

# 正确面对抑郁与焦虑症状 警惕深陷“情绪危机”

——访平煤神马医疗集团总医院神经内科四区主任李玉方

闷闷不乐、悲观厌世，甚至有自杀企图或行为……近年来，随着社会的高速发展，工作、生活压力增大，抑郁症、焦虑症等情绪疾病的发病率逐年升高，精神卫生越来越受到社会各界的广泛关注。根据世界卫生组织的报告，精神疾病已成为全球第五大病因，预计至2020年，将跃升为第二大病因，并成为致命疾病。抑郁症可以治愈吗？在今年举行的我国“辉瑞中枢神经峰会”上，相关专家表示，抑郁症、焦虑症不可怕，它就像伤风感冒一样“常见”，只要放松心情，坚持治疗，让阳光照进心灵，就能驱走抑郁的阴霾。

## 为患者驱走“心灵感冒”

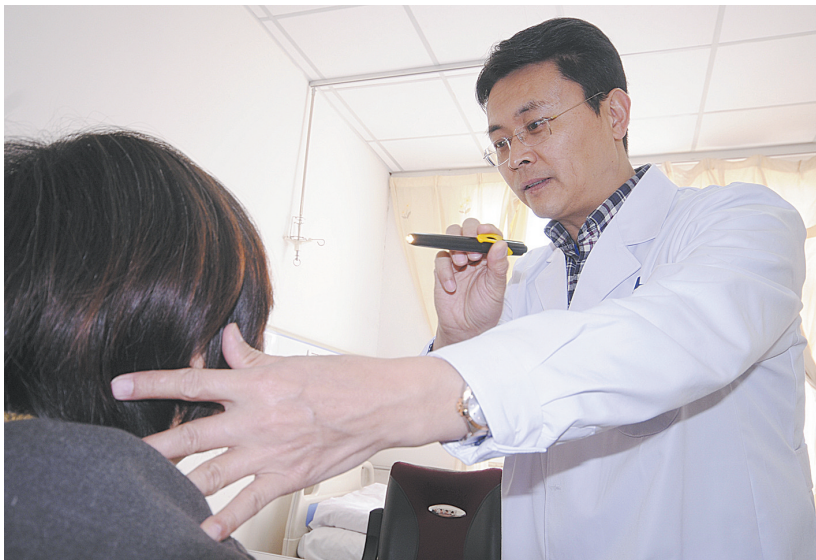
需要特别指出的是，慢性躯体症状疾病与抑郁症共病率很高。例如，在常见的神经系统疾病中，如卒中、阿尔茨海默病（老年痴呆）、血管性痴呆、帕金森病（PD）、多发性硬化（MS）等均易与抑郁、焦虑障碍合并发生。大多数患者只关注睡眠问题、疲乏、遗忘、头晕或疼痛等躯体症状，往往忽略了精神运动迟滞、心境低落、兴趣下降等情绪症状。此时，情绪与躯体疾病可相互作用影响，如不加以注意则会形成恶性循环，导致抑郁、焦虑情况加重，从而影响躯体疾病的治疗和康复。

在平煤神马医疗集团总医院（以下简称总医院）神经内科四区，有这样一个医护团队，他们在神经内科的专业基础上，潜心致力于神经系统疾病合并躯体化障碍疾病的研究，努力为患者驱走“心灵感冒”，远离焦虑、抑郁等“情绪危机”。作为脑血管疾病合并焦虑抑郁治疗的学科带头人，李玉方带领团队努力钻研，将科室发展成为颇具规模的神经系统疾病合并躯体化障碍疾病的诊疗中心。

作为神经内科四区主任，李玉方身兼中华医学会河南省分会成员、中华医学会河南省精神分会专业委员会委员、河南医师协会精神分会专业委员会委员、河南省睡眠障碍学会副主任委员、河南省心理协会会员等数职，长期从事神经内科疾病、心身疾病方面的相关研究，在脑血管病常见病多发病，尤其是脑梗死、脑出血、帕金森综合征、焦虑症、抑郁症、各类睡眠障碍、各类疼痛等疑难杂症诊断及治疗方面积累了丰富的经验。

## 专业诊疗获拥护

近年来，科室引进了一大批优秀的硕士研究生，在巩固和夯实神经内科疾病诊疗的



图为李玉方在为患者进行病情检查。本报记者 李英平 摄

基础上，分别派送至北大人民医院、上海交通大学附属医院、上海市精神卫生中心等全国领先的重点学科医院深入进修学习，成功完成了医务人员向生物-心理模式的医疗理念转化。

众所周知，好多病患在脑血管病的急性期心理会发生巨大变化，不能接受自己瘫痪的现实，心情烦躁、抑郁，甚至选择轻率地结束自己的生命。传统医学往往注重躯体疾病的治疗，忽视患者心理的变化，不懂得及早进行心理干预及预防，往往直白地告知患者残酷的病情演变，加重了患者的心理负担。

神经内科四区首诊医师在住院时通过详细询问病史，从中发现不同病患的性格特点，科学评价患者的心理功能，及早对易发生卒中后焦虑抑郁的病患进行心理疏导，及时用药改善患者的心境，让病人感受到了家人般的温暖，充满信心地配合诊疗工作的完美进行。在治疗躯体及心理疾病的同时，科室非常注重常见病的宣教，定期举办医患交流会，给病患讲解一些常见疾病的预防：如高血压病、糖尿病、冠心病、脑血管病的防治，脑卒中后瘫痪肢体的康复治疗措施及注意事项，常见焦虑抑郁等心理疾病的心理疏导方式等，并以图片的形式直观展现在医患交流栏里，使病人在住院期间不仅能接受躯体疾病的诊治，还学到了如何防治和早期发现、早期治疗的小常识，此举得到了广大病友的一致拥护，成为科室的特色服务项目。

## 优质服务暖人心

去年，医院新病房大楼投入使用后，大大改善了神经内科四区患者的住院环境，但由于病区大，神经内科又多是老年病患，活动不便，神经内科四区专门开展了优质服务，做到真正从细节上体贴关怀患者。如安排护理人员在输液时间定岗定人服务于各个病室门口，尤其对年纪大、家属不能陪伴的老年病患及时为其更换输液瓶，辅助洗漱、如厕等，避免病人摔倒等意外伤害的发生，真正实现人性化服务。对于长期卧床的患者，甚至有褥疮的患者，护理人员精心护理，长期规律地对病患家属进行翻身、褥疮防护、坠积性肺炎预防的宣教，降低出院后病患再发褥疮、肺部感染的概率。同时不定期召开病人公休座谈会，护理部、科室的诊疗及服务满意度调查，多渠道听取病人及医务人员对护理工作的意见和建议，不断提高医护人员的医疗水平及服务素质。

神经内科四区在完成医院的诊疗工作外，还积极参与社会慈善活动。与多家单位合作，不定期深入公司、社区、农村进行脑血管病及心理疾病的宣教，让更多的人早期发现疾病，认识疾病，治疗疾病。“有时去治愈，常常去帮助，总是去安慰”，总医院神经内科四区所有医护人员永远在不断学习，完善自己，以更好地为我市人民身心健康保驾护航！（李莹）

# 平煤神马医疗集团 总医院开展感动式 服务演练活动

本报讯 9月25日，由平煤神马医疗集团总医院（以下简称总医院）举办的2017年感动式服务演练活动在该院工会楼举行。该院15支队伍参与了此次演练决赛活动，医院各科室共计200余名医护人员观看了此次感动式服务演练。

平煤神马医疗集团党委书记孙晓维，医疗集团主任、党委副书记、总医院院长王明君，医疗集团常务副主任高希平，党委副书记、工会主席李硕彦，总会计师王卫华，总医院副院长刘林洪，副院长陈志强、副院长陈永杰、副院长张保伟、副院长王鹏、副院长呼兵、副院长于维雅出席了此次活动。

此次活动秉承“以病人为中心、以满意为标准”的服务理念，以诠释感动式服务内涵为切入点，演练内容全部来自工作中发生过的服务案例，涵盖医院首问负责制、交接班制度、请示报告制度、知情同意制度、医患沟通制度、术后回访制度、健康教育制度等相关制度35个。

演练按照患者就诊的常规流程，紧紧围绕门诊窗口服务、检验检查服务、住院服务、出院服务、管理服务5个篇章，工会大厅座无虚席，参加人员230余名。各代表队赛前准备充分，演练精彩纷呈，台下不时响起阵阵热烈掌声。经过两个小时的激烈角逐，麻醉科、信访办、放射科荣获一等奖；检验科、门诊、感染性疾病科、内分泌科一区、结算中心荣获二等奖；电梯服务队、眼科、超声诊断科、药品调剂科、疼痛科、健康体检科、脊柱骨病科一区荣获三等奖。

通过此次现场演练，角色互换、情景再现，该院医护人员总结了日常工作中存在的服务问题，用身边事教育身边人，使大家充分认识到服务在医院发展中的重要性，达到以赛促训，以训促学，以学促练的目的，真正做到“融情感服务于技术服务之中”，让感动式服务在总医院落地生根、开花结果。（李莹）

# 新华区人民医院 眼科主任马凤仙： 防治青少年近视 有讲究

□记者 魏应钦

本报讯 14岁的小明两年前因近视来到新华区人民医院眼科治疗，当时他左眼近视500度，右眼450度。该科的医护人员对他的眼睛进行专业医学验光后，建议他戴角膜塑形镜，并为他建立了视力健康档案。小明晚上睡觉时佩戴，白天取下。如今两年过去了，他的近视度数一直很稳定，没有再增加。

新华区人民医院眼科主任马凤仙介绍说，角膜塑形镜可以在睡觉时治疗近视，白天不需戴镜，抑制眼轴发育，使青少年和儿童近视得以较好缓解和控制。经过一晚上佩戴后，白天能恢复到满意的裸眼视力。角膜塑形镜针对8岁以上，尤其是近视度数加深加快的青少年，近视度数在600度以内的效果更好。近视分为假性近视和真性近视。在新华区人民医院眼科，对于假性近视，根据情况可进行药物治疗和中医治疗。药物治疗可有效控制近视度数，消除假性近视。中医治疗包括耳穴治疗、艾灸治疗和眼肌训练，效果显著。真性近视除了佩戴角膜塑形镜外，还可以佩戴360环焦镜片，青少年佩戴360环焦镜片可以减少离焦，抑制眼轴拉长，减缓近视度数增加。另外，该科的RGP硬镜适合高度近视、远视、大角度角膜散光、早期圆锥角膜等疑难屈光不正患者，每天佩戴可控制近视发展。对于18岁以上者，可以进行准分子激光治疗，以消除近视。

需要注意的是，青少年儿童在不同的年龄，正常视力标准是不一样的。一般两岁时为0.4，5岁时为0.6以上。各个年龄段眼轴标准长度也有一定的范围。青少年儿童治疗近视和配镜时一定要到医院眼科进行详细检查。诊断明确了，再进行治疗或者配镜比较好。

## ■我市医疗队援非系列报道

# 这个节日，我们和他们一起过

——记中国驻埃塞俄比亚医疗队的国庆节

□本报记者 牛瑛瑛

当国内各界都在喜迎国庆之际，埃塞俄比亚已经持续3个月的漫长雨季还没彻底结束。由于雨水过多易滋生疾病，前往中国援建的蒂鲁内什-北京医院的病人也多了起来，在这所医院工作的中国援埃塞俄比亚第20批医疗队过了一个特殊的国庆节。

10月1日，国庆假期第一天，医疗队驻地的早餐集合铃声比平时早半小时响起。当时正下着大雨，平顶山市第一人民医院副院长、医疗队队长赵诚显得焦急和不安，因为按照计划今天医疗队要前往离驻地百公里外的中材国际的厂区开展义诊活动，大雨可能会影响行程。

用餐完毕，雨并没有停息。医疗队员带好义诊所需物品乘车冒雨出发了。由于路况不好，加上雨天，医疗队用了近3个小时才赶到厂区。得知中国医疗队前来义诊，厂区的同事们早已列队在门口等候。悬挂在墙壁上的“热烈欢迎中国援埃塞俄比亚第20批医疗队”的标语让医疗

队员十分感动。

到达后，医疗队的医生迅速投入了工作。诊台前挤满了咨询的员工们，量血压、测血糖、做针灸、问病情、做宣教，大家有序地忙碌着。最后，赵诚队长代表医疗队向同胞们捐赠了一些常用药品。义诊结束，已经将近下午一点。

“埃塞俄比亚华人华侨多，为他们服务也是我们的重要使命。今天我们医疗队用这样一种特殊的方式向祖国母亲的生日献礼！”赵诚队长说。

10月3日，在蒂鲁内什-北京医院外科病房里，32岁的患者伯哈努在车祸中造成左侧胫骨粉碎性骨折并伴有骨折明显移位，汗水从伯哈努的额头渗出。由于埃塞俄比亚骨科医生缺乏，病人来到这所医院，希望中国医疗队能够给他带来帮助。

经过详细查看患者病情，医疗队决定对病人实施手术治疗。埃塞俄比亚经济基础薄弱，造成医疗设施缺乏，尤其是骨科手术器械匮乏。在国内看似简单的手术，在这里却因缺乏完整的手术器械而遇到种种困

难。然而经过医疗队术前精心计划，并充分利用一切可利用的资源，他们出色地完成了这一手术操作。

10月4日，国庆假期恰逢中国传统佳节中秋节。每逢佳节倍思亲，但医疗队队员连思念家人的时间都没有。这天，医疗队再次驱车百余公里，前往中国援建的高速公路项目工地义诊。

义诊中，中国的传统中医针灸不仅受到了中国员工的欢迎，埃塞俄比亚当地员工对此更是钟爱有加。医疗队针灸专业的贾瑞芝和闫继红医生从头到尾一直忙碌着，就在义诊结束即将返程的时候，印度籍监理工程师库马匆匆忙忙来到义诊点，说他的右肩膀疼痛已经有3个月时间，并主动提出希望医疗队能够给予针灸治疗。

治疗结束后，库马非常感谢，热情招呼医疗队员和他合影留念。在被告知针灸不是做一次就可以治好的情况下，库马于是和医疗队约定，定期前往蒂鲁内什-北京医院做后续治疗。“义诊活动结束了，回去的路上，大家已经疲惫不堪，也感慨这里是多么需要我们！”赵诚说。