护士给病人梳

世界精神卫生日:倾听医护人员的故事

精神病,一个让人讳莫如深的词。10月10日,是第27个"世界精神卫生日",今年我国"世界精神卫生日"的主 题是"健康心理,快乐人生"——关注儿童青少年心理健康。10月7日,记者走进内蒙古自治区第三医院(内蒙古 自治区精神卫生中心)重性精神疾病治疗中心,倾听医护人员的故事。

被抓伤咬伤 是常事儿

9时许,记者跟随着医务人 员走进重性精神疾病治疗中心 精神六科,干净整洁的病房区、 来回走动的患者、医务人员温暖 的笑容,减缓了记者的紧张。

"孟奶奶,您别把鞋揣在怀 里,拿出来咱们穿在脚上。如果 不合适,我们再给您换。"在病房 外的走廊,护士温子颜语气轻柔 地和一位满头白发的老人说。这 位老人慢慢地从衣服里掏出一 双新布鞋,温子颜蹲在地上将这 双新鞋给老人穿上,并让老人走 几步,试一下是否合脚。

温子颜今年28岁,他已有4年

温子颜的左手上有很大一 块咬伤,胳膊上还有几道抓痕。 温子颜说,"我们都习惯了,受伤 也是经常的。9月28日那天是我生 日,当天22时许,科里来了一位30 多岁的男性病人。在做完生命体 征检查后,病人情绪突然很激 动,喊着要回家,他用头撞门,我 和另一位护士立即给予制止。在 制止的过程中,这位病人将一位 护士的大腿内侧咬伤,将我的左 手大鱼肌咬伤……"

2014年,温子颜刚上班不久, 就被一位病人把脸抓伤,"当时, 我觉得挺委屈的。可是,你又不 能对病人还手。可是第二天上 班,抓伤我的那位病人意识清醒 后,他向我道歉。我心里的委屈 一下子就释然了。后来静下心再 想想我觉得这份工作总要有人 做,另一方面,病人做出这种行 为,也是受到精神症状支配,身 体不受控制,其实他们也是很痛 苦的,所以更需要理解,需要我 们帮助。"

"在精神病医院里,医生护 士被病人抓伤、咬伤那是'家常 便饭',根本没有外界传言的那 样,'什么医务人员对待精神疾 病患者用电棍、捆绑等等,'我们 对发病的患者只会使用保护性 约束带,这样即是保护患者不自 伤,同时也避免他们伤到别人。 温子颜说。

"精神病院的护士工作可以 用"繁琐"两个字概括,因为这里 的病人,生活自理能力差,别看 他们有的已经六七十岁了,小到 刷牙、洗脸,大到上厕所、睡觉、 吃饭,作为护士你都要时刻关注 着。"温子颜说,而且在这里病人 的安全是第一位的。



护士长王振芬询问病人情况

病人更像幼儿园的孩子

精神六科的护士长王振 芬,走路带风,做事干净利 落。在一线从事护理工作30 年,用她的话说:"每一位精 神疾病患者都是弱者,他们 本身就被病痛折磨的苦不堪 言,被家人送到医院治疗。我 们作为医务人员,对他们不 仅仅要有耐心更要有爱心, 因为这些精神疾病的患者更 像幼儿园里的大小孩。"30年 如一日, 王振芬用行动践行 着这段肺腑之言。

在外人眼里,精神科的 护士所从事的职业是充满神 秘却又极具挑战的。但是在 王振芬的眼中,她们和普通 护士没什么区别,只是多了 一份"护工+保姆"的工作罢 了,"我们早上需要提前接

班,首先要熟悉病房,确保第 一时间了解情况,交接班完 成后护士长带领我们一起到 病房进行护理查房, 我们的 查房和医生查房不太一样, 护理查房更多是关注病人的 生活和心理需求,并进行逐 一甄别, 如有轻微的心理问 题或情绪问题就当场进行心 理疏通,其他较严重的问题 会在第一时间告知医生和病 人家属。"

提起病人, 王振芬的眼 光非常的温柔。她说:"病人 自己其实也是非常不容易 的,在不发病的时候,他们行 为语言都正常,得病之前都有 光鲜亮丽的生活和工作,谁也 没有权利选择自己得什么病。 我们科里收治的精神疾病患

者有精神分裂症、双相情感障 碍、抑郁症、躁狂症、神经症 等。精神疾病,只有在发病时 才能进行确诊,然而患者被打 上精神疾病的标签后,社会上 投向他们的眼神往往会刺激 他们再犯病,所以在这里也借 助媒体呼吁,不要以异样的眼 光看他们,在他们病情被控制 后,以宽容的心态接纳他们, 让他们回归正常的生活。"

30年里,让王振芬每每想 起都会泪流满面的有两件事: 1998年,已怀孕4个多月的她 在照顾一位精神病人时,这位 病人突然发病,一脚踹在她的 肚子上,导致她流产。3年之 后,王振芬才再次怀孕:母亲 生病时,她忙于工作,错失了 照顾母亲的最好时机。

关注儿童心理成长

"别哭了,阿姨给你拿一 些水果和零食好不好!"护士 长王振芬领着一位抽噎的小 患者走进办公室。小患者八九 岁的模样,除了脸上挂着的泪 珠,别人和他说话,他没有丝 毫反映。"这孩子的父母因为 精神疾病双双自杀了,他从小 和爷爷相依为命,如今他爷爷 70多岁了,今年年初孩子犯病 后,在亲戚的帮助下将他送到 这里治疗。"王振芬抚摸着他 的头对记者说,"唉,他今年才 9岁,以后的路还长着呢!"

"其实儿童心理发展有 规律的,作为家长、老师要多 了解,多尊重,科学引导。儿 童心理发展包括感知觉、认

知、语言、情绪、个性和社会 性等方面,各有其内在发展 规律。在存在普遍规律的同 时,不同的儿童在发展速度、 水平、优势领域等方面存在 差异。养育者需要了解儿童地 发展特点,理性看待孩子间的 差异,尊重每个孩子自身的发 展节奏和特点。"内蒙古自治 区第三医院重性精神疾病治 疗中心精神六科副主任医师 齐玉梅说,越是早期的发展阶 段,对儿童一生心理特征的影 响就越大。如果儿童的压力过 大、缺乏运动、缺乏社交,将不 利于大脑发育, 阻碍心理成 长。儿童心理发展是先天因素 与环境因素的共同作用。家庭

是最重要的环境因素,良好的 家庭氛围有益于儿童的身心 健康。惩罚是短期有效但长远 有害的管教方式。比奖惩更有 效的,是理解并尊重孩子的情 绪和需求,科学引导。养育者 需要管理好自己的情绪,在养 育孩子的过程中不断的学习、 反思和成长。

齐玉梅说, 养育者要把 握好尺度,既要支持引导,又 不要急于干预。在儿童发展 中,有些"问题"其实是常见 的过程,会随着成长逐渐消 失。养育者有时可能会夸大 或忽视孩子的问题,要开放 地听取他人的反馈,或向专 业人员求助。

老年痴呆 可提前干预

除了儿童心理问题外,还有一个 现象必须引起人们的关注,那就是老 人走失问题。

齐玉梅根据自己多年临床经验 说,老年痴呆是一种发生于老年期的 退行性脑病,目前尚无特效药物能达 到治愈效果, 所以早期识别和干预尤 为重要。老年痴呆主要症奖包括:记忆 退化乃至影响生活、难以完成原本熟 悉的任务、难以做出决策、言语表达出 现困难、性格发生变化等。通过认知功 能评估可早期发现老年痴呆。健康的 生活试有助力于预防老年痴呆。老年 人要多运动、多用脑、多参与社会交 往,包括保持规律运动的习惯,增加有 益的户外运动、保持学习与思考的习 惯、积极进行社会交往等。

治疗服务资源不足

近年来,随着经济发展和社会转 型,精神卫生工作涉及面越来越广,敏 感度越来越高,焦虑症、抑郁症等常见 精神障碍及心理行为问题逐年增多, 严重精神障碍患者肇事肇祸案(事)件 时有发生,精神卫生工作仍面临严峻

据了解,按照国家重性精神障碍 项目办数据显示,全国严重精神障碍 发病率13.47‰,以此计算我区严重精 神障碍患者有33万余人。而我区有精 神卫生专科医院15家,核定床位4130 张,实际开放病床5216张。目前床位密 度2.06张 (国家2016年统计是2.75)/万 人。根据《全国精神卫生工作规划 (2015~020年)》中西部地区每10万人 口精神科执业(助理)医师数量不低于 2.8名。我区应配置精神科医师703名, 现有532名,每10万人口精神科执业 (助理)医师数量2.1名。整体上我区精 神卫生资源匮乏。

齐玉梅说:"2017年以来,为了提 高严重精神障碍患者报告患病率,自 治区卫计委和各盟市卫计委签署了重 大疾病责任状,将严重精神障碍报告 患病率纳入对地方党政实绩考核指 标。自治区严重精神障碍管理治疗工 作项目办公室要求全区12个盟市将精 神卫生防治办公室设立在精神卫生专 科机构或综合医院的精神科, 来承担 精防工作。《内蒙古自治区实施(全国 精神卫生工作规划 (2015~2020)方 案》中明确,到2020年,我区进一步完 善精神疾病治疗服务网络,增加精神 科住院床位,增强精神卫生机构收治 能力,改善患者就医条件,切实改变我 区严重精神障碍管理治疗滞后现状。"