

五行健康操对改善住院老年精神分裂症患者日常生活能力和认知功能的效果

林美容, 高 瑾*

(厦门市仙岳医院, 福建 厦门 361012)

*通信作者: 高 瑾, E-mail: 276832794@qq.com)

【摘要】 目的 探讨五行健康操对改善住院老年精神分裂症患者日常生活能力和认知功能的效果。**方法** 纳入2016年5月-2017年5月在厦门市仙岳医院住院治疗、符合《国际疾病分类(第10版)》(ICD-10)诊断标准的老年精神分裂症患者($n=80$)为研究对象,采用随机数字表法分为研究组和对照组各40例。两组均接受常规药物治疗、精神科护理及康复治疗,研究组在此基础上进行五行健康操练习。于干预前、干预6个月和干预1年后,采用Barthel指数评定量表(BI)评定患者日常生活能力,采用简易精神状态评价量表(MMSE)评定认知功能;于干预前和干预1年后,采用护士用住院患者观察量表(NOSIE)评定患者行为及病情变化。**结果** 干预6个月和干预1年后,研究组BI评分($F=2.876, 3.240, P<0.05$ 或 0.01)和MMSE评分($F=4.742, 7.902, P<0.01$)均高于对照组,差异均有统计学意义。干预1年后,研究组NOSIE各因子评分及总评分均高于对照组,差异均有统计学意义($t=0.173\sim 2.463, P<0.05$)。**结论** 在常规药物治疗及常规护理的基础上实施五行健康操,可能有助于改善住院老年精神分裂症患者的日常生活能力和认知功能。

【关键词】 精神分裂症;五行健康操;日常生活能力;认知功能

开放科学(资源服务)标识码(OSID):  微信扫码二维码
听独家语音释文
与作者在线交流

中图分类号: R749.3

文献标识码: A

doi: 10.11886/scjsws20211022001

Efficacy of five elements health exercise on improving ability of daily living and cognitive function in elderly inpatients with schizophrenia

Lin Meirong, Gao Jin*

(Xiamen Xianyue Hospital, Xiamen 361012, China)

*Corresponding author: Gao Jin, E-mail: 276832794@qq.com)

【Abstract】 Objective To explore the clinical efficacy of five elements health exercise on improving the ability of daily living and cognitive function in elderly inpatients with schizophrenia. **Methods** A total of 80 elderly patients with schizophrenia who were hospitalized in Xiamen Xianyue Hospital from May 2016 to May 2017 and met the diagnostic criteria of International Classification of Diseases, tenth edition (ICD-10) were enrolled in this study, and were randomly divided into the study group and the control group, with 40 cases in each group. Both groups received routine drug treatment, psychiatric nursing care and rehabilitation treatment, and the study group received five elements health exercise on this basis. The ability of daily living and cognitive function of patients were assessed using Barthel Index (BI) and Mini-Mental State Examination (MMSE) before intervention, 6 months and 1 year after intervention. Additionally, the Nurses' Observation Scale for Inpatient Evaluation (NOSIE) was adopted to evaluate the changes of patients' behavior and condition before and after 1-year intervention. **Results** At 6 months and 1 year of intervention, study group scored higher on BI ($F=2.876, 3.240, P<0.05$ or 0.01) and MMSE ($F=4.742, 7.902, P<0.01$) than control group, with statistically significant differences. After 1 year of intervention, the scores of each factor and total score of NOSIE in the study group were higher than those in the control group, and the differences were statistically significant ($t=0.173\sim 2.463, P<0.05$). **Conclusion** On the basis of routine drug therapy and routine nursing care, the implementation of five elements health exercise may improve the ability of daily living and cognitive function of elderly inpatients with schizophrenia.

【Keywords】 Schizophrenia; Five elements health exercise; Ability of daily life; Cognitive function

国家统计局发布的《2018年国民经济和社会发展统计公报》显示^[1],2018年末,我国60岁以上人口为24 949万人,占总人口比重的17.9%。随着人口

老龄化的到来,老年精神分裂症的发病率升高^[2],大部分患者需住院治疗,且部分患者需要长期甚至终身住院^[3]。老年精神分裂症患者反应迟钝、思维贫

乏、认知功能衰退以及日常生活能力受损的情况较常见^[4]。治疗方面,新型抗精神病药物有助于改善患者的症状,但药物治疗对患者生理功能和心理健康状况的改善效果较有限^[5]。有研究表明,对慢性精神分裂症患者开展家居训练,有助于改善其阴性症状,提高生活自理能力,促进患者康复^[5]。

五行健康操是参考国术和韵律操编排而成,动作较简单,强度适宜,具有调和阴阳、顺行血气、宁心安神的功效,可增加老年患者机体的能量消耗,促进新陈代谢,适宜老年患者每天坚持锻炼^[6]。已有研究将五行健康操应用于神经内科患者^[7]、养老院患者^[6]以及合并糖尿病的精神分裂症患者^[8],结果显示,患者的生理和心理状态改善,生活质量提高。目前,关于五行健康操对住院老年精神分裂症患者康复效果的临床报道较少。本研究选取 80 例住院老年精神分裂症患者为研究对象,在常规药物治疗、精神科护理及康复治疗的基础上实施五行健康操,观察患者日常生活能力和认知功能的改善情况,以期为住院老年精神分裂症患者提供一种简便、可行、经济的康复手段。

1 对象与方法

1.1 对象

纳入 2016 年 5 月-2017 年 5 月在厦门市仙岳医院住院治疗的老年精神分裂症患者为研究对象。入组标准:①符合《国际疾病分类(第 10 版)》(International Classification of Diseases, tenth edition, ICD-10)精神分裂症诊断标准;②年龄 ≥ 60 岁;③小学及以上受教育程度;④住院时间 ≥ 3 个月;⑤无重大躯体疾病者。排除标准:①病例资料不完整的患者;②无法正常进行语言沟通者;③生活无法自理或无法自主进行活动者;④躯体关节存在畸形或肢体活动受限者;⑤不配合治疗者。符合入组标准且不符合排除标准共 80 例,采用随机数字表法分为研究组和对照组各 40 例。本研究经厦门市仙岳医院伦理委员会审查通过(批件号:2015-KY-011),患者及家属了解研究过程和目的,同意参加本研究并签署知情同意书。

1.2 干预方法

两组患者均接受常规药物治疗、精神科护理及康复治疗,包括基础护理、症状护理、药物护理、心理疏导以及健康宣教。研究组在此基础上进行五行健康操练习。五行健康操具体操作步骤如下:

①拍打天门;②双龙吐珠;③前摇后摆;④开合虚掌;⑤排山倒海;⑥拍掌扩胸;⑦龙飞凤舞;⑧扭转乾坤;⑨花开富贵;⑩鲤跃龙门;⑪螳螂捕蝉(左);⑫螳螂捕蝉(右);⑬物转星移;⑭天女散花;⑮上下天梯;⑯同心协力;⑰凤阳花鼓;⑱龙腾虎跃(详细步骤可根据 OSID 开放科学数据中的视频进行操作)。患者在午休起床后(14:30)和晚餐 1 小时后(18:30)进行五行健康操练习,每天 2 次,每次 20 min,地点在病区内患者活动厅。在五行健康操实施过程中,由一名培训合格的护士进行教授并负责带操,一名护士负责保障患者的安全。干预实施 1 年,脱落者自动剔除。

1.3 评定工具

运用 Barthel 指数评定量表(Barthel Index, BI)^[9]评定患者的日常生活能力,包括进食、穿衣、修饰、如厕、洗澡、床椅转移、平地行走、大便控制、小便控制、上下楼梯 10 个评价项目,总评分范围 0~100 分,100 分为可完全自理,61~99 分为轻度功能障碍,41~60 分为中度功能障碍, ≤ 40 分为重度功能障碍。

采用简易精神状态评价量表(Mini-Mental State Examination, MMSE)^[10]评定患者的认知功能。MMSE 共 30 个条目,统计所有记“1”的项目总和,总评分范围 0~30 分,评分 ≥ 27 分为正常,21~26 分为存在轻度认知功能障碍,10~20 分为存在中度认知功能障碍, < 10 分为存在重度认知功能障碍。

采用护士用住院患者观察量表(Nurses' Observation Scale for Inpatient Evaluation, NOSIE)^[11]评定患者的病情和康复效果。NOSIE 共 30 个条目,采用 0~4 分 5 级评分,包括社会能力、社会兴趣、个人整洁、激惹、精神病表现、迟缓和抑郁共 7 个因子。前 3 项因子评分之和为总积极因素评分,后 4 项因子评分之和为总消极因素评分,NOSIE 总评分=128+总积极因素评分-总消极因素评分。

1.4 评定方法

量表评定由经过一致性培训的护士进行。于干预前、干预 6 个月和干预 1 年后进行 BI 和 MMSE 评定;于干预前和干预 1 年后进行 NOSIE 评定。

1.5 统计方法

采用 SPSS 20.0 进行统计分析,计量资料以($\bar{x} \pm s$)表示。两组患者 BI 和 MMSE 评分比较采用重复测量方差分析,NOSIE 评分比较采用配对 t 检验。检验水准 $\alpha = 0.05$ 。

2 结 果

2.1 两组一般资料比较

研究组中,男性 19 例,女性 21 例;年龄 65~78 岁 [(71.51±6.50)岁];病程 0.25~15 年 [(4.83±3.15)年]。受教育程度:小学 26 例,初中及以上 14 例。

对照组中,男性 18 例,女性 22 例;年龄 62~79 岁 [(70.52±8.51)岁];病程 0.25~15 年 [(4.62±3.28)年]。受教育程度:小学 22 例,初中及以上 18 例。

2.2 两组 BI 和 MMSE 评分比较

干预前,两组 BI 和 MMSE 评分差异均无统计学

意义($F=0.148, 0.163, P$ 均 >0.05)。干预 6 个月和干预 1 年后,研究组 BI 评分($F=2.876, 3.240, P<0.05$ 或 0.01)和 MMSE 评分($F=4.742, 7.902, P$ 均 <0.01)均高于对照组,差异均有统计学意义。见表 1。

2.3 两组 NOSIE 评分比较

干预前,两组 NOSIE 各因子评分及总评分比较差异均无统计学意义($t=0.072\sim 1.054, P$ 均 >0.05)。干预 1 年后,研究组 NOSIE 各因子评分及总评分均高于对照组,差异均有统计学意义($t=0.173\sim 2.463, P$ 均 <0.05)。见表 2。

表 1 两组 BI 和 MMSE 评分比较($\bar{x}\pm s$,分)

Table 1 Comparison of BI and MMSE scores between the two groups

组 别	BI 评分			MMSE 评分		
	干预前	干预 6 个月	干预 1 年	干预前	干预 6 个月	干预 1 年
研究组($n=40$)	69.96±3.78	73.68±5.38	76.84±5.31	24.05±1.26	25.24±1.23	28.41±1.51
对照组($n=40$)	69.18±4.31	69.17±3.42	71.62±5.22	23.96±1.25	24.72±1.43	25.98±1.65
F	0.148	2.876	3.240	0.163	4.742	7.902
P	0.874	0.039	0.007	0.861	<0.010	<0.010

注:BI, Barthel 指数评定量表;MMSE, 简易精神状态评价量表

表 2 两组 NOSIE 评分比较($\bar{x}\pm s$,分)

Table 2 Comparison of NOSIE scores between the two groups

组 别	时 间	NOSIE 评分				
		社会能力	社会兴趣	个人整洁	激惹	精神病表现
研究组($n=40$)	干预前	12.61±4.52	9.21±4.32	8.01±3.22	30.13±9.41	22.23±7.41
	干预 1 年	22.71±8.92	16.21±7.12	13.41±4.52	12.72±6.91	2.91±0.81
对照组($n=40$)	干预前	13.22±5.51	9.41±5.12	8.12±3.51	31.61±9.82	21.74±7.91
	干预 1 年	18.51±7.82	14.71±6.62	10.81±4.32	12.92±5.53	2.83±0.82
	t_1	0.682	0.281	0.392	1.054	0.481
	P_1	0.084	0.062	0.074	0.063	0.083
	t_2	2.132	1.022	2.463	1.033	1.663
	P_2	0.023	0.041	0.024	0.032	0.023

组 别	时 间	NOSIE 评分				
		迟缓	抑郁	总积极因素	总消极因素	总评分
研究组($n=40$)	干预前	16.41±6.82	4.81±2.42	32.85±11.63	77.25±18.34	83.67±19.97
	干预 1 年	12.22±6.71	1.02±0.61	52.34±20.31	28.85±11.92	151.58±27.26
对照组($n=40$)	干预前	14.91±7.42	4.32±2.13	34.45±15.12	76.74±16.81	85.77±20.64
	干预 1 年	10.12±7.23	0.92±0.33	46.43±19.12	27.24±11.53	147.26±30.33
	t_1	0.472	0.591	0.345	0.164	0.072
	P_1	0.085	0.083	0.072	0.063	0.073
	t_2	2.132	1.453	2.062	0.173	1.082
	P_2	0.034	0.042	0.032	0.024	0.034

注:NOSIE, 护士用住院患者观察量表; t_1, P_1 , 干预前两组比较; t_2, P_2 , 干预 1 年后两组比较

3 讨 论

随着疾病的进展,老年精神分裂症患者逐渐出现生理功能衰退、社会功能丧失等情况,日常活动和生活质量受到严重影响。本研究结果显示,接受

五行健康操干预 6 个月和干预 1 年后,研究组 BI 评分均高于对照组,提示五行健康操可能有助于改善老年精神分裂症患者的日常生活能力。魏焯^[12]研究显示,群体性运动有助于满足老年人心理需求,

并改善其人际交往能力,提高日常生活能力。五行健康操作为一种群体性运动,在住院老年精神分裂症患者中开展,具有同样功效。

对精神分裂症患者而言,认知功能受损是精神分裂症的核心症状之一,对患者的日常生活能力和社会功能均有重要影响^[13]。本研究结果显示,干预6个月和干预1年后,研究组MMSE评分均高于对照组,表明五行健康操可能有助于改善老年精神分裂症患者的认知功能。已有较多研究表明,运动干预有助于改善患者的认知功能^[13-16]。五行健康操是基于科学的中医理论进行设计,是一种动作简单、强度适宜的有氧运动^[17],具有疏通经络、调节阴阳的功效^[15],尤其适用于老年患者,可促进新陈代谢,增加内啡肽释放,改善大脑活跃程度,进而改善认知功能^[6]。

干预1年后,研究组NOSIE各因子评分及总分均高于对照组,差异均有统计学意义,表明在常规药物治疗、精神科常规护理及康复治疗的基础上实施五行健康操,患者的激惹程度下降、迟缓和抑郁状态改善,精神病表现有所减轻,社会功能好转。郭淑沿^[18]对住院精神分裂症患者进行五行健康操干预的研究结果显示,五行健康操有助于减少患者的躯体疾病,改善社会功能。邓金煌等^[17]研究表明,五行健康操有助于减轻抑郁患者的焦虑抑郁情绪,提高睡眠质量。吕克梅^[16]采用健美操辅助治疗慢性精神分裂症患者,结果显示,健美操可能有助于改善患者的阴性症状及社会适应能力,促进患者早日回归社会。

综上所述,在常规药物治疗和精神科常规护理的基础上实施五行健康操,有利于改善长期住院老年精神分裂症患者的日常生活能力、认知功能及精神症状,延缓衰退,促进康复。此外,住院老年精神分裂症患者通过练习动作难易程度适中、运动强度适宜的五行健康操,也丰富了住院生活,提高了生活质量。

本研究的局限在于:首先,由于患者的年龄、肢体灵活度、习惯等差异,患者在进行五行健康操锻炼的过程中动作幅度不一致,可能导致效果存在差异;其次,纳入的患者受教育程度参差不齐,对带操护士教授的动作要领的理解程度不同,研究结果的准确性可能受到影响。在今后的研究中,可增加样本量,在更多的病区中开展五行健康操,进一步探索五行健康操在住院精神分裂症患者中的应用效果。

参考文献

- [1] 国家统计局. 2018年国民经济和社会发展统计公报[EB/OL]. http://www.gov.cn/xinwen/2019-02/28/content_5369270.htm, 2019-02-18.
National Bureau of Statistics. 2018 statistical bulletin on national economic and social development [EB/OL]. http://www.gov.cn/xinwen/2019-02/28/content_5369270.htm, 2019-02-18.
- [2] 沈渔邨. 精神病学[M]. 5版. 北京: 人民卫生出版社, 2009: 121-513.
Shen YC. Psychiatry [M]. 5th edition. Beijing: People's Medical Publishing House, 2009: 121-513.
- [3] Kessler T, Lev-Ran S. The association between comorbid psychiatric diagnoses and hospitalization-related factors among individuals with schizophrenia[J]. Compr Psychiatry, 2019, 89: 7-15.
- [4] 胡琼月, 张永东, 田博. 精神分裂症阴性症状的研究进展[J]. 神经疾病与精神卫生, 2016, 16(3): 361-364.
Hu QY, Zhang YD, Tian B. Research progress on negative symptoms of schizophrenia [J]. Journal of Neuroscience and Mental Health, 2016, 16(3): 361-364.
- [5] 余海玲, 杨兰, 冯杏. 家居训练对慢性精神分裂症住院患者的疗效观察[J]. 中国卫生标准管理, 2021, 12(2): 70-72.
Yu HL, Yang L, Feng X. Observation of the effect of home training on inpatients with chronic schizophrenia [J]. China Health Standard Management, 2021, 12(2): 70-72.
- [6] 戴爱武, 陈光红, 张鹏英. 群体五行健康操在老年护理院患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2017, 23(13): 70-72.
Dai AW, Chen GH, Zhang PY. Application of group five elements health exercise in elderly nursing home patients [J]. Journal of Qilu Nursing, 2017, 23(13): 70-72.
- [7] 吴妙兰, 李小华, 李昭君. 五行健康操联合健康教育在神经内科病房中的应用效果[J]. 黑龙江医药, 2021, 34(2): 481-483.
Wu ML, Li XH, Li ZJ. Application effect of five elements health exercise combined with health education in neurology ward [J]. Heilongjiang Medicine Journal, 2021, 34(2): 481-483.
- [8] 李敏娇. 五行健康操对住院精神分裂症合并糖尿病的影响[J]. 糖尿病新世界, 2017, 20(20): 148-149.
Li MJ. Effect of five elements health exercises on inpatients with schizophrenia complicated with diabetes [J]. Diabetes New World, 2017, 20(20): 148-149.
- [9] 郭玉蓉. Barthel指数评定量表在临床护理中的应用[J]. 医学信息, 2015, 28(34): 345.
Guo YR. Application of Barthel Index in clinical nursing [J]. Medical Information, 2015, 28(34): 345.
- [10] 高月. 老年精神分裂症患者认知功能状况及影响因素分析[J]. 老年医学研究, 2020, 1(1): 9-11, 23.
Gao Y. Analysis of the cognitive function and influencing factors in elderly patients with schizophrenia [J]. Geriatrics Research, 2020, 1(1): 9-11, 23.
- [11] 邵玉昭, 王丽. 综合护理干预在长期住院精神分裂症患者康复中的应用[J]. 当代护士(中旬刊), 2021, 28(7): 21-24.
Shao YZ, Wang L. Effect of comprehensive rehabilitation nursing

- on cognitive function, mental state and rehabilitation effect of elderly schizophrenic patients[J]. *Modern Nurse*, 2021, 28(7): 21-24.
- [12] 魏焯. 老年人参与群体性休闲运动的动机、群体气氛与运动效益的相关性[J]. *中国老年学杂志*, 2014, 34(20): 5899-5900.
Wei Y. The correlation between the motivation, group atmosphere and exercise benefit of the elderly participating in group leisure sports [J]. *Chinese Journal of Gerontology*, 2014, 34(20): 5899-5900.
- [13] 郭冬梅. 康复训练对老年痴呆患者认知功能、生活质量及抑郁的影响[J]. *齐鲁护理杂志*, 2016, 22(1): 26-28.
Guo DM. Effect of rehabilitation training on cognitive function, quality of life and depression in patients with Alzheimers disease [J]. *Journal of Qilu Nursing*, 2016, 22(1): 26-28.
- [14] 谭友果, 甘枝勤, 蔡端芳, 等. 综合干预对轻度认知功能损害和早期老年痴呆患者的影响[J]. *临床精神医学杂志*, 2016, 26(4): 265.
Tan YG, Gan ZQ, Cai DF, et al. Effect of comprehensive intervention on patients with mild cognitive impairment and early senile dementia [J]. *Journal of Clinical Psychiatry*, 2016, 26(4): 265.
- [15] 陈剑峰, 张美胡, 姚桂林, 等. 五行健康操延缓轻度老年痴呆患者认知功能障碍进展的探讨[J]. *中外医学研究*, 2019, 17(12): 166-168.
Chen JF, Zhang MH, Yao GL, et al. Five elements health exercise delaying the progress of cognitive disorder in patients with mild Alzheimer's disease [J]. *Chinese and Foreign Medical Research*, 2019, 17(12): 166-168.
- [16] 吕克梅. 健美操对慢性精神分裂症患者的康复效果观察[J]. *中国误诊学杂志*, 2012, 12(15): 3857.
Lyu KM. Observation of rehabilitation effect of calisthenics on patients with chronic schizophrenia [J]. *Chinese Journal of Misdiagnostics*, 2012, 12(15): 3857.
- [17] 邓金煌, 蒋梦依, 钟耕坤. 五行健康操运动疗法对抑郁症患者影响的效果研究[J]. *精神医学杂志*, 2022, 35(1): 81-84.
Deng JH, Jiang MY, Zhong GK. Effect of five elements health exercise therapy on patients with depression [J]. *Journal of Psychiatry*, 2022, 35(1): 81-84.
- [18] 郭淑沿. 五行健康操对减少长期住院精神分裂症患者躯体疾病的影响研究[J]. *中外医疗*, 2018, 37(2): 145-147.
Guo SY. Research on effect of five elements health exercise on reducing the so-matic disease of long-term inpatients with schizophrenia [J]. *China Foreign Medical Treatment*, 2018, 37(2): 145-147.

(收稿日期:2021-10-22)

(本文编辑:陈霞)