



HOẠT ĐỘNG TINH THẦN XÃ HỘI Ở NGƯỜI CAO TUỔI

BS Huỳnh Thành Chung

BM CTCH – PHCN

SỨC KHỎE

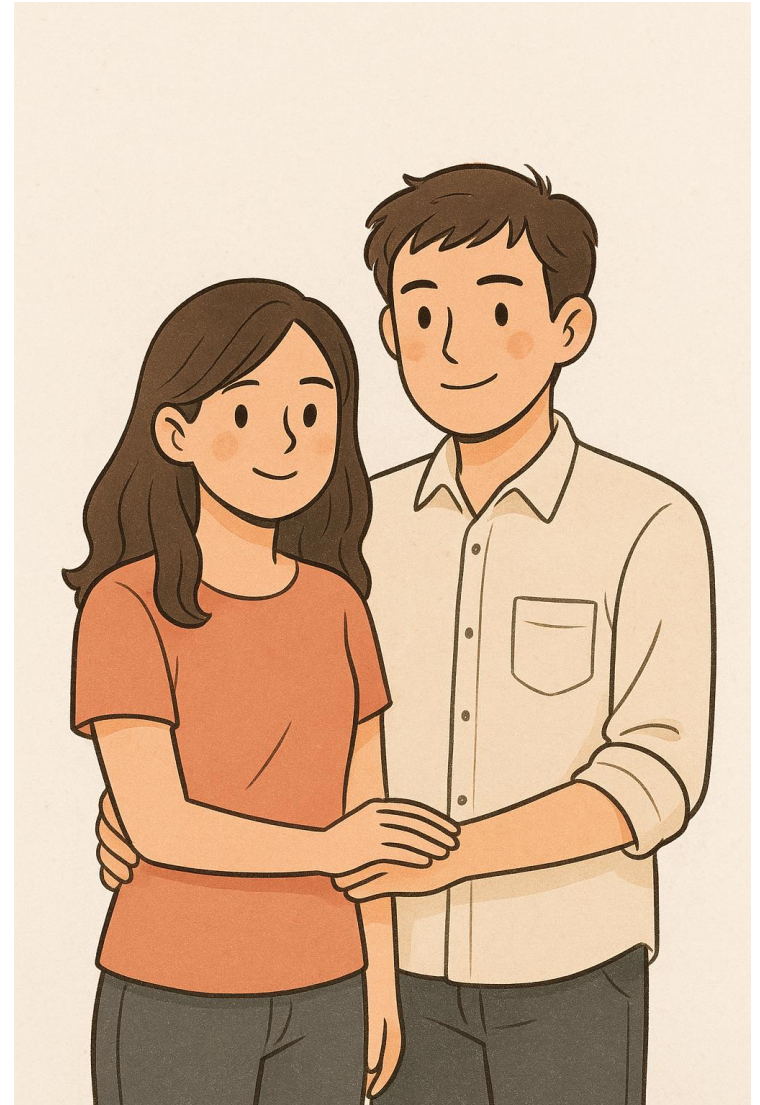
Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO, 1948):

*“Sức khỏe là trạng thái hoàn toàn thoải mái về thể chất, **tinh thần** và **xã hội**, chứ không chỉ đơn thuần là không có bệnh tật hay tàn tật.”*

Ca lâm sàng

Anh An và chị Bình

- Gốc nông thôn
- Mới tình 10 năm
- Phấn đấu + may mắn => 2 NVYT
- Về chung một nhà => kết thúc đẹp và những chặng đường mới.



Ca lâm sàng

Anh An và chị Bình

- Sau 1 năm, có 1 bé gái
- Mẹ và bé về quê ngoại 6 tháng đầu
- Câu hỏi đặt ra: lúc vợ chồng đi làm

AI CHĂM SÓC BÉ ???????



Ca lâm sàng

Anh An

- 6 tháng ở một mình
- 3 nhiệm vụ: công việc, chạy lui tới, tìm người chăm sóc bé sắp tới
- Gặp 5 người, 3 người nhận, 2 người từ chối lần lượt, 1 người từ chối phút chót.

ANH AN RỐI BỒI



Ca lâm sàng

Mẹ anh An

- Mồ côi cha mẹ từ nhỏ
- 17 tuổi, lấy chồng
- Sống tình cảm, thuần nông
- 30 tuổi: tăng huyết áp
- 40 tuổi: RL trầm cảm
- Khăn gói lên xe

THỬ THÁCH MỚI



Ca lâm sàng

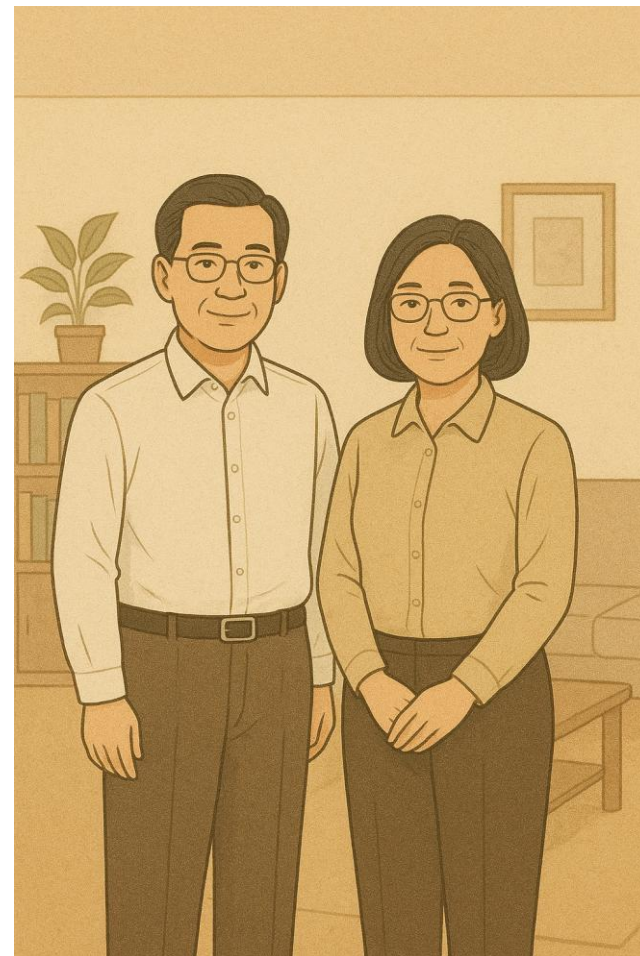
Cha mẹ chị Bình

- Công chức nhà nước, trí thức
- Trồng nấm ruộng vườn

SỰ BẤT AN + HOÀI NGHI

VỀ KHẢ NĂNG CHĂM SÓC BÉ CHÁU NGOẠI

CỦA MẸ ANH AN



Ca lâm sàng

MẸ ANH AN VÀ BÉ

- Lúc đầu, mẹ anh An hay quên
- Sự bất an + hoài nghi đến từ chị Bình
- Chuỗi sự kiện mẹ anh An: Rối loạn thích nghi
 - Sử dụng cửa khóa mật khẩu, thang máy => chỉ ở nhà
=> cô lập xã hội
 - Chăm sóc bé quá nhiều việc => quên lại càng quên,
ưu tiên quên bản thân: uống thuốc huyết áp
 - Sự áp lực từ chị Bình với tâm lý đưa con đầu
 - Và một áp lực khác.....

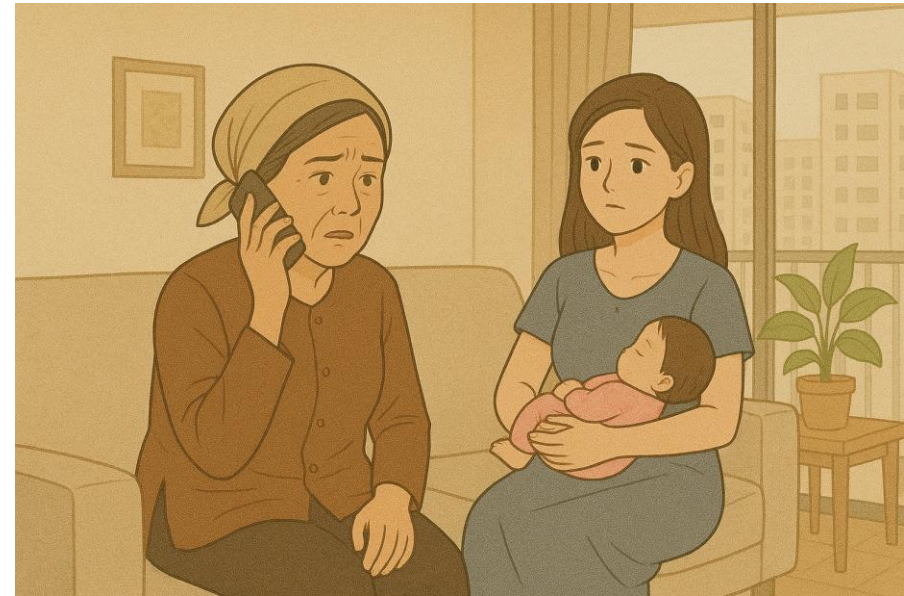


Ca lâm sàng

CHA MẸ ANH AN

- Cách xa địa lý: cô lập xã hội
- Các vấn đề phát sinh phải giải quyết một mình => cô đơn
- Cha anh An muốn mẹ anh An quay về quê lại

**GIA ĐÌNH AN ANH BẤT ỔN TỪ KHI BÉ
CHÀO ĐỜI**



Ca lâm sàng

SỨC KHỎE MẸ ANH AN

- 30 năm với THA => thích nghi
- Cháu nội chào đời: thay đổi hoạt động tinh thần, xã hội => ảnh hưởng bất lợi toàn diện về sức khỏe.

CÔ ĐƠN, CÔ LẬP XÃ HỘI, RỐI LOẠN
THÍCH NGHI



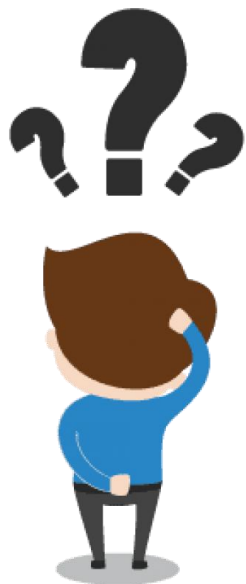
Ca lâm sàng

THÍCH NGHI BAN ĐẦU

- Gắn camera có đàm thoại
- ⇒ thụ động và cha anh An vẫn không liên lạc bằng cách này được

Anh An trụ cột phải làm sao?





Hoạt động tinh thần xã hội bị xáo
trộn, đặc biệt ở người cao tuổi.
Cùng tìm hiểu!!!

Mục tiêu học tập

- 1. Phân tích các đặc điểm tinh thần – xã hội ở NCT**
- 2. Trình bày các công cụ sàng lọc RL tinh thần – xã hội NCT**
- 3. Trình bày các nguyên tắc PHCN tinh thần – xã hội NCT**

Nội dung trình bày

- 1. Đặc điểm tinh thần – xã hội ở NCT**
- 2. Công cụ sàng lọc RL tinh thần – xã hội NCT**
- 3. Nguyên tắc PHCN tinh thần – xã hội NCT**

Các rối loạn hoạt động tinh thần xã hội NCT

Đối diện

- Thay đổi sức khỏe thể chất
- Thay đổi chức năng xã hội
- Nhận thức văn hóa
- Trải nghiệm bản thân đủ dài...

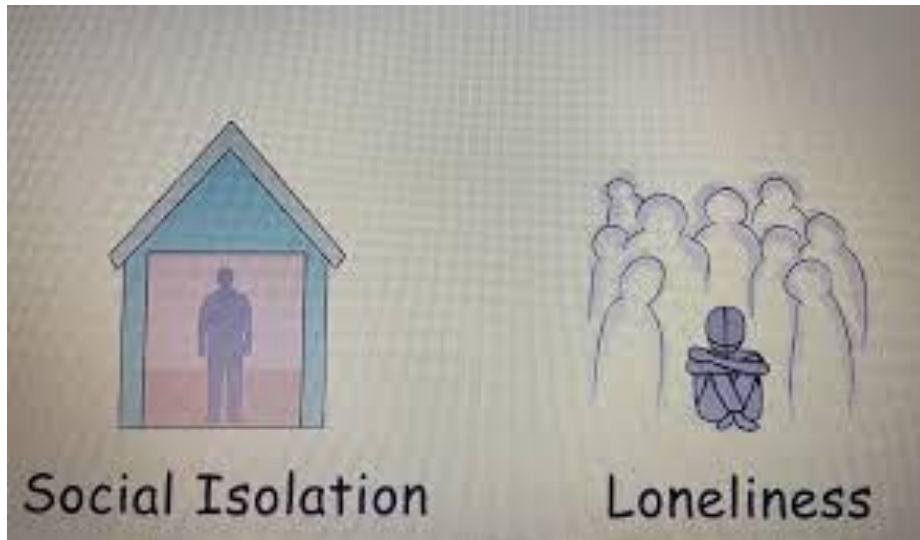
Đặc điểm

- Hạn chế vận động, tham gia, chức năng
=> YTNC cho các RL tâm thần
- Kinh nghiệm sống: dao hai lưỡi
- Có rất nhiều RL từ nhận thức, khí sắc, cảm xúc, hành vi...

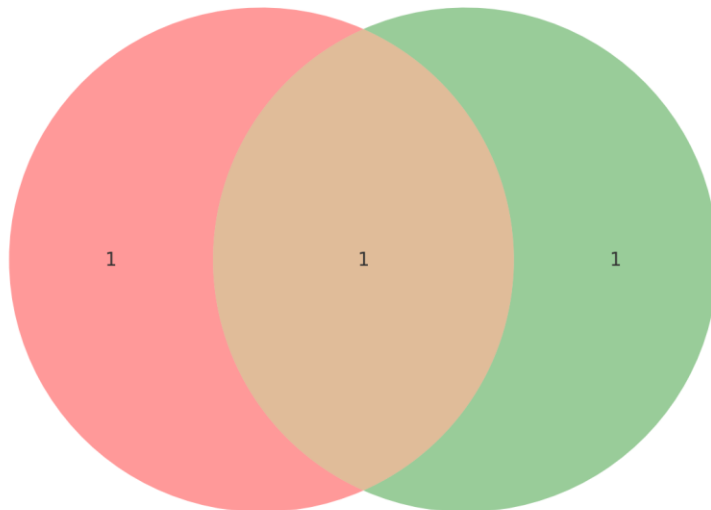
60 Năm cuộc đời



Các rối loạn hoạt động tinh thần xã hội NCT



Sơ đồ vòng tròn giao nhau: Cô đơn và Cô lập xã hội

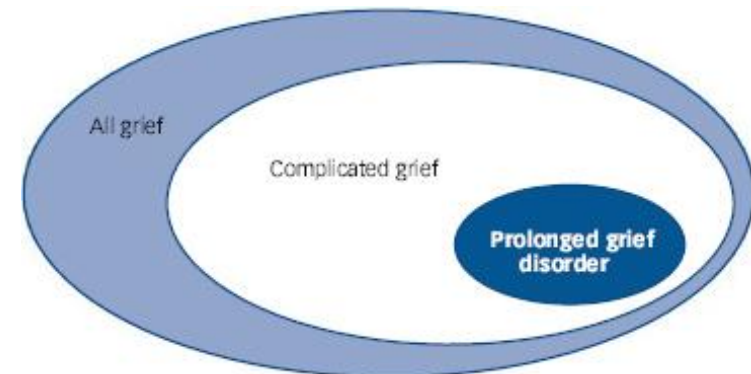


Cô đơn (Loneliness)

Cô lập xã hội (Social isolation)



Adjustment Disorder



Cô đơn

Đặc điểm

- Chủ quan
- Bất lợi

Hậu quả

- Cô đơn mạn tính
- Thể chất: tim mạch, miễn dịch, té ngã
- Tâm thần: nhận thức, khí sắc..
- Xã hội: giảm tham gia, loại trừ xã hội, gánh nặng y tế

CHẤT LƯỢNG CUỘC SỐNG



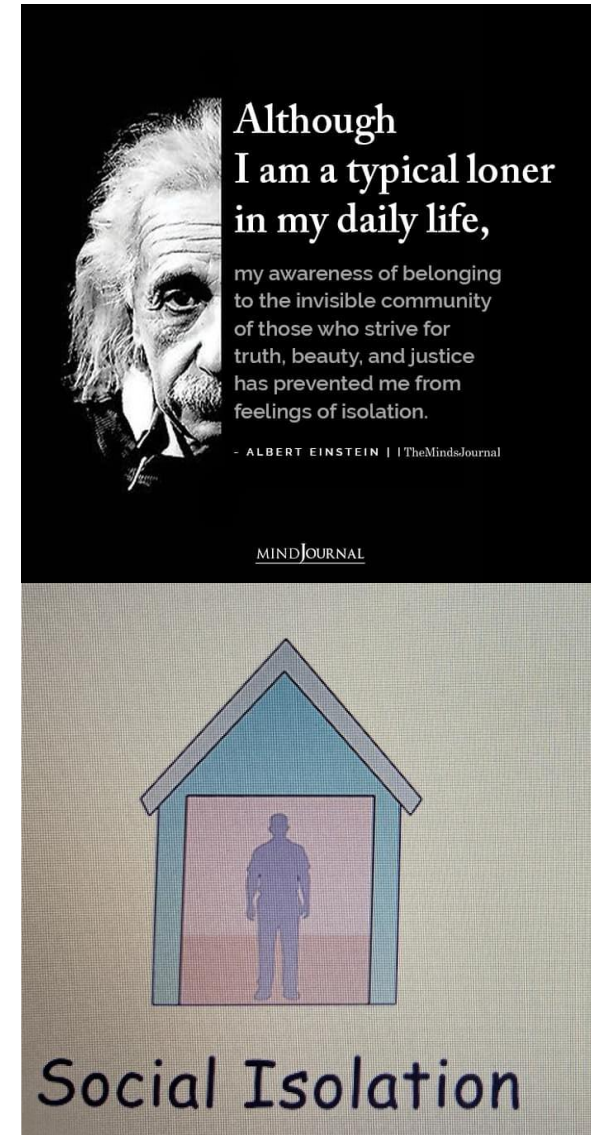
Cô lập xã hội

Đặc điểm

- Khác cô đơn
- Khách quan
- Có thể là sự lựa chọn
- Có thể hại/ lợi
- Đặc biệt: Loại trừ xã hội

Hệ quả:

- Nhiều thời gian ở một mình
- => Tùy trường hợp



Rối loạn thích nghi

Đặc điểm

- Sự thay đổi là tất yếu
- Giảm các chức năng cấu trúc
- Kinh nghiệm sống

Hậu quả:

- Giảm dần vai trò xã hội
- Loại trừ xã hội



Rối loạn tang thương

Đặc điểm

- Cảm xúc tự nhiên
- Nhưng kéo dài => hậu quả

Hậu quả

- Thể chất
- Tâm thần
- Xã hội



Các thang điểm sàng lọc

- **Lâm sàng:** dùng thang ngắn gọn (UCLA-3, LSNS-6, ADNM-8) để sàng lọc nhanh trong cộng đồng hoặc tại phòng khám.
- **Nghiên cứu:** dùng phiên bản đầy đủ (UCLA-20, De Jong Gierveld 11-item, ADNM-20) để có dữ liệu chi tiết hơn.
- **Kết hợp đa lĩnh vực:** kết quả sàng lọc cần được kết nối với can thiệp phục hồi chức năng toàn diện (tâm lý, xã hội, thể chất).

SÀNG LỌC BẰNG TÌNH YÊU THƯƠNG

Ca lâm sàng

Mẹ anh An: thích nghi

- Sử dụng được cửa khóa số
- Sử dụng thẻ thang máy
- Đi siêu thị
- Sử dụng Ipad

Cha anh An: thích nghi

- Sử dụng Smart phone
- Đi xe đồ + xe công nghệ lên xuống
- Cùng thích nghi với mẹ anh An

Gia đình nhỏ anh An

- Chị Bình: thoải mái, vui hơn, thương yêu cha mẹ chồng
- Anh An: thoải mái toàn tâm đi gây dựng sự nghiệp và kinh tế phải trả cho sự thích nghi chung
- Bé gái: được sống trong tình yêu thương, không trở thành nguyên nhân cho sự bất ổn

Nguyên tắc PHCN

- Chăm sóc toàn diện: tâm lý, sinh học, xã hội
- Hỗ trợ sự thích nghi: chậm thì cần sự hướng dẫn/ hỗ trợ
- Hỗ trợ xã hội
- Liệu pháp tâm lý hành, vi

Thấu cảm, đồng hành

Thông điệp

**NGƯỜI CAO TUỔI: VAI TRÒ MỚI, CHỨC NĂNG MỚI
CHỨ KHÔNG PHẢI ĐÁNH MẤT VAI TRÒ**

Tài liệu tham khảo

1. Nakou A, Dragioti E, Bastas NS, Zagorianakou N, Kakaidi V, Tsartsalis D, Mantzoukas S, Tatsis F, Veronese N, Solmi M, Gouva M. Loneliness, social isolation, and living alone: a comprehensive systematic review, meta-analysis, and meta-regression of mortality risks in older adults. *Aging Clin Exp Res*. 2025 Jan 21;37(1):29. doi: 10.1007/s40520-024-02925-1. PMID: 39836319; PMCID: PMC11750934.
2. Marija Spanovic Kelber, Maria A. Morgan, Erin H. Beech, Derek J. Smolenski, Dawn Bellanti, Lindsay Galloway, Suman Ojha, Jean Lin Otto, Abigail L. Garvey Wilson, Nigel Bush, Bradley E. Belsher, Systematic review and meta-analysis of predictors of adjustment disorders in adults, *Journal of Affective Disorders*, Volume 304, 2022, Pages 43-58, ISSN 0165-0327
3. Buur C, Zachariae R, Komischke-Konnerup KB, Mareello MM, Schierff LH, O'Connor M. Risk factors for prolonged grief symptoms: A systematic review and meta-analysis. *Clin Psychol Rev*. 2024 Feb;107:102375. doi: 10.1016/j.cpr.2023.102375. Epub 2023 Dec 29. PMID: 38181586.
4. Reynolds CF 3rd, Jeste DV, Sachdev PS, Blazer DG. Mental health care for older adults: recent advances and new directions in clinical practice and research. *World Psychiatry*. 2022 Oct;21(3):336-363. doi: 10.1002/wps.20996. PMID: 36073714; PMCID: PMC9453913.
5. Reiner, A., Steinhoff, P. The association of social networks and depression in community-dwelling older adults: a systematic review. *Syst Rev* 13, 161 (2024). <https://doi.org/10.1186/s13643-024-02581-6>