

守护精神光芒 呵护心灵健康

市三医院升级为三级精神专科医院,全省地市仅3家

朱洁 何丽芳

核心提示

株洲市三医院是一所精神专科为主的市属非盈利性综合医院,担负着株洲地区精神病防治及基本医疗保健任务,是湖南省精神卫生医联体成员单位,株洲市中心医院医联体成员单位,株洲市精神疾病诊断与治疗质控中心、精神卫生中心、心理危机干预中心,以及株洲市精神病患者劳动能力鉴定、精神残疾和智力残疾等级鉴定定点医院。

坚守公益性,发展学科惠民生,经过多年的积累和攀登,该院在去年底成功通过三级精神专科医院评审。这是对该院在精神疾病防治技术、管理能力、服务质量等方面的充分肯定。本期健康周刊特报道该院在承担全市精神病防治等方面的工作,以及在精神、心理等学科的发展建设。



封闭病房的重症患者也能走出病房,到户外活动了。



温馨的病房环境。



开放病房集中活动。



集中阅读活动。



走进患者的内心。

坚守公益,勇挑重担

做株洲人心身健康的“守门员”

精神卫生是影响经济社会发展的重大公共卫生问题和社会问题。2009年,我国正式将精神卫生工作纳入公共卫生体系,作为株洲市精神卫生的领头羊,市三医院当

之无愧为全市精神病防治技术指导中心,肩负着市委市政府的重任,承担着株洲地区精神疾病的预防、治疗、康复任务等相关工作,成为全市人民身心健康的“守门员”。

肩挑全市精神卫生防治中心重任 建立精神卫生三级防控网络

2009年,我市精神卫生防治中心挂靠市三医院。在该院指导下,我市建立健全了精神卫生三级防治网络体系,加强了对基层专干的培训和重性精神疾病患者的管理、治疗和康复。经过几年的努力,我市严重精神障碍患者规范管理率、治疗率明显上升,各指标处于全省前列。

何?是否按时服药?生活状态怎样?

市三医院精神科专家、市精防办主任薛爱兰介绍,刘成就是通过该院培训的基层精神卫生防治专干。市精神卫生中心每年都会对基层专干、区县级管理人员进行培训。到目前为止,所有精神疾病防治管理专干均经过培训。他们在识别精神疾病、管理精神疾病患者等方面快速成长,掌握了防治知识,提高了管理能力,能为精神疾病患者提供优质服务。

心理危机干预能力 通过新冠疫情考验

心理危机干预工作,市三医院从不缺席重大事件。去年7月,我市遭遇历史罕见的暴雨洪灾,市三医院心理危机干预团队主动作为,迅速制定危机预案,并指导、督促灾情严重的醴陵、茶陵等地启动心理危机干预,以便随时为受灾地区群众提供危机干预。

2月初,应急心理危机干预专家团队进驻市新冠肺炎定点医院隔离病房。当时,确诊患者内心恐惧、抑郁,部分重症患者有放弃治疗的想法,而在一线连续奋战的工作人员,由于工作压力大、强度大、任务紧急,也承受着巨大心理压力。应急心理危机干预专家团队深入隔离病房,了解确诊患者心理状态,开展心理疏导与放松训练,为他们提供心理支持,让他们配合接受治疗。对一线工作人员开展放松训练,并通过微信、电话方式向他们介绍心理减压的方法,为有需要的人员提供心理支持,必要时开展心理咨询等服务。同时,这支团队还走进全市各集中隔离点处理隔离人群焦虑、反应过激等问题,走进机关、企业传播新冠知识、传授心理减压技术。

疫情期间,株洲未发生极端事件,复工复产有序进行。市三医院心理危机干预团队以极其专业的业务能力,通过了新冠疫情这场严苛的考验。

心理援助热线 700多个日夜的守护

2018年12月,我市首条为大众提供免费心理咨询的政府公益性心理援助热线“0731-22203333”正式开通。该热线依附株洲市三医院精神科资深专家、国家心理咨询师、国家心理治疗师等具有专业资质的医师,24小时为大众提供免费心理咨询。

将她抚养长大。早几年奶奶因病去世,爷爷现在又ICU病房抢救,而自己早两天感觉身体不适,检查出胰腺有肿块,加上离异又失业,她感到特别绝望。

取得信任后,曾媛香希望稳住她。循循善诱,专业引导,对方的情绪逐渐平复下来,自杀观念也渐渐减弱。最后,她向医生反复保证,绝不轻生。第二天,她又打来电话,表示自己已向相关部门及人员寻求帮助。“医生说的对,没有什么是不可能的。这个电话挽救了我的生命……”

热线开通以来,700多个日日夜夜心理专家团队安静的守护在热线的另一头,已为来电者提供家庭婚姻、恋爱与人际关系、工作学习和情绪困扰、精神疾病等方面的帮助,舒缓来电者情绪压力、解决心理困惑,为有自杀冲动的来电者提供即时干预降低自杀风险。特别是新冠疫情以来,来电寻求帮助的人急剧上升,热线今年已接到400余个来自全国的求助电话,为缓解疫情期间人们的负面情绪提供了巨大帮助。

专病专治,探索创新,理念革命

擦亮医院品牌 让更多患者回归社会

勇做“先行者”,开放式病房“休假式”治愈“心病”

彩电、空调、沙发、独立卫生间、书吧、茶吧、优雅的休闲娱乐室……市三医院的特色开放病房,温馨舒适,一改人们对精神专科封闭、恐怖、阴森的思维定势,为患者提供了“休假式”治愈“心病”的治疗和服务。

随着大众对心理疾病歧视、误解减少,以及对心理健康重视提高,近些年,轻性精神障碍患者(如焦虑症、抑郁症、强迫症)以及轻度心理问题就医人数大幅增长。针对这些变化和现实需求,市三医院勇做“先行者”,更新理念,探索创新,开设4个高端特色开放病房。

2012年,市三医院将原临床心身疾病科改成临床心理科,实行开放式管理模式。中医药治疗在精神心理疾病中发挥了重大作用;为更好服务患者,2014年,该院又成立以中西医结合治疗手段为特色的中西医结合科。儿童青少年属一个特殊群体,为了更好地保护

儿童青少年权益,2017年底,市三医院全新打造了更为高端的心身康复科。去年夏天,环境堪比星级酒店睡眠医学科,全新推出了家庭病房模式,受到省内外患者及家属青睐和高度评价,吸引了全省、全国相关医院的高度关注。

通过专科专治,开放式病房的发展和探索,对于轻症患者,株洲市三医院更加侧重从心理学的角度,寻找不良情绪及行为背后的原因;探索中西医药物结合,结合长期个体化心理和行为康复治疗,在帮助青春孩子稳定情绪、改善行为、重建亲子关系、缓解家庭矛盾、解决孩子叛逆、网络成瘾、厌学,以及焦虑、抑郁、睡眠障碍、人际交往等问题上,积累了大量成功案例。越来越多与心理因素密切相关的轻症患者,在这里得到专业治疗和支持,感受到理解和关爱,涅槃重生,回归社会。

吃药+心理+物理多元治疗,重症患者也能回归社会

开放病房的探索,也为传统病房的升级带来了治疗理念、专业水平、康复模式的巨变。

该院专家介绍,医院封闭病房的重症患者也早已走出病房,到户外锻炼,参加唱歌、跳舞、康复等活动;从前传统的封闭式病房+单纯的药物治疗模式,向开放病房、家庭病房+药物、心理、中西医结合、物理治疗的综合治疗模式,兼顾职业训练、工娱治疗的多元康复模式转变。

蔡阿姨女儿李某患精神分裂症10余年,经常耳闻人语、性格孤僻。大学毕业后,李某几乎不出家门,蔡阿姨曾带着她辗转在老家、省内外医院求医,却疗效不佳。后经人推荐来到市三医院就诊。该院医疗团队重新梳理了其女儿疾病的发展及诊治经过,最终确定药物+心理治疗+重复经颅磁刺激+现代无抽搐电休克的治疗方案,结合工娱治疗等康复手段,患者的幻觉得到有效控制。后期通过加强心理治疗,李某已能正

常生活,并回归单位。

据悉,经过精心治疗,即使是重症患者,其中的一部分也能成功回归社会。从市三医院封闭病房里走出的患者,就不乏回到工作岗位、考上大学甚至研究生的人。

发展学科,打造品牌,市三医院深知人才建设的重要性。近年,该院持续加大人才引进培养,鼓励精神专科、心理专科医生在学科研究、交叉学科探索等领域不断创新,委派骨干外出学习,聘请国内相关领域知名专家讲学,学科建设取得长足发展。目前,该院拥有相关领域专家43人。

为更好服务市民,下一步,市三医院还将整合区域资源,一以贯之加大人才培养和引进,创建株洲市心理咨询中心。届时,该院将进一步细化专业,针对儿童青少年心理较突出的问题,开设儿童多动症、儿童学习困难综合症、儿童孤独症等领域的治疗、康复训练。

给心灵一片天空 让精神沐浴阳光

