

个性化精准干预 守护精神心理健康

在快节奏的现代生活中,人们面临着来自各方的压力。焦虑、易怒、妄想、抑郁等精神与心理问题日益凸显,成为不可忽视的社会议题。本期无锡名医团《医见》栏目,邀请到了无锡市精神卫生中心临床心理科副主任(主持工作)王军、普通精神科副主任(主持工作)田霖、精神康复科主任助理何小燕。三位专家为我们剖析了当下人们精神和心理困境的成因、应对方法以及对精神心理精准治疗未来发展的展望。

不同年龄段心理问题各异 警惕“躯体化症状”

“各个年龄阶段的人群都可能出现各种各样的心理问题,比较普遍性的问题有焦虑、抑郁、失眠等。”王军表示,除了这些普遍的心理问题,不同年龄阶段还可能出现一些更为典型的心理困扰,比如儿童期可能出现注意力缺陷、多动、品行问题等;青少年时期可能面临人际交往困难、成瘾行为问题等;成年人可能遇到职业倦怠、婚姻危机等;老年人则常常面临认知退化、躯体健康问题等。

“另外,还有一种在精神医学中被称为‘躯体化症状’的现象,尤其需要引起注意。”王军解释,躯体化症状可以理解为通过躯体不适症状表现出的心理问题,其表现形式多种多样,可能表现为疼痛、胃肠问题、心血管症状、呼吸问题,甚至神经系统症状,然而患者去医院检查时,往往无法找到明确的病理依据,这表明患者可能存在表现为躯体不适症状的心理困扰。

王军认为,虽然心理问题通常是可逆的,但如果未得到及时识别和干预,可能会逐渐



发展为更严重的精神疾病。个性化治疗对于心理疾病患者的治疗非常必要,即使诊断相同,不同个体的症状特征、严重程度、疾病诱因、性格基础和家庭环境等方面都可能千差万别,因此每个患者的心理干预方案都需要量身定制。

精神疾病多表现为情绪、行为异常 个性化精准治疗让疾病“向好”发展

少,兴趣爱好消失,或者出现不寻常的行为模式;还有一些人的睡眠模式突然改变,如失眠或过度睡眠等,这些都可能是精神状态出现问题的信号。如果发现这些变化持续存在,并且影响到他们的日常生活和工作,可能需要寻求专业的帮助。在精神疾病治疗领域,“个体化精准干预”首先需要对患者进行全面的评估,根据评估结果,制定个性化的治疗计划。同时,治疗过程中需要定期评估治疗效果,并根据患者的反应调整治

疗方案。

田霖认为,在精准治疗中,药物基因组学和血药浓度的监测也非常重要。药物基因组学可以通过分析患者的基因型,预测其对某些药物的反应,帮助选择最适合的药物和剂量。血药浓度的监测则可以确保药物在体内的浓度保持在有效且安全的范围内,避免药物浓度过高或过低导致的不良反应或治疗无效。



能,实现独立生活;对有工作需求的患者,可以开展住院定岗职业康复训练、综合性支持性就业训练等,帮助其重返工作岗位。

患者重返工作和学习 离不开个性化康复治疗

“精神疾病具有复杂性和多样性,除了精神症状之外,患病后的意志行为减退、认知功能损伤、社交能力下降等功能方面的问题是导致患者因病致残、因病致贫的主要原因。”何小燕表示,精神康复治疗主要是针对患者的功能进行训练和康复,帮助他们提升整体功能,重返社会。

精神康复治疗的内容非

常丰富,针对患者的需求可制定个性化康复治疗方

“太湖人才计划”医学专家团队 赋能区域整体诊疗水平

“自从引进‘太湖人才计划’专家团队以来,我们医院在科研和临床转化方面都取得了一定的成绩。”王军表示,在北京大学第六医院岳伟华教授及其团队成员的悉心指导下,市精神卫生中心科研团队的整体科研能力都有较大提升,获得了一些科研立项,

也发表了一些有影响力的论文,并展示出转化为可供临床实践使用的工具的潜力。

近年来,岳伟华教授牵头开展了一项全国多中心的、有关帕罗西汀治疗焦虑和抑郁障碍的精准医疗项目,无锡市精神卫生中心是主力参与单位之一,通过该项目,“太湖人

才计划”医学专家团队制定了更加适合国人的帕罗西汀建议治疗剂量。目前,医院还有数项具有临床转化潜力的研究正在推进中。期望借助“太湖人才计划”医学专家团队的力量,能够进一步深化两家医院在专科建设、人才培养、运营管理等方面的合作,取得更丰硕的成果,为无锡百姓的健康福祉贡献力量。(葛惠)

营养干预,特殊食谱制定, 生长发育监测 市儿童医院 营养咨询门诊 正式开诊

孩子肥胖,找不到合理规范的减肥方法;孩子挑食,营养跟不上,个头上不去,愁坏了家长;孩子患上慢性病,病期饮食不知如何调整……在无锡市儿童医院内分泌及肥胖专家门诊,经常会碰到家长有各种各样关于营养咨询的需求。为了能及时对孩子进行营养干预及治疗,进行合理膳食指导,无锡市儿童医院专门开设了“营养咨询门诊”。该门诊已于12月12日正式开诊,为每位前来咨询的孩子提供个性化的营养咨询,助力宝宝“营”在起跑线。

据了解,营养咨询门诊主要面对0-18岁儿童群体,通过对肥胖儿童、身材矮小儿童、特殊疾病患儿进行营养风险筛查、膳食指导、特殊膳食食谱制定等工作,选择适宜的行为干预模式及营养制剂,达到辅助临床、辅助治疗的效果。

前不久,医院内分泌科门诊来了一位“小胖子”。12周岁的他体重已经达到85公斤,家长想给孩子减肥,又怕正在长身体的孩子缺乏必要的营养素,在运动上面也没有规范的咨询。如何合理规划孩子的营养膳食和运动成了家长的“头疼事”。“根据孩子生长发育监测及评估,可给出个性化治疗方案。”市儿童医院营养科主任、内分泌科主任助理蒋莉告诉记者,通过综合评估,发现孩子因肥胖已经出现了血糖、血脂偏高的情况,但是又没有达到用药的地步。针对这种情况,可以通过生活干预的方式进行治疗。首先,蒋莉针对患儿情况定制了一个带量食谱,对每顿饭菜的克数都进行标注。另外,运动方面是做有氧运动还是抗阻运动,运动强度多少等,都会对家长进行说明。“三个月后复查,孩子体重已经降低十几公斤,精神及身体状态良好。”蒋莉说,以后这类患儿就可以直接预约挂号营养咨询门诊。除此之外,一些患慢性肾病、糖尿病、白血病、癫痫的儿童,待疾病治疗后也可以直接前来营养咨询门诊专门定制特殊食谱。

记者了解到,有需求的家长可以在微信、支付宝客户端搜索“无锡市儿童医院”小程序或微信搜索“无锡市儿童医院”服务号,通过“预约挂号”进入“儿童内分泌科”,点击周四的“营养咨询”专科门诊进行预约挂号。

(葛惠)

