

# Tâm Lý Người Bệnh Tâm Thần và Can Thiệp Tâm Lý

Ths: Đoàn Thị Huệ

*Bộ môn Tâm thần – ĐHY Hà Nội*

# Khái niệm

- Bệnh tật là sự cố không ai mong muốn
- Khi mắc bệnh ai cũng lo lắng, mức độ lo lắng phụ thuộc vào nhiều yếu tố như: độ nặng nhẹ của bệnh, nhân cách và diễn biến tâm lý của người bệnh, sự quan tâm chăm sóc của cán bộ y tế
- Muốn chẩn đoán và điều trị tốt thì CBYT ko những chẩn đoán và điều trị đúng mà phải quan tâm đến diễn biến lý của người bệnh

# Khái niệm

## Đặc điểm bệnh nhân tâm thần

- Phủ định bệnh, không chịu điều trị (**điều trị cưỡng bức**)
- Yếu tố Stigma: xấu hổ, dấu bệnh, kỳ thị, phân biệt đối xử, (chậm trễ trong điều trị: 2-3 năm)
- Khó phát hiện **bệnh cơ thể đi kèm**: Bệnh nhân tâm thần tử vong sớm hơn 10-25 năm so với quần thể dân số chung.

# Tâm lý bệnh nhân đến khám bệnh

- Lo lắng về bệnh tật của mình
- Tin tưởng vào CBYT
- Hồi hộp chờ đợi sự tiếp xúc CBYT
- Sợ bị chờ đợi lâu, thờ ơ, quát nạt, hách dịch...
- Hay hỏi han, đi lại, thiếu sự kiên trì

# Tâm lý bệnh nhân khi điều trị nội trú

- Sợ nằm viện
- + Xa người thân trong gia đình, sinh hoạt không thuận tiện
- + Nằm cùng phòng với nhiều người lạ
- + Nhiều mùi đặc biệt
- + Tiếp xúc với nhiều người hỏi bệnh, thăm khám
- + Kinh tế
- + Sợ lây bệnh khác

# Tâm lý bệnh nhân khi điều trị nội trú

- Tùy nhân cách khác nhau, bệnh lý khác nhau mà có những phản ứng tâm lý khác nhau: lo âu, bồn chồn, phủ định bệnh, nhiều triệu chứng chức năng
- Quan tâm nhiều đến kết quả chẩn đoán và tiên lượng

# Những điều cần tránh

- Với điều dưỡng
  - + Tránh cáu, lạnh lùng
  - + Lời nói thô bạo, thiếu tôn trọng
  - + Tránh đòi hỏi và sự sai khiến
  - + Tránh từ chối sự giúp đỡ người bệnh
- Với thầy thuốc
  - + Tránh khám bệnh ngay khi chưa hỏi và trò chuyện với người bệnh
  - + Vừa nghe người bệnh kể vừa làm việc riêng

# Những điều cần tránh

- + Chưa khám đã đọc kết quả
- + Khám qua loa, đại khái
- + Không nghiên cứu hồ sơ tuyến trước
- + Tránh phê phán, coi thường đồng nghiệp trước mặt bệnh nhân
- + Kê đơn phù hợp với bệnh
- + Tránh bông đùa, xâm phạm (phụ nữ)



# Liệu pháp tâm lý

- Quan điểm xây dựng liệu pháp tâm lý:
  - Các kích thích của môi trường sinh sống bên ngoài ảnh hưởng rất lớn đến các hoạt động tâm thân: LPTL loại trừ kích thích âm tính, tăng cường kích thích dương tính.
  - Cơ thể và tâm thần là một khối thống nhất, thường xuyên có tác dụng qua lại với nhau: SCTL có thể gây ra những rối loạn cơ thể và ngược lại. LPTL loại trừ lo lắng và bồi dưỡng nhân cách cho bệnh nhân.
  - Lời nói có tác dụng như một kích thích thực sự, có thể gây ra bệnh cũng như chữa được bệnh.

# Liệu pháp tâm lý

- Liệu pháp tâm lý gián tiếp:
  - Khái niệm: toàn bộ công tác tổ chức và các quy tắc, chế độ trong bệnh viện nhằm mục đích làm cho bệnh nhân sinh hoạt thoải mái, yên tâm chữa bệnh và từ đó làm mất những triệu chứng thứ phát do lo lắng sinh ra.
  - Các loại LPTL gián tiếp:
    - + Cách xây dựng bệnh viện và buồng bệnh tâm thần
    - + Các chế độ và thủ thuật
    - + Cách tiếp xúc với bệnh nhân tâm thần
    - + Đảm bảo môi trường vô khuẩn về tâm lý.

# Tâm lý tiếp xúc bệnh nhân tâm thần

## 1. Mục đích

- Nâng đỡ tâm lý, là kỹ năng, nghệ thuật đặc biệt của giao tiếp
- Giao tiếp hình thành mối quan hệ tốt giữa điều dưỡng và bệnh nhân
- Qua đó hiểu được tâm lý người bệnh
- Tạo lòng tin cho bệnh nhân

# Tâm lý tiếp xúc bệnh nhân tâm thần

## 2. Chuẩn bị

- Trang bị kiến thức tâm lý xã hội, luật pháp, đường lối chung về công tác y tế
- Bồi dưỡng phẩm chất nhân cách người CBYT
- Thuộc và hiểu rõ 12 nhiệm vụ về công tác y đức

# Tâm lý tiếp xúc bệnh nhân tâm thần

## 3. Các bước tiến hành

- Đđ là người tiếp xúc đầu tiên, sự đón tiếp phải làm bệnh nhân yên tâm hơn và vơi đi những lo lắng
- Thái độ phải ân cần, cởi mở, chan hòa
- Đón tiếp phải niềm nở, tận tình
- Phải công bằng với bệnh nhân, ai đến trước khám trước, ai đến sau khám sau, trường hợp đặc biệt phải xin phép

# Tâm lý tiếp xúc bệnh nhân tâm thần

- Tránh sự cáu gắt, to tiếng
- Phòng đợi sạch sẽ, gọn gàng
- Tại khoa điều trị
- Trách nhiệm của điều dưỡng phải gây cảm tình ngay với bệnh nhân
- Thái độ cởi mở, niềm nở, chân thành
- Cử chỉ hòa nhã, tác phong dễ gần
- Lời nói ôn tồn, nhẹ nhàng
- Nét mặt sinh động, hấp dẫn

# Tâm lý tiếp xúc bệnh nhân tâm thần

- Những điều cần tránh
  - Không nên nóng nảy, cáu gắt, hay nét mặt lạnh nhạt. Trong khi tiếp xúc với bệnh nhân phải tự kiềm chế mình, phải có văn hóa trong lời nói để gây không khí cởi mở, thoải mái, chân thành, thông cảm
  - Không được phê phán chăm sóc của đồng nghiệp trước mặt bệnh nhân, gây tổn hại uy tín
  - Không nên cho bệnh nhân biết cụ thể chẩn đoán và tiên lượng

# Tâm lý tiếp xúc bệnh nhân tâm thần

- Tránh các yếu tố kỳ thị đối với bệnh nhân và gia đình tại viện và cộng đồng
- Người bệnh tích cực tham gia các hoạt động tại cộng đồng để hòa nhập vào cuộc sống đời thường
- Gia đình thường xuyên giúp đỡ, nâng đỡ, tạo không khí thoải mái, môi trường tâm lý xã hội hài hòa
- Cộng đồng chấp nhận, không ác cảm, luôn luôn đón nhận người bệnh