

世界精神卫生日专题

# 沟通理解关爱 心理和谐健康

## ——走进山东省精神卫生中心

策划:卢传华 撰稿:王汝展 付崇铭 赵攸文

10月10日是一年一度的世界精神卫生日,今年,我国精神卫生日活动的主题是“沟通理解关爱 心理和谐健康”。为了让广大读者了解精神卫生的基本知识,理解关爱精神疾病患者,促进大众心理和谐健康,日前,我们走进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。

### 什么是精神疾病

精神疾病,又称精神障碍。是指在各种生物学、心理学以及社会环境因素影响下人的大脑功能失调,导致认知、情感、意志和行为等精神活动出现不同程度障碍的疾病。不仅严重影响精神疾病患者及其家属的生活质量,同时也给社会带来沉重的负担和危害。

目前,我国正处于社会转型期,各种社会矛盾增多,竞争压力加大,人口和家庭结构变化明显,严重精神疾病患病率呈上升趋势。与此同时,儿童和青少年心理行为问题、老年性痴呆和抑郁、药品滥用、自杀和重大灾害后受灾人群心理危机等方面的问题也日益突出。精神疾病已成为全球疾病负担的重要因素,在我国疾病总负担的排名中超过了心脑血管、呼吸系统及恶性肿瘤等疾病居首位。世界卫生组织断言:21世纪将是精神卫生的世纪,人类已由“传染病时代”、“躯体病时代”,正无情地进入了“精神疾病时代”。

### 常见的精神疾病有哪些

精神疾病已发展成为常见病、多发病。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。10大类为:

- ◆器质性精神障碍。如老年期痴呆。
- ◆使用精神活性物质所致的精神和行为障碍。如酒精依赖综合征。
- ◆精神分裂症、分裂型障碍和妄想性障碍。
- ◆心境情感障碍。如抑郁症和躁狂症。
- ◆神经症性、应激相关的及躯体形式障碍。如焦虑症。
- ◆伴有生理紊乱及躯体因素的行为综合征。如失眠症。
- ◆成人人格与行为障碍。如偏执型人格障碍。
- ◆精神发育迟滞。即通常所说的智力低下。
- ◆心理发育障碍。如儿童孤独症。
- ◆童年与少年期的行为和情绪障碍。如注意缺陷多动障碍。

### 精神疾病有什么特点

- ◆精神疾病不是一种单一病
- ◆精神疾病分为10大类72小类近400种
- ◆精神疾病多为慢性病程,需要连续治疗
- ◆有些患者经常对治疗没有自知力,拒绝治疗,管理有一定难度,仍有患者被遗弃或长期关锁
- ◆重性精神病人有时在精神症状的支配下会做出危害自己或危害社会的行为
- ◆目前正规的治疗手段已经能使近80%的患者获得临床改善的结果
- ◆精神疾病防治的平均费用不高,获得的社会效益很大

### 我省精神疾病的患病情况很严重

我省面临的精神卫生形势亦相当严峻,精神卫生工作任务相当艰巨和繁重。根据2004年全省精神疾病流行病学抽样调查,我省18岁以上人群精神疾病总患病率为18.39%,其中精神分裂症为1.12%,抑郁症为5.46%,焦虑症为4.99%。按全省总人口9400万计算,我省有精神分裂症患者近100万人,其中有明显肇事肇祸行为倾向的患者近10万人;抑郁症患者513万,按国内公认的重症抑郁症患病率4.3%计算,我省约有重症抑郁症患者404万,国际公认的重症抑郁症病人中有10%的病人有严重的自杀倾向。由于精神疾病特别是精神分裂症等重性精神疾病具有发病年龄早、治愈率低、病程长

和致残率高等特点,很多病人既无经济来源,又无完整的家庭,据调查统计,目前只有20%左右到医院就医,其余80%流散于社会,得不到有效治疗。我省的精神卫生已成为导致城乡居民返贫致贫的主要原因之一,精神病人肇事肇祸现象频发,已严重影响人民群众的身体健康和生命财产安全,影响社会治安和稳定,成为建设平安山东、构建和谐社会的制约因素。

### 精神疾病可以预防治疗

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,三级预防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,不正确治疗或不规律服药,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。

### 精神疾病需要全社会共同理解关爱

精神疾病患者和躯体疾病患者一样,也是疾病的受害者,应得到人们的理解和帮助。

精神疾病患者的家庭对患者负有照料和监护责任,不仅不应该嫌弃、遗弃患者,还要积极帮助患者接受治疗,进行康复训练,担负起照料和监护责任。

社区不应歧视精神疾病患者,要创造条件帮助患者康复。

单位和学校应该理解、关心和接纳康复后的精神疾病患者,为他们提供适当的工作和学习条件。

精神残疾属于我国六类残疾中的一类,受



病房楼

《中华人民共和国残疾人保障法》的保护。精神残疾是指精神疾病经久未愈,患者的认知、情感和行为功能受到明显损害,影响其日常生活和社会参与。

对流浪乞讨人员中有危害他人生命安全或严重影响社会秩序和形象的精神疾病患者,应实施救治。

在农村和城市已经开展医疗救助工作或试点工作的地方,符合条件的精神疾病患者可以向民政部门申请医疗救助。

### 相关链接

#### ◆世界精神卫生日

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(World Psychiatric Association WPA)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。

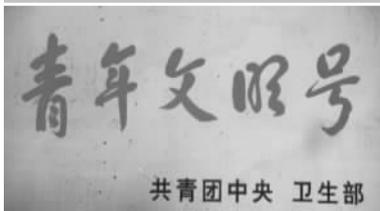
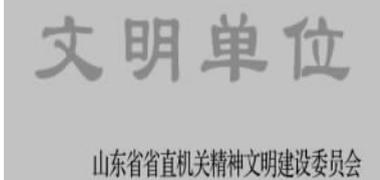
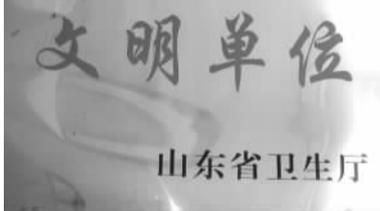
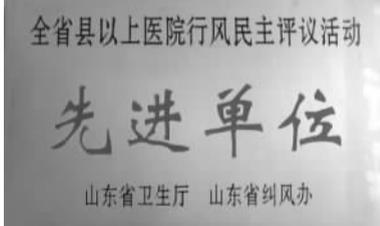
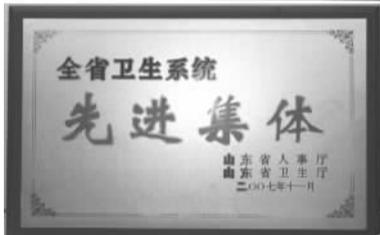
#### ◆山东省精神卫生中心

山东省精神卫生中心(原山东省精神病医院)是全省唯一的省级精神卫生专业机构,始建于建国初期,已有60年的历史,是山东大学、山东中医药大学教学医院,山东大学精神病学与精神卫生学硕士培养点,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,山东省药物滥用监测中心等机构均设在我院。承担着全省精神心理卫生的临床、教学、科研、康复、对外学术交流及基层专业技术人员培训任务。是全省新农合省级定点转诊医院和济南市首批医保定点医院。

中心临床科室齐全,技术力量雄厚。现设有临床医技科室20余个,开放病房14个,住院病床750余张。职工近500人,其中具有高级职称者近100人,临床医师大部分具有研究生学历。先后引进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、新型音乐治疗仪等大量先进的医疗设备和仪器,为快速、准确诊疗提供了可靠的保证。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、戒酒戒毒或网瘾和各种心理障碍患者。诊疗技术始终处于国内一流水平,是《中国精神障碍分类与诊断标准》(第三版)牵头制定单位。

中心始终坚持“以病人为中心,以质量为核心的服务理念,深入开展“两好一满意”活动,积极创建全国一流精神卫生专业机构,先后获得“省直文明单位”、“全省卫生系统先进集体”、“全省十佳诚信医院”、“全省医院行风民主评议活动文明单位”等荣誉称号。

### 荣誉榜



医院地址:济南市文化东路49号 邮编:250014 求医问药:0531-88933887 心理热线:0531-88942284 医院网址:www.sdmhc.com  
乘车路线:乘18、64、75、110、123、K59、K96、K107路公交车可达(因近期文化东路改造,请注意站点变化)。

### 专家门诊时间一览表

星期一	上午	包锡卿	张玉河	许桐道	曾涛	刘金同	原伟	翁正/韩春美/张玉河
	下午	杨晓东	唐茂芹	徐成敏	刘同洲	刘金同	刘炳伦	李宪伟
星期二	上午	戴郑生	曹秉玉	张天亮	赵贵芳	赵玉萍	郝维德	白录东
	下午	王松波	柴新生	李万顺	王爱祯	翟静	原伟	刘兰芬
星期三	上午	高春霓	唐茂芹	李宪伟	刘兰芬	郭传琴	刘炳伦	王善信
	下午	杨晓东/高春霓	唐济生	张天亮	谭明刚	冯永平/赵玉萍	郝维德	李万顺
星期四	上午	杨晓东	韩春美	张淑芹	刘同洲	张燕	刘兆玺	冯永平
	下午	高春霓	翁正	白录东	满昌华	翟静	徐春军	
星期五	上午	龚绍麟	柴新生	张秀平	谭明刚	冯永平	宋振铎	李菊生
	下午	王松波	曹秉玉	吴洪江	王善信	张成华	刘兆玺	

医院地址:济南市文化东路49号 邮编:250014 求医问药:0531-88933887 心理热线:0531-88942284 医院网址:www.sdmhc.com  
乘车路线:乘18、64、75、110、123、K59、K96、K107路公交车可达(因近期文化东路改造,请注意站点变化)。