



茂林谈天

本报济南10月9日讯(记者 王茂林) 据省气象台短期天气预报,除了周日鲁西北和鲁中北部有降雨,本周末三天我省没有明显降水天气。未来两天气温变化不大,周日气温有所降低。“寒露”节气已到,它的

意思是气温将比白露时更低,这一节气也是气候从凉爽到寒冷的过渡。天渐寒,防寒保暖也是这一时节需要注意的。

从省气象台短期天气预报来看,本周五及周六,全省分别将迎来晴到少云和晴间

多云的天气,气温变化不大;周日全省多云转阴,鲁西北和鲁中北部有降雨,气温将有小幅度下降。

具体天气预报如下: 9日夜间到10日白天,全省天气晴到少云。最低气温:内陆地区13℃左右,沿海地

区15℃左右。最高气温:内陆地区26℃左右,沿海地区23℃左右。

10日夜间到11日白天,全省天气晴间多云。最低气温:内陆地区14℃左右,沿海地区16℃左右。最高气温:内陆地区26℃左右,沿海地区

23℃左右。

11日夜间到12日白天,全省天气多云转阴,鲁西北和鲁中北部有降雨。最低气温:内陆地区14℃左右,沿海地区16℃左右。最高气温:鲁南地区23℃左右,其他地区20℃左右。

## 周日部分地区阵雨,气温有所下降

今天是世界卫生日,心理健康成沉重话题

# 五个成人就有一个有精神疾病

本报济南10月9日讯(记者 李钢) 9日,省精神卫生中心举行开放日活动,记者了解到,最新流行病学调查显示,我省18岁及以上人群精神障碍总患病率达19.48%,其中大部分需要心理干预或系统治疗。

省精神疾病患病率为19.48%(成年人)。”活动中,山东省精神卫生中心院长王汝展颇有感触地说,随着各种压力的增加,精神心理疾病患病率逐年上升,精神疾病已处于我国疾病总负担的首位。但大众对精神疾病还普遍存在偏见,不能正确应对心理问题、情感矛

盾,很多患者因没有及时就医和治疗,导致病情延误,甚至发生自杀、伤人等严重后果。

王汝展说,人们一谈到精神障碍,很多人往往想到那些流浪街头的重症病人,这其实是认识上的严重误区,虽然目前对精神疾病的发病原理还不是十分清楚,但精神疾病是

可防可治的。

当然,在众多的精神障碍中,重性精神疾病最为引人关注。目前,国际公认的重性精神疾病的患病率占总人口的1%,若以此推算,我省重性精神疾病患者有近百万人,然而目前我省登记的重性精神疾病患者大概在30万左右。

延伸阅读

### 有危险性才“强制”或耽误最佳治疗

本报济南10月9日讯(记者 李钢) 住院自愿原则被看做2013年5月1日起正式实施的精神卫生法的最大亮点。该法律规定,只有当患者出现伤害自身、危害他人安全等危险性行为时,才能实行“非自愿住院”。在肯定这一原则的好处同时,也有专家担心这一原则会使部分患者错过最佳治疗时机。

“有的患者虽然不符合危险标准,但是有实际治疗的需要,不让患者入院治疗,这可能会耽误患者的治疗。”省精神卫生中心一位精神卫生专家表示,对精神疾病来说,早期发现,早期治疗尤为重要,“早治疗可能不会发展成重症,更可能会避免那些伤害自身或危害他人的行为出现”。

对于如何才能早期识别精神病人,王汝展院长介绍,首先的表现是意志行为方面的问题,比如一个勤奋学生突然变得被动懒散。其次是情感与交流方面的问题,在亲情方面的交流会淡漠一些,父母体会不到孩子对他们的依恋性,和亲人的距离越来越疏离。第三是人在个性方面发生明显变化,例如性格的突然变化。

### 自杀老人七成多 是因精神问题

“一个60多岁的男性患者,有一天趁着老伴外出买菜,就在家上吊自杀。多亏他老伴回来及时,送到附近医院最终被抢救过来了。”省精神卫生中心老年病区主任医师赵玉萍说,这对老人的子女都在国外,属于空巢老人,想自杀的这位老人身体上没啥问题,经济条件也不错,却患有抑郁症,主要是退休后孤独等因素引起的。

而像这样的老年患者并不在少数。最新统计显示,自杀已成为我国第五位的死亡原因,尤其是65岁以上老年人自杀率呈现急剧升高趋势,大概75%以上的自杀老人在死前都确诊有精神疾病表现。

“造成老年人心理问题的原因非常复杂。”赵玉萍说,老无所养带来的恐惧,老无所依带来的寂寞,疾病缠身带来的痛苦等都可能引起老年人的心理问题,尤其是随着家庭结构的小型化,越来越多的老人独居,常年与子女分离,更容易使老年人出现抑郁等精神疾病症状。“而老年抑郁症患者的自杀风险相当高。”赵玉萍提醒说,尤其是男性老年人更为危险,这是因为相比女性,退休后的男性难以较好地融入家庭,可能会因空虚出现自杀倾向。统计显示,65岁以上男性自杀比例最高。

本报记者 李钢

## 精神疾病门诊老年人占了1/3

青岛市精神卫生中心老年患者一年增了三成

### 现状 老年精神疾病患者大幅增长

9日,记者从青岛市精神卫生中心获悉,据不完全统计,该院目前日均就诊人次,老年患者已经超过1/3,较去年增长约30%。

据了解,青岛市精神卫生中心老年病房成立于1999年底,是省内成立最早、规模最大的老年精神科病房。初建时只有54张床位,由于老年期各类精神疾病数量明显增长,2004年增设一个老年病房。如今老年一科和老年二科的床位数已增至280张,仍然供不应求。目前全省地级以上精神卫生医疗

机构有20余家,已经建立老年科病房的仅有3家。

青岛市精神卫生中心对近三年来接诊的老年患者所患病种进行了分析。从结果来看,2012年老年患者中,抑郁焦虑患者占20%,双相障碍患者占15%,精神分裂症患者占50%,痴呆患者占5%,失眠患者占5%,其他患者占5%。到了2014年,抑郁焦虑患者占35%,双相障碍患者占20%,精神分裂症患者占20%,痴呆患者占15%,失眠患者占5%,其他患者占5%。抑郁焦虑病人及痴呆患者比例明显增高。

### 困境 防治老人精神疾病主要靠医院

“我们这里一个病号一住就是40多年。”9日,省精神卫生中心主任医师刘炳伦向记者介绍了这样一个特殊的病例,“其实她早就达到了出院标准”。

刘炳伦口中的这个病例,是位女性,今年已经70多岁,“患者是济南人,患上躁狂性抑郁症,有伤人的倾向。”从“文革”时该患者就住进了当时的“省精神病医院”,如今,医院已改名为“省精神卫生中心”,但她仍在医院。

“其实,患者早就达到了出院的标准,老太太都能自己出

去买菜。”刘炳伦说,老人家里虽然有子女,但就是没有人管,都不愿意接回去,所以老人就一直住在医院。

而像这样无法出院的患者并不在少数。“我们这里大概有5%的病人联系不到监护人,有的可能确实没什么监护人了,有的可能就是没办法,有的干脆送到医院就不管了。”济南市精神卫生中心有关负责人在接受本报记者采访时说,防治老年人精神疾病现在主要依赖医疗机构,家庭在这方面意识还有较大欠缺。

### 析因 退休后调整不好易出问题

老年人患精神疾病的越来越多,青岛市精神卫生中心老年科主任郑占杰分析有以下原因:首先是离退休问题,这是人生一次重大变动,对心理冲击很大,特别对非自愿退休,业余爱好不广泛的人,如果不能及时调整,很容易导致抑郁;其次是家庭关系,遭遇配偶病重或者婆媳不和,也会引起情绪问题;三是经济问题,老年人自己的经济问题以及和子女的经济问题,都可能会困扰老人;第四是衰老和疾病,因为很多老人

患病后担心,给子女造成负担,自己在没有办法的情况下,心理负担就会加重;最后是空巢家庭的增多,独处的寂寞,生活的不便,对后辈的思念,这些情绪久而久之也会导致抑郁。

“因此子女要尽到关心老人的义务,这是预防老年人患上精神疾病的关键。”郑占杰说,子女应该尽量抽时间回去探望老人,了解老人的各种心理问题苗头,即使无法回去,也应该通过电话等方式,让老人感受到子女的关怀。

10月10日是世界卫生日,今年的主题是“心理健康、社会和谐”。而在心理健康上,老年人成为一个特别需要关心的群体,在青岛市精神卫生中心门诊,老年患者已经超过三分之一,而老年人的心理健康又常常被人们忽视。

本报记者 杨林 李钢



孤独是老年人精神疾病的一个诱因。

专家提醒

### 性格突变是精神疾病先兆

“子女等身边人留意老人的变化。”省精神卫生中心老年病区主任医师赵玉萍说,精神疾病是有一些征兆的,例如老人性格突然变化,原来非常活泼,一下子变得沉默寡言,或者原本沉默寡言突然变得话多了,或者脾气变得暴躁,性格变得多疑等,哪怕是睡眠习惯突然变化,都有可能是精神疾病的征兆。

“老人的一些变化,肯定是身边人最容易注意到的。”赵玉萍提醒,如果发现老人有这些心理问题征兆,最好带老人到专业医疗机构进行咨询、诊治。

而对于如何预防老年人的心理问题,赵玉萍建议,老年人首先应该丰富自己的生活,退休后最好培养自己的一些兴趣爱好,以便弥补突然退休后的空虚感,例如可以到老年大学学习,或者加入社区社团等。其次要适应社会,尤其是刚退休的老人。有些老人认为退休后,自己对社会没了用处,整天无所事事,很容易导致心理疾病的发生,因此生活中尽量培养积极情绪,力所能及地做些家务。