0.001	0.282	<0.001	0.267	<0.001	0.146	<0.001	0.701	<0.001

表2 对比两组患者社会功能数据指标( $\bar{x} \pm s$ ,分)

组别	日常生活能力	动情和交往情况	社会性活动	总分
观察组	9.13±1.12	12.43±1.16	8.51±0.78	30.07±3.06
对照组	7.47±1.09	7.31±1.20	7.09±1.08	21.87±3.37
P值	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001

表3 对比两组患者焦虑、抑郁评分、生活质量数据指标( $\bar{x} \pm s$ ,分)

组别	焦虑评分		抑郁评分		生活质量评分
	干预前	干预后	干预前	干预后	
观察组	48.21±4.30	33.09±3.12	49.49±3.76	34.52±2.93	89.43±4.18
对照组	48.30±4.18	45.22±3.08	49.37±3.43	46.86±3.02	80.28±4.02
P值	0.573	<0.001	0.671	<0.001	<0.001

### 3 讨论

精神分裂症是一种由多种因素所引起的精神疾病、心理疾病,受患者个人易感体质、外部社会环境等因素影响。相关调查显示,精神分裂症为多基因遗传复杂类疾病,遗传概率显示在60%至80%,患者受自身躯体疾病、环境状态影响也会发生精神分裂症,因此,精神分裂症的发病诱因与心理、社会、疾病、遗传等因素有着一定关联<sup>[1]</sup>。

精神分裂症的发生给患者社交能力、思维能力造成严重影响,部分患者会伴随意识障碍、认知能力障碍等症状,严重者甚至出现自伤、自杀行为表现,对生存质量有着极大影响。目前在临床中针对精神分裂症患者在实施必要的药物治疗基础上,强调对患者生活上的管理以及情绪上的引导,以促进患者认知功能康复,提高治疗效果。自我松弛音乐疗法在生理和心理两方面共同发挥协同作用,自我松弛音乐疗法能够通过放

松患者身体状态,对肾上腺素、甲肾上腺素分泌作用进行抑制,诱导外周释放一氧化碳,使身体大脑中枢神经系统(下丘脑、边缘系统及脑干网状结构等)通过音乐疗法产生物理上、心理上双重作用,改善激动所致前额叶、海马5-羟色胺等水平,达到改善情绪效果。而家庭护理能够为患者提供良好、和谐、安全的家庭治疗环境,通过对患者家属的健康教育,全面提升家属用药重视度,能够良好辅助患者完成日常用药,并建立和谐优质家庭氛围,使患者在舒适温馨家庭氛围中接受治疗。与此同时,患者家属可陪同其进行日常活动、文娱活动、康复训练,为患者提供良好恢复条件,提高患者整体治疗效果。

家庭护理在精神分裂症患者治疗期间占据重要地位,医护人员通过为家属进行一系列认知、行为、语言培养,建立有效家庭支持,良好保证精神分裂症患者治疗效果。结合自我松弛音乐疗,能够为患者放松心情,

改善患者精神状态, 进一步加速患者康复进度, 值得临床参考借鉴。

### 参考文献

- [1] 曾小兰, 吴启姣, 唐秋碧. 自我松弛音乐疗法联合家庭护理对精神分裂症患者认知功能的影响[J]. 中西医结合护理(中英文), 2024, 10(05): 150-152.
- [2] 谢玉真, 黄小曲. 自我角色认同与自我松弛音乐疗法在恢复期精神分裂症中的应用[J]. 世界睡眠医学杂志, 2024, 11(02): 446-449.
- [3] 梅佳. 暗示疗法联合重复经颅磁刺激对精神分裂症患者社会功能及康复状态的影响[J]. 反射疗法与康复医学, 2023, 4(1): 70-72, 76.
- [4] 高凤, 高存友, 沈静霞. 中医定向透药疗法对精神分裂症合并骨质疏松症患者的临床疗效[J]. 中国医药导刊, 2023, 25(1): 86-90.
- [5] 周小念, 张晓凤. 基于辩证行为疗法的音乐放松措施在精神分裂症患者中的应用[J]. 山西医药杂志, 2023, 52(4): 316-319.
- [6] 李晏萱, 张影, 杨静. 亲情护理结合自我松弛音乐疗法对恢复期精神分裂症患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2022, 28(19): 49-51.
- [7] 王丽丽. 脑电生物反馈治疗联合共情护理对慢性精神分裂症患者焦虑情绪及社会功能的影响[J]. 中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生, 2022(2): 4.
- [8] 陆沈艳, 覃金荣, 韦盛中. 自我管理技能训练联合音乐疗法对精神分裂症患者自理能力和康复效果的影响[J]. 中国当代医药, 2019, 26(9): 3.
- [9] 刘文佳. 音乐治疗和团体心理治疗对慢性精神分裂症患者精神症状及社会功能的影响[J]. 黑龙江科学, 2022, 13(2): 92-93.
- [10] 林桂红, 陈娜, 石贵凤. 放松运动联合音乐疗法对慢性精神分裂症患者心理症状及康复的影响[J]. 中国当代医药, 2021, 28(31): 71-73.
- [11] 阳瑞林, 吴耀文, 辛静丽. 慢性精神分裂症患者应用电子生物反馈疗法联合音乐治疗的初步研究[J]. 辽宁医学杂志, 2020, 34(05): 49-51.
- [12] 王霞. 优质护理服务对慢性精神分裂症患者心理和康复的影响分析[J]. 心理月刊, 2021, 16(17): 24-25-19.

**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**