

doi: 10.3978/j.issn.2095-6959.2021.01.019

View this article at: <http://dx.doi.org/10.3978/j.issn.2095-6959.2021.01.019>

## 便秘操结合规范化饮水指导对住院精神分裂症 伴便秘患者的干预效果

许晨艳, 朱龙美, 许秋靓

(上海交通大学医学院附属精神卫生中心C2病房, 上海 201108)

**[摘要]** 目的: 探讨便秘操结合规范化饮水指导对住院精神分裂症伴便秘患者的干预效果, 为患者的临床护理干预提供相关指导。方法: 选择2019年1月至2020年1月在上海市精神卫生中心长期住院的84例精神分裂症伴便秘患者为研究对象。按照随机单双数法, 将所有研究对象分为对照组和干预组, 每组42例。对照组患者予以常规护理, 干预组患者在对照组基础上予以便秘操结合规范化饮水指导。护理干预8周后, 对比两组患者便秘改善情况及排便状况, 并分析两组患者护理前后大便性状评分。结果: 干预组患者护理总有效率为88.09%, 明显高于对照组的61.90%, 差异有统计学意义( $P < 0.05$ ); 干预组患者排便困难、大便干结及便秘发生率(11.91%, 4.76%, 14.29%)均明显低于对照组(33.33%, 21.43%, 40.48%), 差异有统计学意义( $P < 0.05$ ); 护理前, 两组患者大便性状评分比较差异无统计学意义( $P > 0.05$ ); 护理干预8周后, 干预组患者大便性状评分为 $3.53 \pm 0.85$ 分, 明显高于对照组的 $2.05 \pm 0.74$ , 差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。结论: 便秘操结合规范化饮水指导对住院精神分裂症伴便秘患者的干预效果显著, 能够有效改善患者便秘情况及大便性状, 且减少患者不良排便状况的发生, 有利于精神分裂症患者的后期治疗。

**[关键词]** 精神分裂症; 便秘; 便秘操; 饮水指导; 规范化

## Interventional effects of constipation exercises combined with standardized drinking water guidance for hospitalized schizophrenia patients with constipation

XU Chenyan, ZHU Longmei, XU Qiuliang

(Ward C2, Shanghai Mental Health Center, Shanghai Jiao Tong University School of Medicine, Shanghai 201108, China)

**Abstract** **Objective:** To investigate the intervention effect of constipation exercises combined with standardized drinking water guidance on hospitalized schizophrenia patients with constipation, and to provide relevant guidance for clinical nursing intervention of patients. **Methods:** A total of 84 schizophrenia patients with constipation hospitalized in Shanghai Mental Health Center from January 2019 to January 2020 were selected as research

收稿日期 (Date of reception): 2020-05-06

通信作者 (Corresponding author): 许秋靓, Email: 932649042@qq.com

基金项目 (Foundation item): 上海市精神卫生中心科研课题计划 (2018-YJ-26). This work was supported by Research Project of Shanghai Mental Health Center, China (2018-YJ-26).

subjects. According to the random odd and even number method, all subjects were divided into the control group and the intervention group, with 42 cases in each group. Patients in the control group were given routine nursing care, and patients in the intervention group were given constipation exercise combined with standardized drinking water guidance on the basis of routine nursing care. After 8 weeks of nursing intervention, the constipation improvement and defecation status of the two groups were compared, and the stool trait scores before and after nursing of the two groups were analyzed. **Results:** The total effective rate of nursing in the intervention group was 88.09%, which was significantly higher than the control group of 61.90%, the difference was statistically significant ( $P < 0.05$ ); the incidences of defecation difficulty, dry stool, and constipation in the intervention group were 11.91%, 4.76%, 14.29%, respectively, which were significantly lower than those in the control group (33.33%, 21.43%, 40.48%), and the difference was statistically significant ( $P < 0.05$ ); before nursing, there was no statistical significance in the difference of stool trait scores on patients between the two groups ( $P > 0.05$ ). After 8 weeks of nursing intervention, the stool trait score of the intervention group was ( $3.53 \pm 0.85$ ), which was significantly higher than that of the control group ( $2.05 \pm 0.74$ ), and the difference was statistically significant ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** Constipation exercises combined with standardized drinking water guidance have significant effects on the intervention of hospitalized schizophrenia patients with constipation. It can effectively improve the constipation and stool traits of patients, and reduce the incidence of poor defecation in patients, which is beneficial to the later treatment of schizophrenia patients.

**Keywords** schizophrenia; constipation; constipation exercises; drinking guidance; standardization

便秘在日常生活中较为常见,是指患者排便困难费力、排便次数少、排粪干结量少。而精神分裂症则是一种以基本个性改变,患者出现思维、情感、行为多重分裂为主要临床特征的精神性疾病<sup>[1]</sup>。据报道<sup>[2]</sup>,住院精神分裂患者便秘发生率高达30%~69%,远高于正常普通人群。业界认为原因主要在于我国精神患者诊断管理多采取封闭管理状态,患者在封闭环境中接受治疗,日常活动量减少导致肠蠕动减弱;且患者常因自我认知不承认精神疾病而拒绝服药,对相关身体理疗也严重排斥,患者长期服药存在药物不良反应,个体饮食差异及精神疾病症状影响等<sup>[3-5]</sup>。便秘不但会加深患者原本精神疾病,且会导致肠梗阻、肠麻痹、胃肠功能紊乱、心肌梗死、心绞痛、脑出血甚至猝死,严重影响到患者疾病康复<sup>[6]</sup>。据报道<sup>[7]</sup>,对住院精神分裂症伴便秘患者进行规范化饮水指导,有利于帮助患者养成科学饮水的好习惯,大大提高患者的依从性,从而更好地解决其便秘的问题。本次研究旨在探讨便秘操结合规范化饮水指导对住院精神分裂症伴便秘患者的干预效果,为患者的临床护理干预提供相关指导。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

纳入标准: 1)患者均符合中国精神疾病分类

方案与诊断标准第3版(CCDM-3)<sup>[8]</sup>中关于精神分裂症的诊断标准; 2)患者均符合便秘诊断标准<sup>[9]</sup>; 3)患者年龄、性别、病程等临床资料完整且精神分裂病情稳定; 4)患者家属自愿签署知情同意书。排除标准: 1)有严重心、肝、肾疾病者; 2)合并严重躯体疾病、有运动障碍者; 3)有不明原因的腹痛患者; 4)处于妊娠或哺乳期患者。

根据以上标准选择2019年1月至2020年1月在上海市精神卫生中心长期住院的84例精神分裂症伴便秘患者为研究对象。按照随机单双数法,将所有研究对象分为对照组和干预组,每组各42例。其中,对照组包括女性23例,男性19例,年龄35~75( $62.32 \pm 8.68$ )岁,病程1~20( $10.06 \pm 3.45$ )年。干预组包括女性22例,男性20例,年龄35~75( $61.79 \pm 8.72$ )岁,病程1~20( $10.13 \pm 3.27$ )年。两组患者基本资料相比,差异无统计学意义( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

对照组患者予以常规护理,具体内容如下: 1)心理护理,缓解患者不良情绪。2)饮食指导,针对患者情况进行饮食指导,多食蔬菜水果,且每日饮水量不得少于1 500 mL,分多次引用,每次200 mL。3)活动指导,指导患者进行适量运动,如简单的抬腿、扭腰等体操运动,每次15 min,以避免长时间卧床或是久坐。4)健康宣教,向患者

讲解便秘的危害性, 提高患者自身防范意识, 养成定期排便的习惯。5) 3 d无大便者, 应当及时告知医生对症处理。

干预组患者在对照组基础上予便秘操结合规范化饮水指导, 便秘操实施时间: 每日3次分别于晨起、午餐后1 h、晚餐后1 h进行。实施方法: 患者采取站姿, 1) 左右抬腿至胸前; 2) 双手按肚画圈(顺时针); 3) 双手扶腰转一转; 每组动作2 min为宜。此套动作完成后取天枢穴(脐旁三指由外向内按揉)、中脘穴(脐上四指顺时针按摩)、神阙穴(脐中央顺时针按摩)3个穴位分别按摩100次。规范化饮水指导内容如下。1) 理论宣教: ①水对于人体的重要性; ②人对水的需求性; ③每天需饮水量; ③科学饮水有益于身体健康; ④制定住院期间饮水表。2) 行为督导: 将饮水规范制定成表, 统一发放给患者; ②每周一进行集体讲解宣读; ③依照制定饮水表记录患者是否完成饮水, 没有完成患者鼓励患者完成。④设立“饮水健康之星”奖项, 完成一天饮水计划可得到一定奖励, 每周末评选“饮水健康之星”一次。连续护理干预8周。

### 1.3 评价指标

护理干预8周后, 对比两组患者便秘改善情况及排便状况, 并分析两组患者护理前后大便性状评分。

便秘改善情况评判: 显效—患者2 d内排便, 有规律, 大便质软; 有效—患者3 d内排便, 无规律, 大便质软; 无效—患者超过3 d排便, 无规律, 大便质硬, 需借助药物排出。

排便状况评判标准: 1) 排便困难—患者排便时需使劲用力才能排出, 排便较为费力; 2) 大便干结—患者排出的大便较为干燥、坚硬、成形;

3) 便秘—患者排便时间长且排便量少, 想排便但不能顺畅排出。

采用Bristol大便分型量表(Bristol Stool Form Scale, BSFS)<sup>[10]</sup>对患者大便性状评分进行评估, 该量表共将患者的大便性状分为1~7型, 并分别计1~7分, 依次为分离的硬团型、团块型、干裂的圆柱型、柔软的圆柱型、软的团块型、泥浆型和水样型。其中柔软的圆柱型和软的团块型为正常, 其余5型为异常。

### 1.4 统计学处理

采用SPSS 18.0统计软件进行数据分析, 计量资料以( $\bar{x} \pm s$ )表示, 分析采用 $t$ 检验; 计数资料以例(%)表示, 分析采用 $\chi^2$ 检验,  $P < 0.05$ , 差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者便秘改善情况比较

干预组患者护理总有效率明显高于对照组, 差异有统计学意义( $P < 0.05$ , 表1)。

### 2.2 两组患者排便状况比较

干预组患者排便困难、大便干结及便秘发生率均明显低于对照组, 差异均有统计学意义( $P < 0.05$ , 表2)。

### 2.3 护理前后两组患者大便性状评分比较

护理前, 两组患者大便性状评分比较差异无统计学意义( $P > 0.05$ ); 护理干预8周后, 干预组患者大便性状评分明显高于对照组, 差异有统计学意义( $P < 0.05$ , 表3)。

表1 两组患者便秘改善情况比较 ( $n=42$ )

Table 1 Comparison of constipation improvement between the two groups ( $n=42$ )

组别	显效/[例(%)]	有效/[例(%)]	无效/[例(%)]	总有效率/%
对照组	14 (33.33)	12 (28.57)	16 (38.10)	61.90
干预组	22 (52.38)	15 (35.71)	5 (11.91)	88.09
$\chi^2$				7.683
$P$				0.006

表2 两组患者排便状况比较 (n=42)

Table 2 Comparison of defecation situation between the two groups (n=42)

组别	排便困难/[例(%)]	大便干结/[例(%)]	便秘/[例(%)]
对照组	14 (33.33)	9 (21.43)	17 (40.48)
干预组	5 (11.91)	2 (4.76)	6 (14.29)
$\chi^2$	5.509	5.126	7.244
P	0.019	0.024	0.007

表3 护理前后两组患者大便性状评分比较 (n=42)

Table 3 Comparison of stool traits scores between the two groups before and after nursing (n=42)

组别	大便性状评分		t	P
	护理前/分	护理后/分		
对照组	1.71 ± 0.69	2.05 ± 0.74	2.584	0.064
干预组	1.82 ± 0.62	3.53 ± 0.85	6.731	0.011
t	1.663	5.261		
P	0.211	0.008		

### 3 讨论

精神分裂是现今社会常见精神疾病, 患者临床症状通常表现为行为及认知障碍, 对患者的正常生活产生极大影响。抗精神病药是治疗精神分裂症的有效手段, 虽然疗效肯定, 但却具有许多不良反应, 药物具有抗胆碱能作用和镇静作用, 能抑制腺体分泌, 减缓胃肠蠕动造成便秘, 不同药物的服用引起便秘的风险也不同<sup>[11]</sup>。精神分裂患者住院后受疾病影响, 自我认知能力与自我护理能力显著下降, 在治疗生活中往往存在未认识到已发生便秘或是不远接受便秘的事实, 寻求主动治疗意愿低<sup>[12]</sup>。若是患者便秘症状得不到解除或缓解则会导致患者情绪恶化, 进而影响到患者服用抗精神病药物, 影响疾病治疗; 同时可能因为便秘导致患者出现麻痹性肠梗阻, 危及到患者生命安全<sup>[13]</sup>。故而应当加大护理过程中对便秘防治的措施。

常规护理是通过对患者用药、运动、饮食、饮水、排便等方面进行指导调节, 帮助患者建立较为良好的行为生活方式, 促使患者加强自我管理能力, 积极主动配合医护人员, 通关多方面干预减轻患者症状, 从而降低便秘的发生率<sup>[14]</sup>。但是因精神分裂患者存在自我管理能力较差, 常规护理方式难以获得明显效果。近年来, 非药物干

预治疗便秘受到业界关注, 便秘操便是防治便秘的其中之一, 通过指导住院精神分裂患者做便秘操, 改善患者全身肌肉收缩力的同时, 能够有效增加患者排便时的腹压; 便秘操还对患者中枢神经系统起到一定的刺激作用, 使得患者保持紧张刺激性, 通过改善患者神经系统功能, 保持患者神经自律性, 促进肠胃蠕动<sup>[15-16]</sup>。饮水能够增加人体肠内容积, 促进肠胃蠕动, 刺激胃-结肠反射达到缓解便秘作用, 每人每天应当摄入不低于 1 500 mL 水量, 但应当避免咖啡或酒类饮品, 水分补充原则应是少饮多饮, 一次性补充水分对于缓解便秘效果不明显<sup>[17-18]</sup>。住院精神分裂患者自我认知能力差, 若没有健康形式教育, 往往健康教育效果差。本研究显示, 相比予以常规护理的患者, 予以便秘操结合规范化饮水指导患者的护理总有效率明显更高, 排便困难、大便干结及便秘发生率明显更低, 大便性状评分明显更高, 说明便秘操结合规范化饮水指导对住院精神分裂症伴便秘患者的干预效果更好, 不仅可以促进患者排便状况的明显改善, 有效减轻其痛苦, 使其排便规律性, 促进其正常排便; 还能有效缓解其便秘症状, 改善其大便性状, 对患者后期精神方面治疗及生活质量的提高起积极作用。便秘操能够有效增加患者排便时的腹压, 促进患者肠胃蠕动, 改善其便秘情况; 规范化饮水指导通过通俗易懂

的标语反复宣教,督促患者改变饮水习惯,直至患者养成及时自觉饮水的习惯,提高患者饮水依从性,进而有效解决其便秘的问题,与杨起萍等<sup>[19]</sup>的研究结论一致。

综上所述,便秘操结合规范化饮水指导对住院精神分裂症伴便秘患者的干预效果显著,可有效改善患者便秘情况及大便性状,且减少患者排便困难、大便干结及便秘等不良排便状况的发生,可进一步提高患者生活质量,对精神分裂症患者的后期治疗意义重大。

## 参考文献

- Martin WF, Correll CU, Weiden PJ, et al. Mitigation of olanzapine-induced weight gain with samidorphan, an opioid antagonist: a randomized double-blind phase 2 study in patients with schizophrenia[J]. *Am J Psychiatry*, 2019, 176(6): 457-467.
- 顾红亚.预见性护理干预对精神分裂症患者便秘的影响[J]. *基层医学论坛*, 2018, 22(24): 3420-3421.  
GU Hongya. Effects of predictive nursing intervention on constipation in patients with schizophrenia[J]. *The Medical Forum*, 2018, 22(24): 3420-3421.
- 俞玮,孙喜蓉,瞿正万,等.个体化护理干预对住院精神分裂症患者便秘的影响研究[J]. *河北医药*, 2015, 37(6): 944-947.  
YU Wei, SUN Xirong, QU Zhengwan, et al. Effects of personalized nursing intervention on constipation in hospitalized schizophrenia patients[J]. *Hebei Medical Journal*, 2015, 37(6): 944-947.
- 王昭,廖敬良,钟远惠.麻仁软胶囊对住院精神分裂症患者伴发便秘的疗效分析[J]. *中国医药科学*, 2019, 9(1): 194-197.  
WANG Zhao, LIAO Jingliang, ZHONG Yuanhui. Efficacy analysis of Maren soft capsule on constipation associated with hospitalized schizophrenia patients[J]. *China Medicine and Pharmacy*, 2019, 9(1): 194-197.
- Ingimarsson O, MacCabe JH, Sigurdsson E. Constipation, ileus and medication use during clozapine treatment in patients with schizophrenia in Iceland[J]. *Nord J Psychiatry*, 2018, 72(7): 497-500.
- Solismaa A, Kampman O, Lyytikäinen LP, et al. Genetic Polymorphisms Associated With Constipation and Anticholinergic Symptoms in Patients Receiving Clozapine[J]. *J Clin Psychopharmacol*, 2018, 38(3): 193-199.
- 康燕.系统化整体护理对精神分裂症患者便秘的影响[J]. *中外医学研究*, 2016, 14(33): 68-69.  
KANG Yan. Effects of systematic holistic nursing on constipation in patients with schizophrenia[J]. *Chinese and Foreign Medical Research*, 2016, 14(33): 68-69.
- 中华医学会精神科分会.中国精神障碍分类与诊断标准(CCMD-3)[M].济南:山东科技出版社,2001:75-78.  
Division of Psychiatry, Chinese Medical Association. Classification and diagnosis standards of chinese mental disorders (CCMD-3)[M]. Jinan: Shandong Science and Technology Press, 2001: 75-78.
- Drossman DA. The functional gastrointestinal disorders and the Rome III process[J]. *Gastroenterology*, 2006, 130(5): 1377-1390.
- 俞汀,姜柳琴,林琳.功能性便秘的新认识——罗马IV标准更新点解读[J]. *中华胃肠外科杂志*, 2017, 20(12): 1334-1338.  
YU Ting, JIANG Liuqin, LIN Lin. A new understanding of functional constipation: interpretation of the update point of Rome IV standard[J]. *Chinese Journal of Gastroenterology*, 2017, 20(12): 1334-1338.
- 赵彧.护理干预对住院精神病患者便秘的影响分析[J]. *中国现代药物应用*, 2018, 12(1): 191-192.  
ZHAO Yu. Analysis of the effect of nursing intervention on constipation in patients with mental illness[J]. *Chinese Journal of Modern Drug Application*, 2018, 12(1): 191-192.
- 丁细莲.系统护理干预在精神分裂症患者便秘中的应用效果[J]. *中国当代医药*, 2019, 26(30): 207-209.  
DING Xilian. The effect of systemic nursing intervention on constipation in schizophrenia patients[J]. *China Modern Medicine*, 2019, 26(30): 207-209.
- Virtanen T, Eskelinen S, Sailas E, et al. Dyspepsia and constipation in patients with schizophrenia spectrum disorders[J]. *Nord J Psychiatry*, 2017, 71(1): 48-54.
- 蒋时笑,陈露.腹部穴位按压对住院精神分裂症患者便秘的干预效果[J]. *当代护士(下旬刊)*, 2019, 26(15): 127-129.  
JIANG Shixiao, CHEN Lu. Intervention effect of abdominal acupuncture on constipation in hospitalized schizophrenia patients[J]. *Today Nurse*, 2019, 26(5): 127-129.
- 陆娟,崔岚,朱建华,等.便秘体操联合提肛运动在预防脊柱骨折患者便秘中的效果观察[J]. *当代护士(下旬刊)*, 2019, 26(3): 138-140.  
LU Juan, CUI Fenglan, ZHU Jianhua, et al. Observation on the effect of constipation gymnastics combined with anal lifting exercise in preventing constipation in patients with spinal fractures[J]. *Today Nurse*, 2019, 26(3): 138-140.
- Gao R, Tao Y, Zhou C, et al. Exercise therapy in patients with constipation: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials[J]. *Scand J Gastroenterol*, 2019, 54(2): 169-177.
- 陈晨.护理干预对住院精神病患者便秘的影响分析[J]. *中国医药指南*, 2017, 15(32): 243-244.  
CHEN Chen. Analysis of the effect of nursing intervention on constipation in hospitalized patients with mental illness[J]. *Guide of China Medicine*, 2017, 15(32): 243-244.
- Konradsen H, Rasmussen MLT, Noiesen E, et al. Effect of home care

- nursing on patients discharged from hospital with self-reported signs of constipation: a randomized trial[J]. *Gastroenterol Nurs*, 2017, 40(6): 463-468.
19. 杨起萍, 沈红霞, 张碧蓉. 规范化饮水指导对住院精神病患者便秘的影响[J]. *中国民康医学*, 2015, 27(14): 93-94.
- YANG Qiping, SHEN Hongxia, ZHANG Birong. Impact of standardized drinking water guidance on constipation in hospitalized patients with mental illness[J]. *Medical Journal of Chinese People's Health*, 2015, 27(14): 93-94.

**本文引用:** 许晨艳, 朱龙美, 许秋靓. 便秘操结合规范化饮水指导对住院精神分裂症伴便秘患者的干预效果[J]. *临床与病理杂志*, 2021, 41(1): 127-132. doi: 10.3978/j.issn.2095-6959.2021.01.019

**Cite this article as:** XU Chenyan, ZHU Longmei, XU Qiuliang. Interventional effects of constipation exercises combined with standardized drinking water guidance for hospitalized schizophrenia patients with constipation[J]. *Journal of Clinical and Pathological Research*, 2021, 41(1): 127-132. doi: 10.3978/j.issn.2095-6959.2021.01.019