

MỘT SỐ RỐI LOẠN TÂM THẦN

KIẾN THỨC VỀ BỆNH TÂM THẦN

KIẾN THỨC VỀ SỨC KHỎE TÂM THẦN

MỤC ĐÍCH:

- Hiểu được khái niệm về người có sức khỏe tâm thần
- Biết các lĩnh vực trong sức khỏe tâm thần
- Phân biệt được khi nào là vấn đề tâm lý thông thường, khi nào là có vấn đề sức khỏe tâm thần
- Các nguyên nhân của rối loạn tâm thần
- Các phương pháp can thiệp đối với bệnh nhân tâm thần

NGƯỜI CÓ SỨC KHỎE TÂM THẦN

- 1. Một cuộc sống thật sự thoải mái.
- 2. Đạt được niềm tin vào giá trị bản thân, vào phẩm chất và giá trị của người khác.
- 3. Có khả năng ứng xử bằng cảm xúc, hành vi hợp lý trước mọi tình huống.
- 4. Có khả năng tạo dựng, duy trì và phát triển thoả đáng các mối quan hệ.
- 5. Có khả năng tự hàn gắn để duy trì cân bằng khi có các sự cố gây mất thăng bằng, căng thẳng (stress).

CÁC LÃNH VỰC TRONG SỨC KHỎE TÂM THẦN VÀ THỂ CHẤT

THỂ CHẤT:

Tim mạch

Hô hấp

Tiêu hóa

Tiết niệu sinh dục

Cơ xương khớp

Thần kinh

• TÂM THẦN:

• Tư duy

• Tri giác, cảm giác

• Cảm xúc

• Hành vi

• Trí năng, trí tuệ

• Chú ý

KHI NÀO BỊ RỐI LOẠN TÂM THẦN

- Buồn
- Lo lắng
- Uống rượu
- Chơi game
- Trầm cảm
- Rối loạn lo âu
- Lạm dụng rượu
- Nghiện game

DỰA VÀO TIÊU CHUẨN NÀO ĐỂ PHÂN BIỆT HAI VẤN ĐỀ NÀY

RỐI LOẠN TÂM THẦN

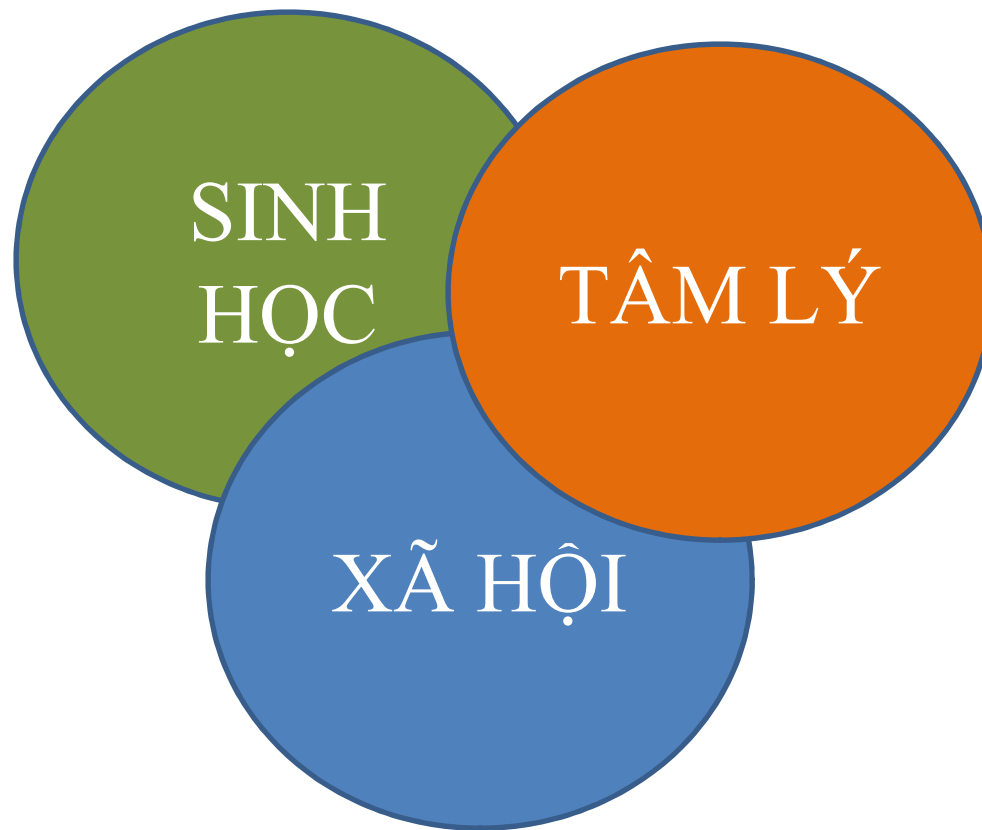
- *Các bất thường hoạt động tâm thần nặng nề*
- *Thời gian tương đối kéo dài*
- *Ảnh hưởng đến cuộc sống*
- *Không do bệnh cơ thể hoặc dùng thuốc/rượu/ma túy*

ANH/CHỊ HÃY KÊ TÊN
CÁC RỐI LOẠN TÂM THẦN
MÀ ANH/CHỊ BIẾT

CÁC DẠNG BỆNH TÂM THẦN

- ***Các bệnh tâm thần phổ biến:*** Nó bao gồm hai dạng rối loạn cảm xúc đó là trầm cảm và lo âu.
- ***Các bệnh tâm thần nặng (loạn thần):*** tâm thần phân liệt, rối loạn cảm xúc lưỡng cực và loạn thần cấp.
- ***Các rối loạn thói quen xấu:*** Như say rượu, nghiện ma túy...
- ***Chậm phát triển tâm thần:*** Sự phát triển các hoạt động tâm thần bị chậm so với lứa tuổi.
- ***Vấn đề sức khỏe tâm thần ở người lớn tuổi:*** Một trong những rối loạn cần được quan tâm nhất đó là suy giảm trí nhớ (mất trí).
- ***Vấn đề sức khỏe tâm thần ở trẻ em:*** Ở lứa tuổi trẻ em có nhiều rối loạn tâm thần như tự kỷ, tăng động giảm chú ý và các rối loạn hành vi của trẻ em.

NGUYÊN NHÂN CỦA CÁC RỐI LOẠN TÂM THẦN



NGUYÊN NHÂN SINH HỌC

- Di truyền: gen- cấu trúc cơ thể con người
- Các bệnh gây tổn thương não:
 - Chấn thương
 - Nhiễm trùng
 - Thoái hóa
- Các bệnh mạn tính

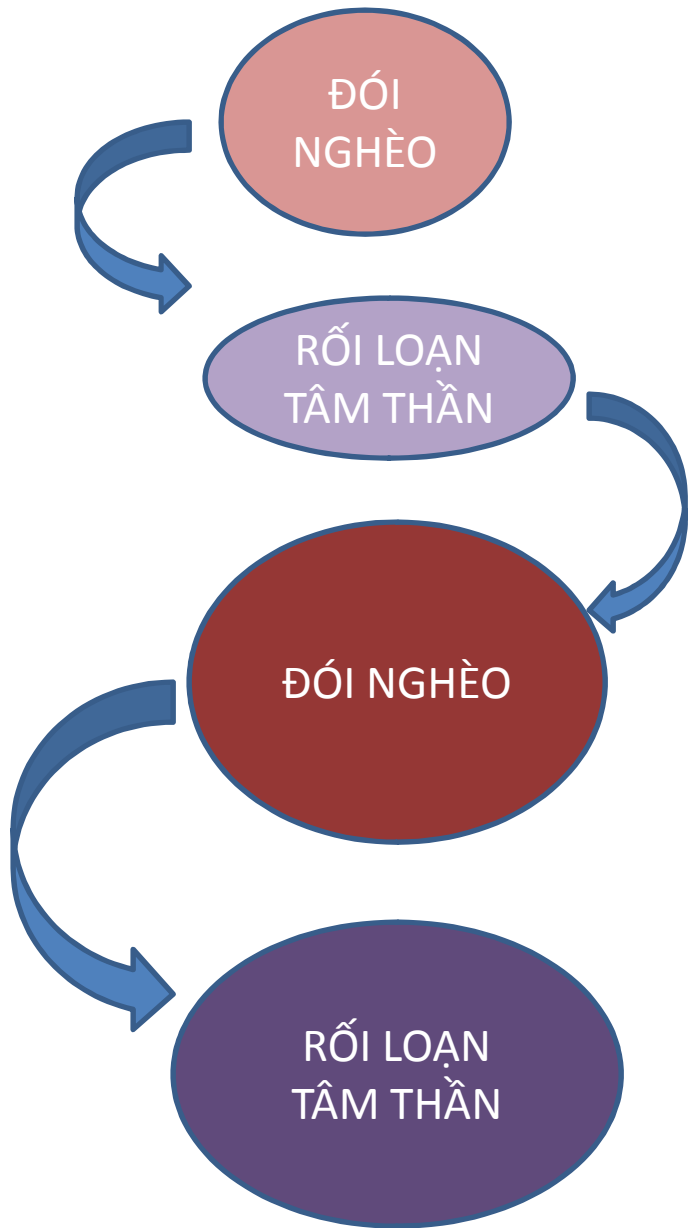
NGUYÊN NHÂN TÂM LÝ

- Các trải nghiệm trong cuộc sống
- Các khó khăn trong cuộc sống
- Nhân cách của từng người
- Cách ứng xử của gia đình và người xung quanh

NGUYÊN NHÂN XÃ HỘI

- Áp lực cuộc sống xã hội
- Các tệ nạn trong xã hội
- Các mối quan hệ phức tạp trong xã hội
- Sự đói nghèo

ĐÓI NGHÈO VÀ CÁC RỐI LOẠN TÂM THẦN





PHỒ BIẾN

- Có nhiều rối loạn tâm thần khác nhau
- Từ mới sinh đến người lớn tuổi
- 20-30% dân số

CHƯA ĐƯỢC ĐIỀU TRỊ

- Khoảng trống điều trị trên toàn thế giới
- Hệ thống quản lý bệnh nhân tâm thần hiện tại
- Nhận thức của bệnh nhân và người nhà bệnh nhân về rối loạn tâm thần.

KỶ THI

- Những suy nghĩ sai lầm về rối loạn tâm thần
- Những cách đối xử không phù hợp
 - Học tập
 - Làm việc

CUỘC SỐNG BỆNH NHÂN

- Các biểu hiện tâm thần ảnh hưởng đến quá trình phát triển tâm lý của trẻ
- Hạn chế hoạt động của bệnh nhân
- Gây nên sự mất tự tin

GIA ĐÌNH

- Ảnh hưởng đến sinh hoạt của gia đình
- Ảnh hưởng đến kinh tế của gia đình
- Ảnh hưởng đến tâm lý của các thành viên trong gia đình

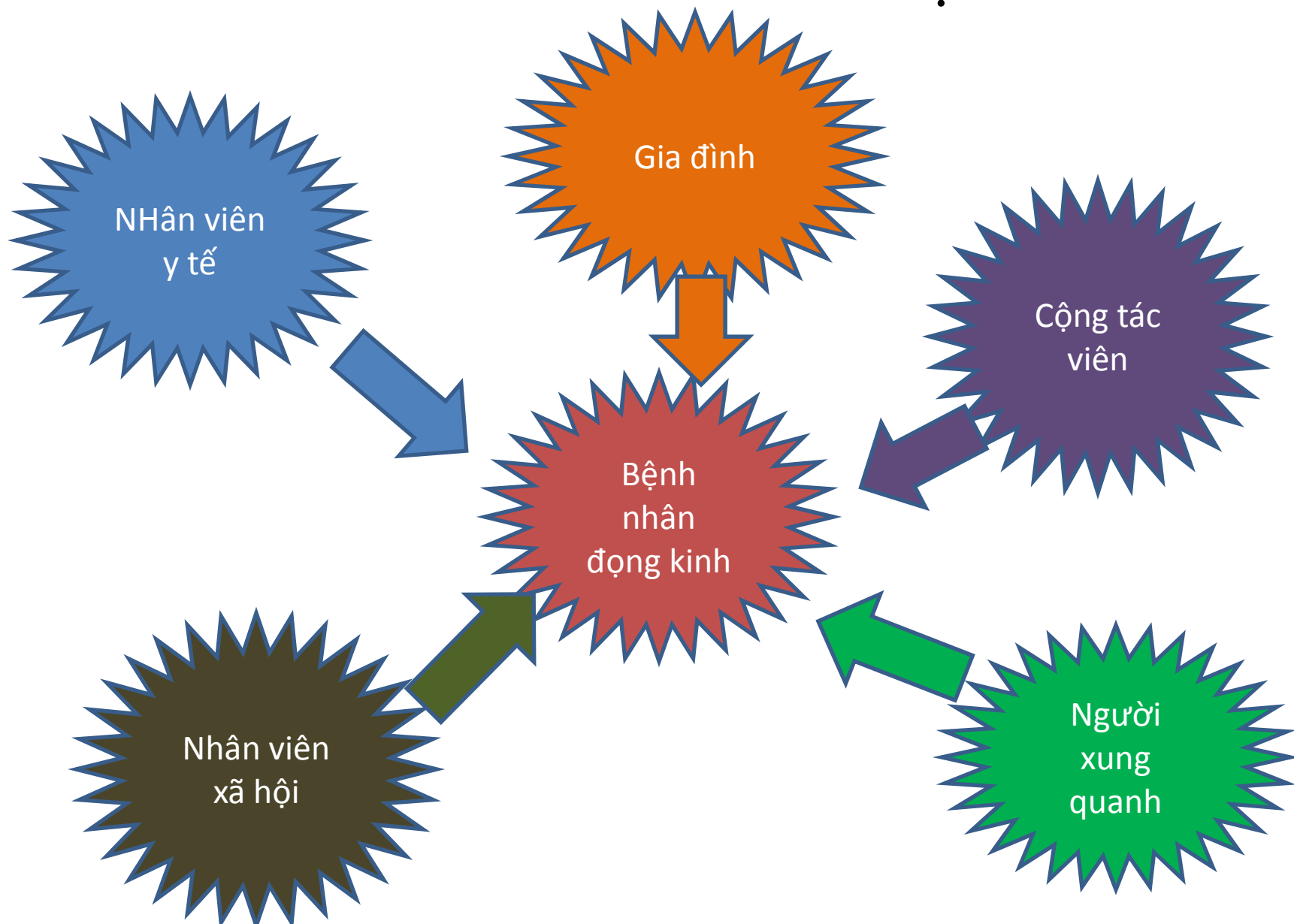
XÃ HỘI

- Phát triển kinh tế của xã hội
- An ninh trật tự xã hội

CÁC PHƯƠNG PHÁP ĐIỀU TRỊ RỐI LOẠN TÂM THẦN

- Thuốc
- Tâm lý liệu pháp
- Phục hồi chức năng
- Hỗ trợ xã hội

HỆ THỐNG CHĂM SÓC CHO BỆNH NHÂN TÂM THẦN: ai chăm sóc cho bệnh nhân



TRẦM CẢM

- Buồn
- Quá mức
- Kéo dài
- Ảnh hưởng chất lượng sống

TRẦM CẢM

- Cảm xúc:
 - Khí sắc giảm : buồn
 - Giảm hứng thú
- Tư duy:
 - Dòng tư duy chậm
 - Bi quan
- Hành vi:
 - Chậm chạp/bồn chồn
 - Giảm các hoạt động
- Cơ thể:
 - Mất ngủ
 - Đau nhức trong cơ thể

TIÊU CHUẨN CHẨN ĐOÁN

- Lâm sàng
- Thời gian
- Ảnh hưởng
- Loại trừ

LÂM SÀNG

- Tiêu chuẩn chính:
 - Buồn, khí sắc giảm
 - Giảm/mất hứng thú
- Tiêu chuẩn phụ:
 - Rối loạn giấc ngủ: mất ngủ/ngủ nhiều
 - Rối loạn ăn uống: không muốn ăn/ăn nhiều
 - Chậm chạp/bồn chồn
 - Bi quan về bản thân
 - Ý tưởng chán sống
 - Giảm tập trung chú ý
 - Cảm giác vô dụng

- Thời gian: 2 tuần
- Ảnh hưởng: học tập/loa động- gia đình- xã hội
- Không do các bệnh hoặc các chất

ĐIỀU TRỊ

- Thuốc: thuốc chống trầm cảm
- Tâm lý:
 - Hiểu biết về bệnh (giáo dục tâm lý)
 - Làm việc (liệu pháp kích hoạt hành vi)
- Phục hồi chức năng
 - Các công việc phù hợp
 - Làm việc để điều trị là chính
- Xã hội:
 - Giải quyết các vấn đề gia đình và xã hội ảnh hưởng đến tiến triển trầm cảm

RỐI LOẠN LO ÂU

- Lo lắng, sợ hãi
- Về một tình huống hoặc sự kiện hiện tại hoặc trong quá khứ
- Mức độ quá mức
- Kéo dài
- Ảnh hưởng đến cuộc sống
- Rối loạn lo âu lan tỏa- ám ảnh- rối loạn sợ xã hội- cơ hoảng sợ

BIỂU HIỆN LÂM SÀNG

- Cảm xúc:
 - Lo lắng, bất an
 - Không thư giãn được
- Hành vi:
 - Bồn chồn, đứng ngồi không yên
 - Không tập trung chú ý được
- Tư duy:
 - Luôn quan tâm đến các biểu hiện cơ thể
 - Quan tâm đến sự việc/ tình huống gây sợ hãi
- Cơ thể:
 - Mạch nhanh
 - Thở nhanh, khó thở
 - Vã mồ hôi, đau bụng
 - Run

ĐIỀU TRỊ

- Thuốc: thuốc bình thần và thuốc chống trầm cảm
- Tâm lý:
 - Hiểu biết về bệnh (giáo dục tâm lý)
 - Quản lý hơi thở (liệu pháp thư giãn)
- Phục hồi chức năng
 - Các công việc phù hợp
 - Làm việc để điều trị là chính
- Xã hội:
 - Giải quyết các vấn đề gia đình và xã hội ảnh hưởng đến tiến triển trầm cảm

TÂM THẦN PHÂN LIỆT

- Loạn thần
 - Hoang tưởng
 - Ảo giác
 - Hành vi mất tổ chức
- Mạn tính: Kéo dài
- Để lại nhiều di chứng:
 - Thu mình
 - Mất khả năng làm việc

CÁC TRIỆU CHỨNG CƠ BẢN CỦA RỐI LOẠN TƯ DUY

- Một người cho rằng những người xung quanh đang tìm cách hại mình.
- Thấy hai người nói chuyện, họ cho rằng 2 người đó đang nói xấu mình.
- Cho mình là người tài giỏi, có thể làm được nhiều việc như cứu nhân độ thế...
- HOANG TƯỞNG
- Những ý tưởng không có cơ sở
- Cho là có thật
- Không giải thích đã thông được

ẢO TƯỢNG

- Bóng cây thấy thành con ma
- Chiếc áo dài treo trên tường thấy thành con người
- Nghe tiếng động tưởng tiếng người cha nói
- ẢO GIÁC
- Tri giác
- Một sự kiện có thật
- Thành một sự kiện khác

ẢO GIÁC

- Trong một phòng yên lặng, nghe tiếng nói ra lệnh làm gì đó
- Trong nhà không có ai, thấy có người cha xuất hiện
- Xác định có con giun đang bò trong đầu
- ẢO GIÁC
- Tri giác
- Không có trong thực tế
- Có một sự kiện

ĐIỀU TRỊ

- Thuốc:
 - Các thuốc chống lại các biểu hiện loạn thần
 - Ổn định nhận thức của bệnh nhân
- Tâm lý:
 - Tăng các kỹ năng sống
 - Tăng tuân thủ điều trị
- Phục hồi chức năng:
 - Tăng giá trị bản thân
 - Giảm các triệu chứng âm tính
- Công tác xã hội:
 - Giải quyết công việc làm
 - Tăng tiếp xúc xã hội
 - Giảm kỳ thị

ĐỘNG KINH

- Động kinh là một bệnh lý của não bộ
- do sự phóng lực đồng thời quá mức
- của một nhóm tế bào thần kinh.

ĐỊNH NGHĨA ĐỘNG KINH

- Các cơn có biểu hiện giống nhau.
- Xuất hiện trong thời gian ngắn.
- Xuất hiện và mất đi đột ngột không chủ động được.
- Tái phát.

BIỂU HIỆN LÂM SÀNG CỦA CO GIẬT TOÀN THỂ

- 3 giai đoạn
- Co cứng
- Co giật
- Doãi cơ- hồi phục

CO CỨNG

- Đột ngột hét lên, rồi ngã vật xuống đất.
- Co cứng cơ toàn thân, răng nghiến chặt, có thể cắn vào lưỡi.
- Gây ngừng thở. Sắc mặt nhợt nhạt rồi tím tái,
- Đồng tử giãn, tim đập nhanh, tăng tiết đờm dãi, có thể tiểu tiện trong quần.
- Chỉ vài giây đến 1 phút.

GIẬT CƠ

- Giật các bắp thịt toàn thân.
- Người bệnh sùi nước miếng ra. Cũng có thể đại, tiểu tiện ra quần.
- Co giật nhịp nhàng cả tứ chi, mới đầu co giật nhanh, về sau chậm dần rồi ngừng lại.
- Giai đoạn này kéo dài vài chục giây đến 1-2 phút.

DOÃI CƠ- HỒI PHỤC

- Người bệnh nằm yên bất động, các cơ duỗi
- Vẫn mất ý thức hoàn toàn, đồng tử giãn.
- Hô hấp trở lại, thở bù lại mạnh và nhanh.
- Dần dần vài phút sau sắc mặt hồng hào trở lại, ý thức u ám rồi tỉnh hẳn.
- Không nhớ gì trong cơn. Bệnh nhân có thể phản nản đau đầu, đau toàn thân, có thể ngủ thiếp đi.
- Có người bị yếu nhẹ ở chi, thay đổi hành vi.
- Giai đoạn này kéo dài vài phút đến vài giờ

ĐIỀU TRỊ BỆNH NHÂN ĐỘNG KINH

- Thuốc: thuốc chống động kinh
 - 2 năm không có cơn
 - Giảm thuốc trong 6 tháng
- Tâm lý:
 - Tăng tính tự tin
 - Cho gia đình: có các chăm sóc phù hợp
- Phục hồi chức năng:
 - Chọn ngành nghề phù hợp
 - Nên đi học/ đi làm
- Công tác xã hội:
 - Tránh kỳ thị
 - Tọa môi trường học/làm việc