

产后还要关注心理 抑郁纳入普筛

及时发现高危人群,以期做到早期诊断

产后抑郁症如今已成为日常生活中比较常见的一种疾病,易发生又容易被忽视。人们往往把产妇生产后出现的情绪异常归结为娇气、敏感、多虑,同时产后抑郁本身的识别率和就诊率也处于较低的水平。记者从无锡市妇幼保健院获悉,今年6月下旬开始,该院产后门诊将产后抑郁纳入普筛范围,以往难以发现的具有抑郁、焦虑倾向的产妇,可以通过初评筛查出高危人群,从而进一步诊断,实现了早期筛查、早期诊断。

产后还要关注心理

无锡市妇幼保健院围产保健科主任医师冯亚玲介绍,以往产后门诊更多关注的是对产妇的身体检查,开展产后抑郁普筛以来,每一位产后来看门诊的妈妈还会填写一份爱丁堡产后抑郁量表。这是一种易操作的心理量表,是一种有效的测评工具,可以帮助医生识别产妇出院后的情绪适应状况。问卷包括10个条目,分别涉及心境、乐趣、自责、抑郁、恐惧、失眠、应付能力、悲伤、哭泣和自伤等。

产后妇女是情绪心理问题的特殊重点人群,女性在整个孕期经历了激素变化最大的阶段,是焦虑、抑郁情绪容易好发的时期。“以前没有产后抑郁的普筛,有焦虑、抑郁倾向的病人我们往往难以发现。”冯亚玲说,以往通常当病人主动开口告诉医生她们有情绪问题时,医生才会给予相应

的心理疏导,进而转到心理门诊进行治疗。但是和身体不适不同,一般很少患者会主动袒露个人的心理状态,她们或觉得情绪不好可以自己慢慢消化,或不好意思求助于专业医生,因此造成无法得到及时诊断及治疗。

自开展产后抑郁普筛以来,医生发现不少出院后的产妇量表测评分数较高,作为心理状况评估的参考,对于有抑郁倾向的产妇,医生会与其沟通进行复评,通过交谈、咨询、临床表现等综合判断。市妇幼心理治疗室医生蒋敏慧介绍,通常量表结果大于13分,会认为产妇有抑郁的倾向或趋势,医生根据病史、当前症状做综合评估,如果确定在心理咨询范围内,就给予相应的疏导和建议。对于达到抑郁症等疾病诊断的患者,就会建议转诊到市精卫中心做进一步治疗。

出汗、便秘,可能是孕期的心生疾病

除了产后抑郁,妇女怀孕期间的心理问题也是冯亚玲关注的重点。孕妇小张自从怀孕后,心情就很忐忑,情绪波动的厉害,看事情的角度都变了,吃不好睡不好。她整个人很消瘦,情绪低落,但是并没有明显抑郁的症状。冯亚玲对她进行了心理量表评估。结果显示,90项症状清单中,人际关系敏感、抑郁、交流和敌对都是中度评分,抑郁自评量表评估存在中度抑郁症状,焦虑自评量表评估存在轻度焦虑症状。针对她的情况,医生采取了心理疏导与产检一并进行的方法。

“在产检门诊中,我通过沟通,会发现孕妇的一些心理变化。我总是会让孕妇‘说出来’,尽可能地让她们诉说心中的想法。同时,让孕妇的家属

多陪伴,不让她们感到孤单,打开心扉。如果情况比较严重,那除了‘话疗’,还要附上抗抑郁的药物进行治疗。”冯亚玲说,值得关注的是,有不少孕妇的焦虑情绪,不是直接表现为心情上,而是会出现一系列躯体症状,如尿频、出汗、便秘等,因为这些小毛病,她们会反复跑医院做检查,最后查下来却没什么问题。其实这就是所谓的心生疾病,需要心理医生慢慢疏导,解开了心结,躯体症状自然就好了。

专家表示,家人亲属的关怀是防止孕产期抑郁发生的有效手段,一旦发现孕产妇有悲伤、沮丧、哭泣、易激惹等情绪请及时就医,寻求最专业的帮助。

(蓝田 张佳琳)

儿童镇静门诊推进舒适化诊疗

“妈妈,我害怕”“妈妈,我怕疼”“妈妈,不要离开我”……家长带孩子到医院看病,这些可能是小朋友最常说的话。面对孩子的哭叫喊闹,家长也常常无所适从,让孩子安安静静做完检查并不是一件容易的事。为适应现代医疗模式的发展,推进舒适化诊疗,近日,市儿童医院麻醉科开设镇静门诊,力求宝宝在舒适、无痛的情况下接受各项检查。

由于儿童依从性差,身心未完全发育,无法像成年人一样配合检查、治疗。这不仅让家长烦心,还导致医疗资源的虚耗。据了解,镇静门诊主要针对需要做核磁共振、心电图、肺功能、脑电图、螺旋CT等各项检查的宝宝进行检查前镇静治疗。镇静的方式有多种,目前市儿童医院开展的镇静方式以口服为主。麻醉医生会根据宝宝身体状况以及既往史进行评估,

选择对宝宝最有效、最精准、最安全的方式进行镇静治疗,力求宝宝在舒适、无痛的情况下接受各项检查。

应用镇静治疗完成各项检查后,镇静恢复区有专人对宝宝的各项身体指标进行观察直至其苏醒,待各项指标恢复正常后,宝宝即可回家或返回病房。门诊镇静治疗的常见不良事件为恶心呕吐、返流误吸、呼吸抑制、躁动和苏醒延迟,小月龄儿尤其是早产儿、有呼吸系统、神经系统疾病以及先天性心脏病等因素可能是儿童发生门诊镇静不良事件的诱因。市儿童医院镇静门诊配备有经验丰富的麻醉医生和训练有素的医护人员,能根据宝宝身体状况量身定制个性化镇静治疗方案,可以提高儿童各项检查的舒适性和成功率,保障其身体及心理健康。

(蓝田)



13日,百盛中国“捐一元 献爱心 送营养”全国募捐第12年再起航。(小吉 摄)

颈椎腰椎不适 一查竟是强直性脊柱炎

无锡有位善用藤类的治“痹”高手,对付强脊炎、痛风有绝招

老是感到颈腰椎不适,去了多家医院都说颈腰椎有问题,但在易可中医院却查出是强直性脊柱炎。该院创始人之一、上海中医药大学硕导谭德福教授说,强直性脊柱炎、类风湿关节炎、痛风等

骨科疾病中医称为痹证,因感受风寒湿热之邪引起的以肢体关节疼痛、麻木及活动障碍,甚或关节肿大变形。在治疗痹证领域,经过临床近40年的研究与总结,谭德福有着独到的方法。

颈椎腰椎不适,却查出强直性脊柱炎

马先生今年32岁,近1年来,他老是感到从颈椎开始,后背到腰部都不舒服,开始还没在意,但是慢慢的家人发现他驼背了,而且脖子像乌龟一样向前伸,特别难看,他才开始重视起来。看了很多地方,拍片显示腰椎有问题,

一直按照腰椎病治疗。谭德福接诊后,他表示,如果是腰椎问题,年轻人的背不会这么驼。谭德福为马先生做了体格检查,和相关的生化检查、影像学检查,最终确诊他为强直性脊柱炎。

强直性脊柱炎、类风关、痛风等都称痹证

谭德福说,骨科中有一类疾病是痹证,治疗起来和传统的骨科治疗有很大的不同。这类疾病西医最常见的治疗就是激素和止痛药,但激素和止痛药都有很大弊端,用的时间长了会有依赖作用,效果越来越差,而谭德福

运用中药内服,结合四肢熏蒸,针对性的高频电火花,对这类疾病效果特别好。痛风患者刘先生2年前慕名找过谭德福治痛风,急性发作时进行刺络放血、贴痛风贴,之后服用痛风茶,避免了吃止痛药。

中医独到方法对付痹证

中医功底深厚的谭德福早在20多年前就对痹证治疗颇感兴趣,谭德福善用藤类中药,他说伸展的藤类中药好比人的四肢,可以疏解经络,又是天然的,用起来相当安全。在上世纪70年代初,当时市场上还没有藤类中药雷公藤供应时,由于治疗要用,他便和同事一起去外地农村采挖、购买,才满足了临床急需。

谭德福独创的五藤汤加减治疗类风湿关节炎在临床上受

到好评,他专门开设了专科治疗类风湿性关节炎,在临床上使用经典基础方,进行辨证施治,逐渐取胜,在临床用药中,以枝藤类舒筋通络,辅以虫类走窜搜剔最为常用。如今易可中医医院有了较多中医治疗方法,如高频电火花、筋膜刀等全新技术,配合治疗后事半功倍。

8月17日周六上午,谭德福为强直性脊柱炎、类风湿关节炎、痛风等患者提供咨询,请提前预约。

(江南)