

第21个世界精神卫生日,关注我们的精神世界

为脆弱的心灵打开一扇明亮的窗

核心提示 ----- □晨报记者 夏国锋 李旭阳

今天是第21个世界精神卫生日。近些年来,随着经济社会的快速发展、竞争的不断加剧,人们承受的压力越来越大,由此而来的精神问题日益突出,少儿、大中学生心理问题、老年人的精神障碍等明显增多。如何预防精神疾病和应对不良情绪?对精神病治疗存在哪些误区?带着诸多问题,9日上午记者来到位于山城区汤河街的市中医院精神康复中心,请医务人员解答。

患者说发病就发病

9日上午10时许,记者来到市中医院精神康复中心。在值班护士杨小红的带领下走进一个独立的幽静小院里。

走进院子,只见三四个患者正坐在楼门口聊天,他们衣着整洁、有说有笑,看上去和正常人差不多。一旁的护理人员也不时地与他们聊天,开玩笑。

“现在看他们很正常,但说发病就发病。”杨小红说,这里收治的病人有的患有

精神分裂症、有的患躁狂症、抑郁症等。发病时,有摔东西的、有哭闹的、有打人、骂人的等等。医护人员一旦发现患者发病,就要及时疏导,采取措施控制。

除了关注患者的情绪变化外,照顾病人按时按量吃药也是一项重要任务。杨小红说,有时护理人员像哄小孩一样,哄着患者服药。服药时护理人员都是一对一地监督患者服下。

精神病患者中患精神分裂症和抑郁症居多

“目前,国家重点关注的精神病种类有6类:精神分裂症、抑郁症、精神发育迟滞、器质性精神病、偏执性精神病、分裂情感性精神障碍。”市中医院精神康复科的牛春甫副主任介绍,目前从临床上看,精神分裂症和抑郁症患者比较多,以青少年和老人为主。

随着人们生活压力加大,每天都有十多人来咨询、就诊。据牛春甫介绍,精神分裂症表现为感知、思维、情感、意志行为等多方面的障碍,早期有抑郁的表现。主要高发于从初二到高三阶段的青少年。抑郁症症状则贯穿各年龄段,可与其他精神

病相互转化。

在学生群体中患抑郁症、焦虑症和强迫症的人较多,希望家长多留意。而中青年的精神问题主要由情感和工作等问题引发,前期有抑郁症状,前期较轻后期加重。“曾有一患者是某矿领导,已到不惑之年,钱物不缺却一直抑郁。就诊后才知因其平日人际关系处理不好所致。”

那么老年人精神问题主要有哪些呢?牛春甫说,老年人多为失眠和疑病症。总怀疑自己有病,整天忧心忡忡,多发于退休后。当然老年人的精神病也有许多是器质性损伤造成,如脑梗塞、偏瘫后遗症等。

预防很关键 部分可被治愈

“青少年和老年人出现精神问题的比例逐年增加,中年人隐性精神问题更多,因此需要家庭、医院、社会共同努力来帮助这类患者。”牛春甫说。

“精神问题发病机理复杂,既有自身原因也有外部原因。”牛春甫说,除了患者自身进行心理调节外,其他人不歧视患者,为其创造宽松的环境也很重要。

精神问题早预防、早发现、早治疗很重要。一旦耽误时机,变重后形成疾病治疗的病程会更长,甚至难以治愈。只要遵循医嘱,配合诊治,30%~40%的患者是可以被治愈的。

对于青少年,家长要培养其多种兴趣爱好,引导孩子多与他人交往,关注孩子情绪变化。学校最好也能加强对学生的心理辅导。

“精神疾病的治疗要到正规医院。2008年有一患者腿伤痊愈后,一直怀疑自己的腿没完全好,茶饭不思,又被当成胃病治了多年,后诊断为双相情感障碍,经过治疗心理问题得到缓解。后来又迷信大街上销售的治腿医疗器械,被骗后精神障碍再次出现。”牛春甫建议,患者不要讳疾忌医,应配合治疗,学会心理调节、排泄压力,多与人交往。



“好声音”火了 诈骗的来了

警方提醒:涉及金钱注意防范

晨报讯(记者 秦颖)近来,选秀节目“中国好声音”红极一时,一些不法分子也盯上了这个栏目,编造中奖短信。10月7日,读者岑女士就收到了这么一条中奖信息,但她并未上当。

岑女士说,7日中午,她的手机收到一条来自“中国好声音”栏目组的短信,内容大致为感谢她收看该栏目,经后台系统随机抽选,她的手机号码被选为场外幸运号码,登录指定网站可获赠苹果笔记本电脑和凉茶。

岑女士收到短信后,登录了短信中提到的中奖信息查询网站,发现自己的手机号被抽中为幸运号码,也有奖品可拿。但随后网站在线的服务人员没有核实岑女士信息,便让她交万余元保证金和公证费等。她感觉不对,随后联系了本报记者,希望得到帮助。

记者向“中国好声音”官方微博的工作人员求证后得知,该节目组并没有发布此类中奖信息。记者又咨询了市公安局网络监察支队民警,警方表示短信诈骗屡换马甲,利用人们贪小便宜的心理诈骗,同时提醒人们注意防范,不要随意透露自己的身份及银行账号信息。

走出误区

1.我认为自己没有病。其实许多精神病患者直到就诊时都认为自己没有病。比如,偏执患者有工作能力,自己有一套理论他认为很正确,但旁人难以理解。

2.症状改善就不需要再服药了。通过一段治疗,精神病患者的病情会有改善,许多人认为病已减轻不需再服药。实际上,不遵医嘱,随意停药很容易让病情反复,越反复越严重。

3.精神原因不会引起内脏器官病变。临床上曾有人心脏不舒服,看了多年后得知是焦虑综合症所致,并非心脏本身的病变。

4.精神分裂症不容易治好。许多精神病患者经过正规有效的治疗,是可以被治好的,至少能让他恢复部分正常的生活能力。

争抚恤金 两女动手 律师调解 一人一半

晨报讯(记者 李鹏)淇滨区大赉店镇的王老先生去世了,留下4万元的抚恤金,为争这笔钱,其妻刘女士与女儿失和,两个女儿大打出手。经市法律援助中心律师调解,10月8日,刘女士和两个女儿达成协议:刘女士分得3万元,剩下的1万元由两个女儿平分。

今年7月,王老先生因病去世,社保局给王老先生一次性抚恤救助金4万元。在这4万元的分割问题上,王老先生的妻子和两个女儿产生了纠纷。

9月下旬,刘女士向市法律援助中心的工作人员寻求帮助。该中心的工作人员调查后认为,刘女士年迈,无经济来源,是最需要救济的对象,应多分点;王老先生的女儿是其直系亲属,应分得部分抚恤金。

在市法律援助中心工作人员多次调解下,10月8日,刘女士最终拿到3万元抚恤金,剩下的1万元由两个女儿平分。

机动车道上发传单 妨碍交通污染环境

晨报讯(记者 渠稳)“最近,一直有人在九州路与兴鹤大街交叉口的机动车道上发传单,司机只要在这里停车,那些人就往车里塞传单。”10月8日,淇滨区读者杨先生反映,每天早上开车上班行驶到九州路和兴鹤大街交叉口,就有人往他的车里塞传单,让他不胜其烦。

记者在采访中了解到,散发传单的是一家在我市销售山东省某沿海城市海景房的售楼单位,从9月中旬开始,他们便雇人在我市部分机动车道上发传单。出租车司机张先生说,他多次收到传单,“在机动车道上发传单,妨碍交通,很容易造成交通事故。”

不仅司机对拦车散发传单的行为不满,负责清洁道路的环卫工人蔡女士也有意见:“每天一大早我们开始打扫卫生,刚扫干净的大街,不一会儿就被扔了不少传单,这是污染环境。”

记者将问题反映至市公安局交通管理支队,10月9日早上8:30,交警来到了九州路与兴鹤大街交叉口附近,对正在拦车发传单的人员进行了批评教育,并没收了传单。“在机动车道上散发传单,影响交通秩序,如果他们不停止这种行为,我们将按照《道路交通安全法》对其进行处罚。”一位交警说。(线索提供:汪春)

俩飞车贼当街抢包 “好心哥”狂追几里

窃贼最终弃包而逃

晨报讯(记者 王帅)“当时,我感激得只会道谢了,想请这位大哥吃饭,被他婉言谢绝了。”10月8日中午,自己的包被俩飞车贼抢跑,幸遇好心人帮忙追回失物,市民李女士谈及追贼的激烈一幕仍难掩激动的心情。而记者采访到这位“好心哥”时,他质朴地说:“我看见了,就应该去做,也希望更多人遇见不平,能拔刀相助。”

10月8日中午,李女士下班带着孩子到淇滨区海河路西段的菜市场买点心的。她将电动车停在了店铺旁边,转身挑饼干。这时卖点心的老大爷突然瞪了我一眼,压低声音说“包”。我回头一看,放在电动车筐里的包不见了。”李女士回忆说,当时旁边一位骑摩托车的大哥手指前面一辆摩托车朝她喊道:“快追!”慌乱中的李女士也没

有看清楚到底是哪辆摩托车,就骑车追了过去。从海河路骑到107国道时,车多人多,李女士已看不到飞车贼的踪影。正不知所措时,刚才喊“快追”的那位大哥从后面骑摩托车赶了上来,上了107国道继续往南追去。

“我在后面追到黎阳路口时,什么也没看到,就连那位大哥也找不见了,心想完了。忽然马路对面传来大哥的喊声,只见他举着我的包朝我挥手。”李女士说,碰面后这位“好心哥”说的第一句话是:“快看看东西还在不在?”

李女士检查了一下,包里的银行卡、身份证都在,钱也没少。李女士这才仔细看看这位好心人:30来岁的样子,衣着朴实,一脸笑容。“我感谢大哥冒险帮我追回包,他却谦虚地说:‘我当过兵,看见这种事很气愤。’一个普

通人在我眼里有着一颗高尚的心。”李女士感激地说。

9日上午,记者联系到这位见义勇为的“好心哥”。他叫王庆伟,从部队转业已经十来年了,他说是当兵的经历深深地影响了他。记者问如何追回了包,王庆伟回忆说,两个窃贼一胖一瘦,约摸有二三十岁,“瘦子”将李女士的包揣到怀里,两人骑一辆白色踏板车加速离去,“本来我在那儿等着接家人,看到当时的紧急情况,没想那么多,就帮忙追去。”王庆伟骑的摩托车速度快,俩贼拐进了商贸城,眼看还差两米远就追上了,他大吼一声,“瘦子”吓得将包扔了出去。趁王庆伟拾包的工夫,俩贼跑没影了。王庆伟说:“虽说我一人面对两人,但周围人看到,我想会帮忙的。也希望大家以后发现这种情况,都能拔刀相助。”