

努力打好世界发给你的一手牌

《原生家庭：如何弥补自己的性格缺陷》这本书，分为两部分内容，第一部分讲述的是不健康的家庭行为模式，又称为有毒家庭；第二部分讲述的是如何走出不健康的家庭关系，原谅父母的伤害。

作者通过现实生活中一些具有代表性的案例，以及相应的一些具体做法，让读者学习检视和察觉自我。

读完这本书，我想起最近很火的一部家庭伦理剧《都挺好》。剧中姚晨饰演的苏明玉被重男轻女的母亲处处打压，当她想寻求父亲的帮助时，面对暴君式高压掌控的妻子，软弱无能的父亲也只能做个旁观者，有时还助纣为虐，这使18岁的苏明玉被迫与这个苦难的原生家庭划清界限，而让人恨得牙痒痒的，就是名副其实的啃老族、妈宝男二儿子苏明成。这部剧的主旨就是，原生家庭欠你的，你总要自己拿回来。

掩卷沉思，我很有感触，因为我身边也有这样

的案例，听到过，也见到过，有操控型的父母，有不称职的父母，甚至有言语和身体虐待型的父母。

高中时，一个女同学，长得漂亮，人也聪明，可她给人的印象就是不学无术，课堂上睡觉，课下打群架，还早恋，甚至索要同学的钱物。大家对她都感到很惋惜，却不知道根源所在。后来，我偶然了解到，她的家庭生活很不幸，父母缺乏对她关爱，母亲专注照顾幼小的妹妹而忽略了她，父亲经常酗酒，不务正业，有时看她不顺眼便会打她出气。此时，我才知道，她身上经常青一块紫一块的，不光是自己打架造成的，还有自己至亲的人对她的伤害。

那时候，我不懂，只觉得她是个不爱学习，经常惹麻烦，甚至有些不自爱的女孩，而忽略了家庭生活带给她的影响。读过这本书后，我在想，如果当时懂一些心理知识的话，我可能会多少帮她一些，告诉她，当我们意识到自己的性格有缺

陷时，最应该做的就是，坦诚面对自己，寻求帮助，尽量走出这个误区，而不是一直让自己深陷其中。

日本推理小说天王东野圭吾说过，谁都想生在好人家，可无法选择父母，发给你什么样的牌，你就只能尽量打好它。我的理解是，尽管我们无法抹去过去承受的伤害，也无法扭转已经发生的事实，但我们可以能够在直面父母对我们做了什么之后，去认真思考，做些什么，努力减少原生家庭和父母对我们的影响。如果不能改变父母，那么就自己做些改变，重新界定自己，重新建立全新自信，实现自我价值，做一个更好的自己。

这本书，我理解得还不是很透彻，还在学习中，但是已经尝试着将学到的知识运用到工作和生活中，也收到一些效果。大家一起努力，好吗？改变原生家庭对我们的影响，努力打好世界发给我们的这手牌。（张彤）

抗疫中体会温情

疫情来得突然，来得猛烈，让刚刚参加工作3个月的我有些不知所措，但作为护士，我必须全力以赴，做好自己应该做的，也在做中体会到了各种温情。

温情在滋长。作为封闭病房，严格限制患者及家属外出，患者们的小零食不能按照以往那样到位，水果不能到位，家属探视不能到位，就连每周的外出活动也无法到位。患者们的渴求，大家深深地看在眼里，记在心里。护士长为此多次孤身一人，冒着可能被感染的风险，不辞辛苦，为患者带来水果，搬运零食，分发给患者们，值班护士也每天带领患者健步走、跳五行健康操，强身健体增强免疫力，还用平板电脑让患者和家属视频，加强患者与

家属之间沟通。

温情在传递。为了减少感染的几率，医院将护工、保洁师傅的工作暂停，由护理人员及康复科同事协同完成，每天的擦地、扫地、刷厕所、擦桌子等重体力劳动，让很多人腰酸背痛，患者们看着辛劳的医务人员，也纷纷加入劳动的行列，更加努力做好自己的管理，比以往更加配合治疗了，主动承包自己病房的卫生，不给别人添麻烦。患者的生活能力有了很好的锻炼，可谓一举两得。

虽然疫情仍在继续中，但温情在蔓延。相信，只要大家携手抗疫，一定会打赢抗疫阻击战。

（王世兰）



素描

郝铮作

“初试”交了满意答卷

9月1日，我上班的第一天，儿少精神科主任张旭静带我和两名一起入职的同事来到位于大楼平台的孤独症康复区，当时，我是手足无措的，因为这是一片未知领域，需要我去探索、去实践。我想，这几天，就算对我入职的初次考试吧。

打开门，是三张陌生的脸，张主任说：她们三个就是你们的前辈啦，并一一做了介绍，接下来，便开始了我的第一天，跟着三位老师上课，之所以称之为上课而不是看病开药查房什么的，是因为我所在的地方叫孤独症康复区，是专门为6岁以下的孤独症患者上康复训练课。之前在学校对于孤独症的学习非常有限，所以我对孤独症这个陌生的疾病充满了好奇。

那天，我第一次看到患儿不愿意配合训练，家长态度强硬地要求孩子继续训练时，觉得家长有点过分。比如，一个孩子为了逃避训练，故意躺在地，家长就拉着患儿的胳膊一下子把他拽了起来，患儿又开始哭闹不止。

就这个问题，我向带教老师做了请教。老师说，如果家长不强制患儿做训练，想歇会儿就歇会儿，

对于孤独症患儿的康复是有很大的影响的，强制训练的意义在于，让患儿具有规则性，而不是随心所欲想做什么就做什么。老师说的这些话，让我明白了一些孤独症训练基本理论知识。

我负责训练的第一个患儿，是一个可爱的小胖子。刚开始来的时候，他进教室就满屋子乱跑，毫无规则性可言。训练方案的第一项是走圈，结果，他哭闹得很厉害，两脚乱蹬，抗拒训练。

因为是个小胖子，所以，陪伴他的妈妈，一会儿就满头大汗了，而且气喘吁吁。我便和妈妈沟通，你休息一下，我来带他训练。当时我的心情很紧张，带着他走了四圈后，我也大汗淋漓了，白大褂里面的短袖衬衫已经湿透。

项目结束，看着他妈妈用感激的眼神看着我

的时候，我才感受到作为一名医生的价值，这种价值，是我从来没有体会过的。

我已经工作一个多月了，对很多训练项目也轻车熟路了。有时，他会盯着我看几秒，然后说一句“爷爷”，妈妈说，他见到男生只会说“爷爷”。但我当时很感动，觉得他仿佛在说，老师，我记得你。我在心底说，小胖子，我也会永远记得你。

至此，对我的“初试”，算是交了满意的答卷，我很高兴。我会把省六院当作自己的家，认真体验“家文化”，在大家庭中成长、发展，为患者提供优质服务，为医院建设添砖加瓦。（张开远）

弘扬抗疫精神 护佑心理健康



冀六醫院報

第11期
(总第175期)
2020年11月1日
星期日
庚子年九月十六
全国优秀院报

河北省精神卫生中心 河北省第六人民医院 主办 医院官网: www.hbs6yy.com 投稿邮箱: jlyybb@126.com

我院承办世界精神卫生日主题活动

【本报讯】10月10日是第29个世界精神卫生日，主题为“弘扬抗疫精神，护佑心理健康”。当天上午，在曲阳县石雕广场，省卫生健康委、市卫生健康委主办，我院与曲阳县卫生健康局承办了主题活动。

省卫生健康委副主任江建明、省卫生健康委疾控处处长邓军、我院院长刘波、市卫生健康委副主任马学军、曲阳县人民政府县长石志新出席启动仪式，曲阳县人民政府副县长徐路生主持。

江建明在致辞中指出，今年世界精神卫生日的主题是“弘扬抗疫精神，护佑心理健康”，目的是通过弘扬各地心理健康工作者在抗击疫情中表现出的民族精神，提高公众对心理健康的重视程度，广泛开展科普宣传和健康教育，号召全社会积极参与精神卫生工作，共同承担防治责任和任务，推动形成理解、接纳、关爱精神障碍患者的社会氛围，



保护公众心理健康，促进社会和谐稳定。

他强调，健康中国行动（2019—2030年）启动实施后，我省随之启动健康中国·河北行动（2019—2030年），其中心理健康促进行动是15

个专项行动之一。他说，希望通过普及心理健康知识，提升心理健康素养，努力使心理健康知识、行为和技能成为全省人民普遍具备的素质和能力，努力实现心理健康素养人人拥有，人人心理健康的健康目标。

启动仪式后，省精神卫生项目办公室组织了文艺表演和现场有奖答题，我院两名主持人主持了50道单项选择题的有奖答题，现场居民答对以后，获得了由省精神卫生项目办公室提供的腰包、雨伞、毛巾等奖品。

市卫生健康委组织全市10余家大医院联合开展了相关活动。活动现场，我院8位专家为当地近300名居民进行了心理健康义诊、健康咨询和健康知识宣教，发放免费药品3600余盒，价值97000余元，发放心理健康素养十条等宣传材料8000余册。（马克谨）

我院再次部署 秋冬季新冠肺炎疫情防控工作

【本报讯】为扎实做好秋冬季新冠肺炎疫情防控工作，守卫好精神疾病患者的健康安全，10月20日，我院召开了秋冬季新冠肺炎疫情防控工作再部署工作会议，院长刘波，副院长赵素银、张云淑出席，医院感染管理委员会全体委员，各临床科室、医技辅助科室和相关行政处室负责人、护士长参加。

会上，赵素银传达了10月17日我省秋冬季疫情防控视频会议精神和10月20日国家卫生健康委召开的秋冬季疫情防控视频会议精神。感染控制科主任郭艳娟对目前我院疫情防控工作存在的短板和薄弱环节进行了梳理。

刘波做总结讲话，对进一步落实好秋冬季疫情防控工作提出具体要求。

他说，我们必须做到六点，一是充分认识秋冬

季疫情防控工作的严峻性和重要性。二是落实三级预防，发挥预检分诊和门诊的“哨点”作用。三是缓冲病区工作人员进一步加强培训，提高警觉意识，警惕意识，做好防护。四是加强院感防控。五是做好医用耗材、药品、防护装备、消毒用品等储备工作。六是加强科普宣传教育，提高自己的知识水平，同时让患者和家属能理解、配合我们，争取把各项工作落实到位。

他强调，我们要大力弘扬抗疫精神，慎终如始，再接再厉，毫不松懈地抓紧、抓实、抓好各项防控措施，保持连续作战的优良作风，踏踏实实、严谨细致落实各项防控要求，为夺取抗击疫情决定性胜利作出我们应有的贡献。

（郭艳娟 贺宇宁）

贾海玲获国际注册多导睡眠技师资格证

【本报讯】日前，睡眠医学科主任贾海玲获得美国注册多导睡眠技术专家委员会认证并颁发的国际注册多导睡眠技师（RPSGT）资格证。据了解，这是我省首位获此国际资质的医务人员。

睡眠实验室技术是临床睡眠医师和睡眠技师必须掌握的专业技能，而在我国，以多导睡眠图为主的临床睡眠实验室技术已经成为趋势。

贾海玲考取了RPSGT资格证，由美国注册多导睡眠技术专家委员会考核认证，全球认可，代表睡眠监测技术领域最高水平。

美国注册多导睡眠技术专家委员会是一个独立的非盈利认证组织，为睡眠医学技师的认证设定了全球专业标准，旨在通过国际公认的认证帮助多导睡眠技师达到最高的专业 and 道德水准。目前，全球有国际认证多导睡眠技师2万余名，我国约300名。

贾海玲介绍，国际注册多导睡眠技师为全英文考试，极为严苛，对睡眠医学技术、医学安全、患者沟通、基本的病人护理、紧急情况处理、数学计算能力以及计算机技能都有很高的要求。

副院长张云淑说，贾海玲主任通过RPSGT考试认证，实现了精神科医师到医技复合型睡眠医生的转变，必将进一步提高睡眠医学科在全省睡眠监测领域的领先水平，促进我院睡眠障碍诊治水平的快速发展。（马克谨）

我院落实第三批国家组织药品集中采购和使用政策

【本报讯】按照省医疗保障局统一部署，自2020年11月1日零时起，第三批国家组织药品集中采购中选结果和配套政策正式在我院落地执行，同步执行医保支付标准。此举是继2019年7月和2020年4月两批次国家组织药品集中采购的第三批。

我省本次集中采购中选药品55种，我院签约集中采购11种药品，涉及糖尿病、精神疾病等多个治疗领域，全院平均降价幅度62.84%，最高降幅达到90.40%。

为保障患者能够尽早用上中选药品（均为通过国家一致性评价药品），享受国家惠民政策，药械科加紧组织完成对带量采购药品配送公司的资质审核，及时进货验收、入机上账等各项相关工作，确保带量采购药品按时在我院药房正式销售。

（陈彬）

序号	药品通用名	规格	包装	中选企业	中选价格 (元/片袋支)
1	奥氮平口服片	5mg	14	河北龙海药业有限公司	1.26
2	奥美拉唑肠溶胶囊	20mg	28	山东罗欣药业集团股份有限公司	0.20
3	多潘立酮片	10mg	30	华东医药(西安)博华制药有限公司	0.16
4	盐酸二甲双胍片	0.25g	120	河北天成药业股份有限公司	0.04
5	盐酸氟西汀胶囊	20mg	14	上海上药中西制药有限公司	2.92
6	富马酸喹硫平片	0.1g	30	苏州第壹制药有限公司	1.09
7	富马酸喹硫平片	25mg	28	湖南洞庭药业股份有限公司	0.39
8	氯氮平片	25mg	100	江苏恩华药业股份有限公司	0.02
9	盐酸舍曲林片	50mg	28	浙江京新药业股份有限公司	1.50
10	维生素B6片	10mg	90	东北制药集团沈阳第一制药有限公司	0.08
11	氢溴酸西酞普兰片	20mg	16	西南药业股份有限公司	2.47
12	右佐匹克隆片	3mg	14	上海上药中西制药有限公司	0.81

精神卫生专科护士临床实践

【本报讯】10月19日，2020年中华护理学会精神卫生专科护士3名学员来到我院，进行为期3周的临床实践培训。

今年6月，中华护理学会在全国范围内开展临床教学基地申报工作，共20个专业参加申报。经过综合评定，我院通过了中华护理学会审核，成为河北省唯一的精神专科护士京外临床教学建设基地。

我院承担着精神专科患者的护理、康复工作，在精神专科护理技术、带教数量、带教师资力量、专科设备与设施、专科护理特色、专科教学与科研等方面具有极强的精神专科培训能力和优势。

我院专门成立了由院长任组长、副院长任常务副组长的专科护士基地建设领导小组，为各项工作的开展奠定了有力的组织保障。我院将严格按照基地的要求制定培训计划，积极贯彻落实实践教学要求，采用多样化的教学形式，增设特色教学，严控培训质量，以期为全国各级医疗机构培养更多、更优秀的精神专科护理人才。

（马英丽）

我院举办住培生 研究生文献综述教学竞赛

【本报讯】为提升住培生、研究生文献综述写作水平，锻炼住培生、研究生演讲能力，做到临床专业技术与文章写作能力协同发展，我院举办了住培生、研究生文献综述教学竞赛。

10月20日，教学竞赛如期举行，分为综述写作和现场演讲两部分，综述写作环节，要求在院住培生、研究生每人上交一份综述文稿，经过专家评选，选出10份优秀综述文稿进入现场演讲环节。现场演讲环节，要求参赛选手根据撰写的综述内容进行演讲，10分钟内完成。

竞赛由副院长赵素银、张云淑、河北大学副教授程瑞雪担任评委。评比结果，董霞、贾宏学荣获一等奖，王闻慧、杨永海获二等奖，王琦、刘欣获三等奖。

赵素银说，文献综述教学竞赛的举办，营造了浓厚的科研氛围，相信，在一定程度上能够激发我院住培生、研究生的学术兴趣，提高学术水平，为今后的学术论文撰写和科学研究打好基础。

（贾宏学）

首期河北省心理援助热线咨询员暨师资培训班举办

【本报讯】10月15日至10月17日，首期河北省心理援助热线咨询员暨师资培训班在我院举办，来自全省各地市100余位学员参加学习培训。

开班仪式上，院长刘波讲话。他说，希望通过此次培训，更好地发挥心理援助热线的公益作用。他还提出五点希望，一是坚持公益职能，始终牢记初心使命，发挥公立医疗机构作用，为人民群众提供免费的心理咨询服务；二是坚持专业服务，努力提高心理问题识别和心理危机干预能力，运用专业的方法和技术，为求助者提供规范的情绪疏导、情感支持、危机干预等有针对性的服务；三是坚守伦理要求，遵守善行、责任、诚信、公正、尊重的职业伦理和职业精神，避免对求助者造成伤害，维护

其身心健康；四是坚守职业底线，严格划定心理热线服务与心理治疗的界限，对于存在严重心理问题和精神障碍的咨询人员，要合法地向有关部门通报信息，提供转介服务；五是坚定信心，及时向来电者宣传防控知识，宣传防控政策，传递有效信息，消除群众的恐慌和焦虑。

培训课上，副院长张云淑等专家为学员们讲授了热线实操模拟及督导、疫情下武汉“心连心”心理热线工作经验及体会、心理援助热线中困难来电的处理、心理工作者的自我疗愈、心理援助热线中短程CBT干预的应用和心理援助热线工作要点及服务技巧等课程。

（马克谨）



10月14日，我院成为上海市精神心理疾病临床医学研究中心（SCRC-MH）成员单位，党委书记栗克清参加在线揭牌仪式暨工作会议。作为成员单位，我院可以参与上海市精神心理疾病临床医学研究中心发起的科研项目，也可以自主发起科研项目，邀请其他成员单位参加。

（陈彬）

10月17日，心理保健中心主任徐涛，为河北大学基础医学院200多名学生做了心理健康讲座，主题是“迎接‘心’挑战，拥抱新生活”，还在提问环节对个别有疑惑的同学进行了针对性的解答。

（杨思琪）

10月20日，河北省第七期精神科专科护士培训班在我院顺利开班，共有省内学员32名。省护理学会理事长赵莉、我院院长刘波到会并讲话，我院副院长赵素银、省护理学会精神科护理专业委员会主任委员刘杰出席。开班仪式由护理部副主任张贤峰主持。

（吴宇飞）

为营造尊老、敬老、爱老、助老的良好氛围，引导老同志在新时代发挥正能量、作出新贡献，增强老同志的参与感和幸福感，重阳节来临之际，我

院开展了“情暖重阳·爱在金秋”系列活动。离退休老干部座谈会上，工会主席赵素银代表院党委及全院干部职工向退休的老同志表示衷心感谢。座谈会后，工会组织开展了趣味游戏活动，为积极参加活动的老同志发放了纪念品。

（毛焱）

为激发广大干部职工爱国报国情怀，增强职工的凝聚力和归属感，引导职工立足岗位，建功立业，10月27日—28日，我院组织干部职工先后到顺平白银塔、正定塔元庄等地开展以“铭记初心 筑梦前行”为主题的秋游活动参观了省级爱国主义教育基地顺平白银塔、白求恩学校学子遇难遗址和塔元庄文化长廊、历史文化墙、村史馆等。

（毛焱）

10月27日，心理保健中心主任徐涛应邀来到保定市2020年度365百姓故事汇群众宣讲活动现场，讲述自己难忘的逆行抗疫经历。此次活动的主题为“全面小康 奋斗有我”，由市委宣传部主办，市广播电视台等承办。

（马克谨）

疫情防控需要，我院住院病区采取封闭式管理，为患者缓解焦虑，安心住院，并感受到医院在努力帮助他们，10月29日，心理保健中心主任徐涛为综合科的住院患者进行了团体心理治疗，先后组织患者参加了滚雪球、天生我才、人生五样等心理游戏，并做了解读。

（杨思琪）



预约诊疗
业务咨询
信息联络
互动交流

请扫描二维码
关注医院微信
公众账号：
河北省精神卫生中心

开心工程
免费咨询
心理咨询站

第一站：
保钞职工医院一楼
“开心工程”进社
区示范点
时间：每周四下午。

第二站：
秀兰尚城小区物业
公司二楼“开心工
程”进社区示范点
时间：每周三下午。

第三站：暂停。

第四站：
兴华苑社区三楼会
议室“开心工程”
进社区示范点
时间：每月的5日、
15日、25日，如遇
节假日，顺延至下
一个工作日。

第五站：
博鑫社区二楼心理
室“开心工程”进
社区示范点
时间：每周五下午。

第六站：
康泽园社区居委会
活动室“开心工程”
进社区示范点
时间：每周二下午。

第七站：
阳光苑B区院内江
东社区居委会二
楼“开心工程”进
社区示范点
时间：每周二下午。

第八站：
长城家园社区卫生
服务中心二楼“开
心工程”进社区示
范点
时间：每周五下午。

第九站：
城市美地社区服务
中心二楼心理辅
导站进社区示范点
时间：每周四下午
工作时间。

一版责任编辑：
崔彦龙
二版责任编辑：
王宝军
三版责任编辑：
赵向辉 宋和平
四版责任编辑：
马克谨



保定女子身患精神疾病 仨孩子与奶奶相依为命

女子成为“解锁工程”免费救治的第164位患者

燕都融媒体记者 李连成 通讯员 赵向辉 文/图

易县女子王平（化名）身患精神疾病多年，因家中贫困一直未进行医治。3年前，王平丈夫在翻盖房屋时从屋顶摔下不幸离世，自此王平病情加重，整日卧床屋中，生活不能自理，留下3个孩子与奶奶相依为命。河北省第六人民医院（以下简称省六院）得知情况并进行家访后，决定将其纳入“解锁工程”，免费为其医治，她也是“解锁工程”救治的第164位患者。8月25日，记者跟随医务人员一起来到保定市易县狼牙山镇鱼坨村王平家中，顺利将其接到省六院接受治疗。



丈夫不幸离世，仨孩子与奶奶相依为命

25日8时，记者随省六院医务人员出发，驱车1小时30分钟来到易县狼牙山镇鱼坨村。

鱼坨村是一个小山村，全村只有40余户共100多人，王平家就建在半山腰上。从院子外面看，王平家的一排平房还算崭新。3年前，正是在翻盖这排新房时，王平的丈夫从屋檐上摔落后不幸离世。丈夫死后，本就精神不太正常的王平病情加重了，常年卧床屋中，生活也无法自理，只能由74岁的婆婆照顾她和孩子们。

王平和丈夫生有3个孩子，大儿子今年13岁，

二女儿7岁，小女儿刚4岁。王平的婆婆跟记者和医务人员一行人讲她们家的事时，一边说一边掉眼泪，两个孙女天真无邪地围在奶奶身边嬉闹，大儿子则坐在屋里沉默着。

记者从狼牙山镇政府工作人员处了解到，王平是2005年左右走失到易县狼牙山镇的，当时精神就不太正常，但是与丈夫结婚后因为家庭贫困一直没有医治。听口音，王平不是本地人。几年前，当地派出所和王平婆婆都曾试图寻找王平家人，但是多年来一直没有消息。

这几年，狼牙山镇政府的鱼坨村包村干部李怀月和鱼坨村村书记刘德虎等人一直很照顾王平一家子，这让王平的婆婆很感激，“真的是特别关心我们，都是好心人啊！”同时，政府也将王平一家列入了低保，其中两个孩子还有额外补助，并且学费全免，一家人的温饱没有问题。

希望儿媳的病可以治好，自己不能带孙子孙女一辈子

记者和医务人员一行人来到王平的屋子时，她正盖着一床被子蜷缩在由几块木板拼成的床上。屋子里空荡荡，除了那张床只剩下摆在地上的两个空碗。王平的婆婆说，前段时间，王平有将近一个月没怎么吃东西，喂她她就骂人，结果瘦得皮包骨，最近稍微好点了，每天能正常吃两顿饭。

看到有陌生人进来，王平的眼神刻意回避，当医务人员试图接近时，她情绪突然激动起来。经过王策和马欣两位医务人员的耐心相劝，王平逐渐冷静下来。医务人员在采取简单的约束措施后，带着王平走上了救护车。

王平的婆婆抹着眼泪对医务人员说：“我今

年已经74岁了，就希望能把儿媳的病瞧好，因为孙子孙女还小，我不能带他们一辈子。如果自己哪天去世了，留下这几个孩子真不知道该怎么办。”医务人员告诉王平的婆婆，省六院将免费为其治疗，后续也会定期回访。但病人回家以后，家中要有专人照顾她一段时间，并让她按时服药。

随后，救护车返程。路上，王平坐在车里很安静，医务人员给她一瓶水，她喝了几口后要递给婆婆喝，这让在场的医务人员很感动。当日12时左右，救护车顺利抵达省六院。医务人员介绍称，因为目前仍处于疫情防控状态，所以要将王平暂时安置在缓冲病区，并马上为她进行核酸检测，一旦检测结果没有问题就将她转到普通病区接受治疗，相信王平经过一段时间的治疗后病情一定有所好转。

据悉，王平是“解锁工程”救助的第164位患者。“解锁工程”是省六院于2008年联合燕赵都市报启动的一项针对重症精神疾病患者的公益项目，旨在为那些被长期限制人身自由的精神疾病患者提供免费治疗，以恢复其生命尊严。该院曾因此获本报“感动河北”群体奖。

（原载2020年8月29日《燕赵都市报》）



为什么患者有抑郁症状，却不能服用抗抑郁剂？

在双相情感障碍的大家族中，双相抑郁一直是精神科临床医生在选择治疗方案时需要特别关注的一个分类。

正确区分单纯抑郁与双相抑郁，对患者治疗效果尤为重要。

有专家进行一项回顾性研究，纳入405例双相障碍患者，比较不同治疗方式患者的自杀风险。结果显示，双相患者使用抗抑郁药物治疗的自杀风险显著高于心境稳定剂单药治疗，所以盲目的使用抗抑郁药物是双相抑郁患者自杀的重要危险因素。

如果一位患者出现抑郁症状，仅从字面上理解，服用抗抑郁剂无可厚非。但有些医者可能仅从书本上学习过抑郁障碍的临床表现，就为一个抑郁患者开出抗抑郁剂来治疗，而没有深入了解患者既往性格及是否有过躁狂发作史。如此，在治疗初期可能起效很快，但未知的风险也会随之而来。经研究证实，抗抑郁剂尤其环类药物治疗双相抑郁时引起躁狂发作的机率很高，且抗抑郁剂对双相抑郁发作预防作用不如心境稳定剂。

所以，具有如下特征的患者，原则上禁用抗

抑郁剂。

- 1、躁狂或抑郁伴混合特征者，不得辅助使用抗抑郁剂治疗；
- 2、快速循环发作或心境极度不稳定者，应禁止使用抗抑郁剂治疗；
- 3、一级亲属有确切的双相障碍病史者，原则上不要使用抗抑郁剂治疗；
- 4、既往使用抗抑郁剂有过诱发转相（包括轻

躁狂、躁狂或混合发作）者，一般不再考虑使用抗抑郁剂；

5、临床精神科医师认为应禁用的其他情况，如抗抑郁剂过敏。

可能我们所讲的内容过于专业，如果作为一名患者，建议您可以去具有一定资质的医院寻求医生的帮助，长期的随访是病情稳定的基础。

（毕皓推荐）



为缓解患者的住院焦虑，改善节日饮食，让患者过一个温暖的重阳节，节日来临之际，老年精神一科护理人员提前征求长期住院老年患者的意见，好几位老人提到想喝一碗热乎乎的八宝粥，10月23日，护理人员便自己花钱准备食材，包括红豆、大米、红薯、麻山药等，熬制了一锅爱心杂粮粥。当护理人员将粥端给老年患者面前时，一位经常食欲不振的阿姨说：“太谢谢你们了，这是一碗爱心粥啊，看着这粥，感觉像我自己在家熬的一样，我一定吃完它。”

边慧晶 摄