

**TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y HÀ NỘI
BỘ MÔN TÂM THẦN**

**GIÁO TRÌNH
ĐIỀU DƯỠNG SỨC KHỎE TÂM THẦN**
(Sách dùng cho cử nhân điều dưỡng)

**NHÀ XUẤT BẢN Y HỌC
HÀ NỘI - 2020**

Chủ biên:

PGS.TS.BS.GVCC. Nguyễn Văn Tuấn

TS.BS. Lê Thị Thu Hà

TS.BS. Eric Hahn

TS.BS. Tạ Thị Minh Tâm

Tham gia biên soạn:

PGS.TS.BS.GVCC. Nguyễn Văn Tuấn

TS.BS. Lê Thị Thu Hà

ThS.BS.GVC. Lê Công Thiện

TS.BS. Eric Hahn

TS.BS. Tạ Thị Minh Tâm

ThS.BS. Đoàn Thị Huệ

ThS.BS. Nguyễn Hoàng Yên

ThS.BS. Nguyễn Văn Phi

ThS.BS. Phạm Thành Luân

ThS.BS. Đỗ Tuyết Mai

ThS.BS. Nguyễn Thị Hoa

ThS.BS. Trần Thị Thu Hà

ThS.BS. Nguyễn Thành Long

ThS.ĐD. Phạm Thị Thu Hường

Thư ký:

ThS.BS. Nguyễn Văn Phi

ThS.BS. Phạm Thành Luân

ThS.BS. Đỗ Tuyết Mai

LỜI NÓI ĐẦU

Rối loạn tâm thần và các vấn đề sức khỏe tâm thần gặp với tỷ lệ cao trong cộng đồng, ảnh hưởng tới chất lượng cuộc sống và khả năng lao động của người bệnh ở nhiều mức độ khác nhau. Ngoài ra những vấn đề này còn ảnh hưởng đến các gia đình và xã hội.

Căn nguyên của rối loạn tâm thần là các vấn đề tâm lý, bệnh cơ thể, nội sinh, chất tác động tâm thần...; thông qua nhiều cơ chế phức tạp và được thúc đẩy bởi những yếu tố thuận lợi về mặt di truyền, nhân cách, lứa tuổi, giới tính, thể trạng.

Các rối loạn tâm thần biểu hiện bằng những dấu hiệu thường gặp trong đời sống như rối loạn giấc ngủ, không thích ứng được sau sang chấn tâm lý, lo âu, trầm cảm... dễ nhầm lẫn với các biểu hiện của bệnh cơ thể nên người bệnh thường đi khám ở các chuyên khoa khác và được chẩn đoán, điều trị chưa đúng làm ảnh hưởng đến tiên lượng bệnh, giảm khả năng hồi phục của người bệnh.

Điều dưỡng sức khỏe tâm thần là một môn khoa học. Điều dưỡng tâm thần cần học những kiến thức về nguyên nhân, yếu tố thuận lợi, các biểu hiện, nguyên tắc điều trị và cách chăm sóc người bệnh.

Cuốn ***“Giáo Trình Điều Dưỡng Sức Khỏe Tâm Thần”*** được biên soạn để đáp ứng giảng dạy cho các điều dưỡng chuyên ngành Tâm thần - những người nhận nhiệm vụ chăm sóc người bệnh tâm thần và phát triển ngành điều dưỡng tâm thần cũng như các độc giả quan tâm.

Các tác giả

MỤC LỤC

Lời nói đầu	3
BÀI 1. ĐẠI CƯƠNG TÂM THẦN HỌC.....	11
1. Một số khái niệm trong tâm thần học	11
2. Nguyên nhân và phân loại các rối loạn tâm thần	13
3. Các yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần.....	15
4. Vai trò của điều dưỡng trong chăm sóc sức khỏe tâm thần	19
BÀI 2. BỐI CẢNH CHĂM SÓC SỨC KHỎE TÂM THẦN TẠI VIỆT NAM....	22
1. Tầm quan trọng của chăm sóc sức khỏe tâm thần tại việt nam	22
2. Hệ thống chăm sóc sức khỏe tâm thần tại việt nam.....	24
3. Một số vấn đề về đạo đức và nghề nghiệp.....	26
BÀI 3. ĐÁNH GIÁ VÀ CHẨN ĐOÁN CÁC RỐI LOẠN TÂM THẦN.....	31
1. Vai trò của xây dựng mối quan hệ với bệnh nhân và người nhà	31
2. Nguyên tắc xây dựng mối quan hệ với bệnh nhân và người nhà	32
3. Những kỹ năng cần thiết để xây dựng mối quan hệ với bệnh nhân và người nhà	32
Các triệu chứng và hội chứng thường gặp.....	33
1. Triệu chứng âm tính và dương tính.....	33
2. Rối loạn cảm giác tri giác	33
3. Rối loạn cảm xúc.....	35
4. Rối loạn tư duy.....	36
5. Rối loạn hoạt động	41
6. Rối loạn trí nhớ	45
7. Rối loạn ý thức.....	47
8. Rối loạn trí tuệ.....	51
Các phương pháp đánh giá triệu chứng tâm thần	52
1. Mục tiêu của đánh giá	52
2. Các phương pháp đánh giá bệnh nhân tâm thần	53
1. Xét nghiệm dịch não tủy	53
2. Xét nghiệm máu, nước tiểu.....	54

3. Chẩn đoán hình ảnh sọ não	54
4. Trắc nghiệm tâm lý:	54
BÀI 4. QUY TRÌNH ĐIỀU DƯỠNG VÀ TIÊU CHUẨN TRONG CHĂM SÓC SỨC KHỎE TÂM THẦN	56
1. Khái niệm	56
2. Nhận định	57
3. Chẩn đoán điều dưỡng/ vấn đề ưu tiên cần chăm sóc	62
4. Kết quả mong đợi	63
5. Lập kế hoạch chăm sóc	63
6. Thực hiện kế hoạch	63
7. Đánh giá	64
8. Ghi chép	64
BÀI 5. CÁC RỐI LOẠN LO ÂU	66
1. Đại cương	66
2. Bệnh nguyên - bệnh sinh	68
3. Đặc điểm lâm sàng	69
4. Chẩn đoán	70
5. Điều trị	72
6. Chăm sóc điều dưỡng	73
BÀI 6. CÁC RỐI LOẠN DẠNG CƠ THỂ	77
1. Đại cương	77
2. Bệnh nguyên, bệnh sinh	79
3. Đặc điểm lâm sàng	80
4. Chẩn đoán	81
5. Điều trị	83
6. Chăm sóc điều dưỡng	84
BÀI 7. CÁC RỐI LOẠN LIÊN QUAN ĐẾN SỬ DỤNG CHẤT	89
1. Đại cương các rối loạn liên quan sử dụng chất	89
2. Bệnh nguyên, bệnh sinh	92
3. Các rối loạn tâm thần đồng diễn thường gặp ở người sử dụng chất	92
4. Chẩn đoán các rối loạn liên quan sử dụng chất	93

5. Điều trị các rối loạn liên quan sử dụng chất	98
6. Chăm sóc điều dưỡng.....	98
BÀI 8. TÂM THẦN PHÂN LIỆT VÀ RỐI LOẠN PHỔ PHÂN LIỆT	112
1. Đại cương.....	112
2. Bệnh nguyên - bệnh sinh.....	114
3. Đặc điểm lâm sàng.....	114
4. Chẩn đoán	116
5. Điều trị	117
6. Chăm sóc điều dưỡng.....	120
BÀI 9. RỐI LOẠN CẢM XÚC	124
A. Trầm cảm	124
1. Đại cương.....	124
2. Bệnh nguyên, bệnh sinh.....	125
3. Đặc điểm lâm sàng (khách quan và chủ quan).....	125
4. Chẩn đoán	126
5. Điều trị	127
6. Chăm sóc điều dưỡng.....	127
B. Rối loạn cảm xúc lưỡng cực.....	141
1. Đại cương.....	141
2. Bệnh nguyên bệnh sinh.....	141
3. Đặc điểm lâm sàng (chủ quan và khách quan).....	141
4. Chẩn đoán	142
5. Điều trị	143
6. Chăm sóc điều dưỡng.....	143
BÀI 10. SA SÚT TRÍ TUỆ	155
1. Đại cương.....	155
2. Nguyên nhân	155
3. Các dấu hiệu và triệu chứng của sa sút trí tuệ.....	157
4. Chẩn đoán sa sút trí tuệ.....	158
5. Điều trị sa sút trí tuệ.....	159
6. Chăm sóc người bệnh sa sút trí tuệ	160

BÀI 11. RỐI LOẠN TỰ KỶ	173
1. Đại cương.....	173
2. Bệnh nguyên, bệnh sinh.....	174
3. Đặc điểm lâm sàng.....	174
4. Chẩn đoán	175
5. Điều trị	179
6. Chăm sóc điều dưỡng.....	180
BÀI 12. RỐI LOẠN TĂNG ĐỘNG GIẢM CHÚ Ý	185
1. Đại cương.....	185
2. Bệnh nguyên, bệnh sinh.....	185
3. Đặc điểm lâm sàng.....	186
4. Chẩn đoán:	186
5. Điều trị	188
6. Chăm sóc điều dưỡng.....	189
BÀI 13. CẤP CỨU TRONG TÂM THẦN.....	191
Tự sát	191
1. Đại cương.....	191
2. Bệnh sinh.....	192
3. Đặc điểm lâm sàng.....	193
4. Chẩn đoán tự sát.....	194
5. Điều trị tự sát.....	194
6. Chăm sóc điều dưỡng.....	195
Kích động	198
1. Đại cương.....	198
2. Bệnh sinh kích động.....	198
3. Đặc điểm lâm sàng.....	199
4. Điều trị	199
5. Chăm sóc điều dưỡng.....	200
BÀI 14. HÓA DƯỢC TÂM THẦN	205
1. Khái niệm và phân loại các nhóm thuốc hướng thần.....	205
2. Các nhóm thuốc hướng thần chính sử dụng trong lâm sàng.....	205

BÀI 15. CÁC PHƯƠNG PHÁP CAN THIỆP TÂM LÝ	214
1. Đại cương.....	214
2. Một số liệu pháp tâm lý.....	215
3. Vai trò của điều dưỡng trong can thiệp tâm lý.....	221
BÀI 16. CÁC PHƯƠNG PHÁP KÍCH THÍCH NÃO	224
Đại cương.....	224
1. Sốc điện.....	225
2. Kích thích từ lặp lại.....	230
3. Kích thích dây thần kinh phế vị	233
4. Kích thích não sâu.....	235
5. Phương pháp kích thích não khác	237

Bài 1

ĐẠI CƯƠNG TÂM THẦN HỌC

*PGS.TS.BS. Nguyễn Văn Tuấn,
ThS.BS. Nguyễn Thị Hoa, ThS.BS. Lê Công Thiện*

MỤC TIÊU: Sau khi học xong bài này sinh viên điều dưỡng có khả năng:

- 1. Trình bày được một số khái niệm cơ bản: tâm thần học, bệnh tâm thần, sức khỏe tâm thần.*
- 2. Trình bày được các nguyên nhân và phân loại bệnh tâm thần.*
- 3. Trình bày được các yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần.*
- 4. Trình bày được vai trò của điều dưỡng trong chăm sóc sức khỏe tâm thần.*

1. MỘT SỐ KHÁI NIỆM TRONG TÂM THẦN HỌC

1.1. Khái niệm tâm thần học

Tâm thần học là một bộ môn trong y học, có nhiệm vụ nghiên cứu các biểu hiện lâm sàng, bệnh nguyên, bệnh sinh của các rối loạn tâm thần: nghiên cứu chẩn đoán, điều trị, các biện pháp dự phòng các rối loạn này. Tâm thần học được chia làm hai phần lớn là: Tâm thần học đại cương và Tâm thần học chuyên biệt.

1.2. Khái niệm rối loạn tâm thần (mental disorder, mental illness)

- Theo Tổ chức Y tế Thế giới - WHO, rối loạn tâm thần được định nghĩa là “*sự kết hợp của những bất thường trong suy nghĩ, quan niệm, cảm xúc, hành vi và mối quan hệ với người khác*”.

- Hiệp hội tâm thần học Mỹ (American Psychiatric Association, APA 2000) đã định nghĩa “*Bệnh tâm thần (rối loạn tâm thần) là một hội chứng về hành vi hoặc về tâm lý xã hội đáng kể trên lâm sàng xuất hiện trên một cá nhân, có liên quan tới những căng thẳng hiện tại (ví dụ triệu chứng đau đớn) hoặc liên quan tới rối loạn chức năng hiện tại (ví dụ: giảm khả năng trong một hoặc nhiều lĩnh vực quan trọng của cuộc sống) hoặc liên quan tới việc tăng đáng kể các nguy cơ tử vong, đau đớn, loạn hoạt năng hoặc mất sự tự do*”.

- Tiêu chuẩn chung trong chẩn đoán các rối loạn tâm thần bao gồm sự không thoả mãn với các đặc tính của bản thân; sự phá vỡ các mối quan hệ, cơ chế đối phó không hiệu quả với các sự kiện trong cuộc sống, thiếu sự phát triển cá nhân. Hơn nữa, những hành vi của người đó phải không phù hợp về mặt văn hóa.

- Có những bệnh tâm thần nặng (các bệnh loạn thần), quá trình phản ánh thực tại sai lệch trầm trọng, hành vi, tác phong bị rối loạn nhiều. Nhưng cũng có nhiều bệnh tâm thần nhẹ (các bệnh tâm căn, nhân cách bệnh), quá trình phản ánh thực tại cũng như hành vi tác phong rối loạn ít, vẫn có thể sinh hoạt, lao động, học tập được, tuy có giảm sút. Vì vậy danh từ “điên” thường được dùng để chỉ số ít những người bị bệnh tâm thần rất nặng, ở giai đoạn cuối cùng, có ngôn ngữ và tác phong kỳ dị, lơ lửng, phi xã hội, hiện nay không còn thích hợp để chỉ đa số bệnh nhân tâm thần nữa, nhất là những bệnh nhân nhẹ. Ngoài ra, danh từ “điên” còn bao hàm ý nghĩa khinh miệt người bệnh, cho nên từ lâu nó đã bị loại trừ ra khỏi ngôn ngữ tâm thần học nước ta.

1.3. Khái niệm sức khỏe tâm thần (mental health)

- Định nghĩa về sức khỏe của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO): “*Sức khỏe không chỉ là trạng thái không bệnh, không có tật chứng mà còn là trạng thái hoàn toàn thoải mái về các mặt cơ thể, tâm thần và xã hội*”.

- Từ định nghĩa về sức khỏe nói trên có thể tách ra **định nghĩa về sức khỏe tâm thần**: “*Sức khỏe tâm thần là trạng thái không chỉ không có các rối loạn và dị tật tâm thần mà còn là trạng thái tâm thần hoàn toàn thoải mái*”.

- Những người khoẻ mạnh về mặt tâm thần nghĩa là họ có cuộc sống độc lập và có tính tự quyết, có cái nhìn thực tế về khả năng và những thiếu sót, khuyết điểm của bản thân cũng như của người khác. Những hành vi, cảm xúc và giá trị của họ phù hợp và được chấp nhận trong nền văn hoá của từng quốc gia và được coi là thống nhất với những thành viên khác trong cùng cộng đồng. Một số đặc trưng của con người khoẻ mạnh về mặt tâm thần được nêu ra trong Bảng 1.1.

- Trên thực tế, có rất nhiều người đã từng cho rằng mình đang có vấn đề về sức khỏe tâm thần tại ít nhất một thời điểm nào đó trong cuộc sống. Do đó, người ta cho rằng sức khỏe tâm thần và bệnh tâm thần nằm trên cùng một miền liên tục được gọi là miền liên tục sức khỏe tâm thần - bệnh tâm thần (mental health-mental illness continuum) (Hình 1.1)

Bảng 1.1. Những đặc trưng của con người khoẻ mạnh về mặt tâm thần

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. Hoạt động chức năng một cách độc lập và có tính tự quyết: Họ tôn trọng những quan điểm của người khác, nhưng cũng có trách nhiệm trong việc giải quyết những vấn đề của bản thân. Họ có thể lập kế hoạch và đưa ra những mục tiêu phù hợp với thực tế.2. Có thái độ tích cực về bản thân: Tuy nhiên thái độ tích cực này phải kết hợp với sự đánh giá thực tế về khả năng cũng như hạn chế của bản thân.3. Vượt qua được những sự thất vọng trong cuộc sống: Họ có những cơ chế đối phó giúp họ vượt qua được những thăng trầm trong cuộc sống.4. Duy trì được sự khoẻ mạnh về mặt tâm thần thậm chí trong những hoàn cảnh có mức độ căng thẳng cao: Đặc tính này được gọi là sự cứng cỏi (hardiness).5. Thích nghi tốt với những khó khăn trong cuộc sống.6. Làm chủ được cuộc sống, môi trường xung quanh: Nghĩa là khả năng đối phó với những sự kiện diễn ra xung quanh, vì vậy đạt được sự hoà hợp và cân bằng giữa bản thân, gia đình, bạn bè và cộng đồng.7. Nhận thức được thực tại một cách rõ ràng: Họ có thể phân biệt được giữa thực tế và những điều ảo tưởng, mơ mộng. |
|--|