

1991年,尼泊尔提交了第一份关于“世界精神卫生日”活动的报告。1992年世界精神病学协会发起创立“世界精神卫生日”,并将时间定为每年的10月10日。随后,许多国家参与进来,将每年的10月10日作为特殊的日子:提高公众对精神疾病的认识,分享科学有效的疾病知识,消除公众的偏见。并结合现实情况和精神卫生的需要,确定每年的活动主题。我国卫生部自2000年开始在精神卫生日组织开展大规模活动,宣传精神卫生普及心理健康知识。

## “世界精神卫生日”专题报道

# 关注心理健康 预防精神疾病

本报记者 佟霞  
通讯员 付崇铭

10月10日是世界精神卫生日,世界各地都将采取多种多样的形式纪念这一重大节日。今年,我国结合《中华人民共和国精神卫生法》的正式实施,确定活动主题为“发展事业、规范服务、维护权益”。

自5月1日《精神卫生法》实施以来,我国精神卫生工作走上了法制轨道。那么,目前我省的精神卫生现状如何?新法带来了哪些改变呢?在10月10日“世界精神卫生日”前夕,记者采访了我省精神卫生专业技术机构龙头单位——山东省精神卫生中心院长卢传华。

### 精神卫生事业 “迎来春天”

精神疾病是一种常见病。山东省精神卫生中心院长卢传华介绍,我省18岁及以上人群精神障碍总患病率为19.48%,有重性精神障碍患者近100万,其中有明显肇事肇祸行为倾向的近10万,重症抑郁症患者400余万。

精神卫生工作是衡量一个国家和社会文明程度和发展水平的重要标志之一。加强和完善精神疾病防治体系建设,做好精神卫生工作,预防和减少各类不良心理行为问题的发生,关系到人民群众的身体健康和社会的繁荣稳定,对贯彻落实科学发展观,构建社会主义和谐社会,保障我国经济社会全面、协调、可持续发展具有重要意义。当前,党和政府高度重视精神卫生工作,政府各部门和社会各界对精神卫生工作的重要性及必要性已取得共识。

近年来,国家制定出台了一系列有关加强精神卫生工作的组织措施和政策规定,特别是于2013年5月1日起正式实施的《中华人民共和国精神卫生法》,对精神卫生工作的方针原则和管理机制、心理健康促进和精神障碍预防、精神障碍的诊断和治疗、精神障碍的康复、精神卫生工作的保障措施、精神障碍患者合法权益的维护等做了规定。“这标志着精神卫生事业的春天到了。”卢传华说。

### 精神疾病 可防可治不可怕

精神卫生(mental health)又称心理卫生或心理健康、精神健康。精神卫生的定义和内容大致分为两种。狭义的精神卫生,是指研究精神疾病的预防、医疗和康复。广义的精神卫生,是指研究健康者增进和提高精神健康、精神医学的咨询。

卢传华介绍,现行的国际疾病诊断分类(ICD-10)将精神疾病分为10大类72小类近400种。

大多数人对精神卫生知识、精神疾病认识不足,对患者缺乏应有的理解和同情,偏见与歧视现象较严重,需要通过公众宣传教育,宣传这么一种意识:精神疾病也像其他任何疾病一样,任何人都可能在某个时间患上此病,任何国家、任何种族的人都没有免疫



山东省精神卫生中心卢传华院长

力。但这个病不可怕,通过治疗可以让曾经患病的恢复正常。

卢传华指出,精神疾病的预防治疗和康复,需要全社会的共同努力,其中,家庭是一个重要的环节。精神障碍患者生活在每一个家庭中,其就医、康复、日常的生活均需要得到家庭成员,特别是监护人的帮助、照顾和看护管理。所以,精神卫生法还明确了精神障碍患者监护人的责任,这也是维护患者合法权益的需要。

### 精神疾病 诊疗程序更加规范

近年来,由于我国精神障碍患者非自愿住院程序缺失,个别地方发生的强制收治案例引起患者及其亲属的强烈质疑,“被精神病”不时成为舆论关注的焦点。

对此,卢传华指出,精神障碍的诊断、治疗、住院、出院、康复和发病报告有严格的法定程序。诊断精神障碍应由精神科执业医师按照精神障碍诊断标准作出。医疗机构及其医务人员应当遵循精神障碍诊疗规范制定患者治疗方案。精神障碍的住院和出院实行自愿原则,但诊断为严重精神障碍,并且已经发生伤害自身或

危害他人安全的行为,或者有伤害自身或危害他人安全危险的,应对其实施住院治疗。应依法建立向精神障碍患者提供康复服务的社区康复机构。国家实行严重精神障碍发病报告制度,向严重精神障碍患者提供基本公共卫生服务。

### 重性精神疾病 医疗费得到保障

因经济条件限制,家庭关爱不够,村落、社区对精神病人认知恐惧等原因,目前,关在笼中、锁着铁链的重症精神病人的数量,是个不小的数字。对此,卢传华认为,由于精神病具有长期性、负担重等特征,大部分患者家庭难承受长期的医疗负担。

按照法律规定,精神障碍患者的医疗费用要按照国家有关社会保险的规定由基本医疗保险基金支付。医疗保险经办机构应当按照国家有关规定将精神障碍患者纳入城镇职工基本医疗保险、城镇居民基本医疗保险或者新型农村合作医疗的保障范围。对于符合城乡最低社会保障条件的重性精神障碍患者和属于农村五保供养对象的重性精神障碍患者,民政部

门应当会同有关部门及时将其纳入最低社会保障,按照国家有关规定予以供养、救济。

我省规定,2013年,对参加新农合的重性精神疾病患者住院时产生的政策范围内费用报销比例达到75%以上,力争实际报销比例比去年提高5个百分点;同时实施新农合大病保险工作,个人负担的合规医疗费用超过8000元的部分补偿比例为73%,8000元以内的(含)补偿比例为17%。

### 书写精神卫生工作 辉煌篇章

《精神卫生法》颁布后,山东省精神卫生中心进行了认真学习和贯彻落实,牵头对全省17市的市级精神卫生机构和从事精神卫生工作的管理人员和专业技术人员共计210余人进行了培训,这部分人作为各市的市级师资,再对所辖市的县区乡镇进行培训,这样一级抓一级,层层抓落实,取得了非常好的效果。

据了解,作为全省唯一一家省级精神卫生专业机构,山东省精神卫生中心为省的精神卫生事业书写了辉煌篇章。该中心是山东大学教学医院,山东大学精神病学与精神卫生学硕士、博士培养点,同时是山东省精神医学研究所、山东省精神疾病司法鉴定所、山东省心理咨询中心、山东省戒酒戒毒中心、山东省精神疾病质控中心。承担着全省精神卫生的临床、教学、科研、康复、社防、对外学术交流和基层专业技术人员的培训任务,是全省新农合省级定点转诊医院和济南市首批城镇居民和职工医保定点医院。

山东省精神卫生中心临床科室齐全技术力量雄厚。设有临床医技科室20余个,开放病房14个,住院病床750张。有职工700余人,其中专家、教授100余人,临床医师大部分具有硕士研究生学历。拥有无抽搐电休克治疗仪、眼动监测仪、DR-X光机、脑诱发电位仪、心理-CT、全自动生化分析仪、螺旋-CT、颈颅磁刺激、高效液相色谱仪和新型音乐治疗仪等大量先进的医疗设备和仪器。主要收治精神分裂症、情感性精神障碍、老年性精神病、儿童青少年行为异常、戒酒戒毒戒网瘾和各种心理障碍患者。



门诊医技综合楼



病房楼

#### 相关链接

## 精神疾病的 “三级防治”

精神疾病的防治分为三级。一级预防的目的是减少精神疾病的发生;二级预防的目的是降低精神疾病的危害,三级防治的目的是减少精神疾病所致的残疾和社会功能损害。

一级预防主要是增强精神疾病的保护因素,减少危险因素。可采取的措施包括改善营养状况、改善住房条件、增加受教育的机会、减少经济上的不安全感、培养稳定良好的家庭氛围、加强社区支持网络、减少成瘾物质的危害、防止暴力、进行灾难后心理干预、开展健康教育、发展个人技能等。

二级防治是通过早发现、早诊断、早治疗,控制疾病,降低危害。为此,需要建立以精神卫生专业机构(精神专科医院、综合医院精神科或心理科)为骨干、综合医院为辅助、基层医疗卫生机构(社区卫生服务中心、社区卫生服务站和乡镇卫生院、村卫生室)和精神疾病社区康复机构为依托的精神卫生防治服务网络。

三级防治是对精神疾病患者进行生活自理能力、社会适应能力和职业技能等方面的训练,以减少残疾和社会功能损害,促进康复、防止疾病复发。为此,需要开展“社会化、综合性、开放式”的精神疾病康复工作。

采取乐观、开朗、豁达的生活态度,把目标定在自己能力所及的范围内,调适对社会和他人的期望值,建立良好的人际关系,培养健康的生活习惯和兴趣爱好,积极参加社会活动等,均有助于个人保持和促进精神健康。

## 精神疾病早发现 早治疗很关键

怀疑有明显心理行为问题或精神疾病者,要及早去正规的精神专科医院进行咨询、检查和诊治。

如发现家庭成员、邻居、同事、同学等周围人有明显的言语或行为异常,要考虑他可能有心理行为问题或精神疾病,应及时劝告其去医疗机构检查。

在精神疾病的治疗方面,目前已有有效的治疗药物以及心理治疗和心理社会康复方法。

被确诊患有精神疾病者,应及时接受正规治疗,遵照医嘱全程不间断按时按量服药,以达到最好效果。不愿意接受治疗,不规律或不规律服药,会导致病情延误、难以治愈或复发。

通过规范化的治疗,多数患者可以治愈,维持正常的生活、学习和工作能力。

## 科学家发现 可消除记忆基因

据报道,麻省理工学院科学家认为他们离抹去那些萦绕心头的最痛苦记忆又近一步。研究人员认为他们识别了Tet1,该基因具有“消除记忆”的迷人功能。作为这项研究的一部分,他们对Tet1正常和这种基因遭到破坏的老鼠的学习行为作了比较,令科学家吃惊的是,有Tet1基因的老鼠并不害怕这个笼子,因为它们的痛苦记忆已被新的记忆代替。Tet1基因遭到破坏的老鼠记忆依然存在,所以受到电击经历的折磨,害怕进入笼子。