

# 省平山医院开展农场康复等特色治疗 康复治疗助精神病患回归社会

■ 本报记者 易建阳

春到五指山城,阳光和煦。十几名身着病号服的精神病患者,有的给菜园拔草,有的在给蔬菜浇水,医生在一旁不时加以指导。这是记者近日在海南省平山医院精神病患者康复农场看到的场景。

据介绍,自去年成立院内精神康复部并建立医院康复农场后,海南省平山医院每天都有200-300名住院病人参与户内外康复治疗,治疗效果显著。截至目前,该院已有百余名长期住院精神病患者各项社会与生活功能得到康复,并已陆续回归家庭及社会。

## 户外劳动:打破患者“集体关锁”管理

“医院有两处这样的康复农场,占地约4亩。患者在医生的指导下,从事播种、施肥、除草以及浇水等农活,一些患者还学养猪、养鸡。”省平山医院康复部主任李经缙告诉记者,他曾多次到北京、浙江、广东等地精神病专科医院,学习国内“集体关锁”的传统管理模式,让患者走出病房,参与保洁、购物、干农活等工作,锻炼患者适应社会能力,帮助患者日后可以更好地回归社会。

对精神病患者开展农场康复治疗,海南省平山医院走在全省前列。该院地



省平山医院精神病患者在该院康复农场干农活。 易建阳 摄

处五指山市,是一所二级精神病专科医院,是海南中南部地区精神卫生防治中心,占地70多亩,医院从资金和用地上都具备建康复农场条件。

海南省平山医院副院长陈大球表示,医院现有住院病人约500人,让患者参与室内及户外康复治疗,打破了精神病患者院内“集体关锁”的传统管理模式,促进医疗康复模式的改变,提高了治疗效果。

记者在医院采访时看到,该院随处可见精神病患者的身影,有的正在做广播体操,有的在清扫落叶。患者符某今年37岁,有近20年的精神病史。去年,他被送到医院时,总是蹲在病房的角落里,沉默寡言,有时情绪暴躁。医生带他到康复农场,刚开始什么也不会做,站在那里发呆。经过治疗,符某现在一走进康复农场,就会主动干一些简单的农活,性格也变得开朗。

## 室内康复:特色治疗让患者找回自信

据悉,作为精神卫生防治体系的重要内容之一,我省精神康复发展比较滞后。目前,除了海南省安宁医院、海南省平山医院开展了室内康复项目,绝大多数精神专科医院依然停留在药物治疗阶段,康复指导及训练,康复治疗手段仍十分欠缺。

省平山医院患者室内康复治疗区分为棋牌室、体能恢复室、手工艺品作坊等功能分区。记者近日在治疗区看到,80多名精神病患者正根据各自病情,在医生指导下进行不同的康复治疗。

“我们会对每一位患者进行评估,然后制定不同的康复治疗方案。”李经缙带记者来到棋牌室时,4名患者正在打麻将,一位医生在一旁观察。

李经缙说,从患者打牌的过程中,康复部医生可以捕捉到很多信息,看患者语言表达是否清晰、思维是否正常、情绪是否稳定等,然后把这些信息反馈给病房,以便对症治疗。

在手工艺品作坊里,摆放着患者们制作的各种手工艺品。患者小雪(化名)正在绣一幅《竹报平安》的十字绣。在楼道里,记者听到有人在唱歌,循声而去,只见近20名患者聚集在一起。有人拿着麦克风,对着显示屏大声歌唱,有的患者唱完一首歌后,一些旁观的患者还会鼓掌表扬。

“这是我们医院的家居生活区,患者可以在这里学习下厨、叠被子等日常生活技能。”一名医生告诉记者,精神病患者的生活自理能力比较差,这些训练有利于患者出院后顺利融入家庭。医生还会带患者去逛超市,到农贸市场购物,训练患者的金钱管理能力;让学生在主题晚会上表演,锻炼他们的胆量,找回对生活的自信。

## 业界资讯

### 自闭症诊断纳入我国医保报销范围

今年4月2日是第九个“世界提高自闭症意识日”。日前,一个好消息传来,国家基本医保新增20项可纳入支付范围的康复项目,6岁以下儿童的自闭症诊断量表测评被纳入其中。中国著名儿童发育行为专家邹小兵教授接受媒体采访时透露,4月1日,中国自闭症服务平台正式启动,这将帮助更多患者家庭。

日前,人社部、国家卫计委、民政部等部门联合印发了《关于新增部分医疗康复项目纳入基本医疗保险支付范围的通知》,要求各地在6月30日前将“康复综合评定”等20项康复项目纳入医保支付范围。邹小兵表示,新增项目中包括了针对6岁以下疑似孤独症患儿的“孤独症诊断访谈量表(ADI)测评”。

ADI访谈量表是通过医生与家长访谈的形式,搜集儿童的发育信息和症状信息。这个过程视医生的执业水平不同,约需花费1小时到3小时不等。专家建议,在中国尚未普及ADI访谈量表的情况下,或许把自闭症的社交康复、认知康复、行为矫正等康复内容纳入医保报销范围会更好。

(南日)

### 甘肃大得利制药 召回11万多支 注射用胸腺肽药品

甘肃大得利制药有限公司因违法生产胸腺肽药品,日前被国家食品药品监督管理总局通报。记者4月5日晚获悉,甘肃大得利制药有限公司已召回注射用胸腺肽药品113750支,仍有4批有销售。

1日,国家食品药品监督管理总局通告称,甘肃大得利制药有限公司在生产胸腺肽药品过程中存在严重违法违规行为,包括主要原料质量保证措施缺失、生产管理不到位以及质量管理不到位等,已违反《中华人民共和国药品管理法》等有关规定,要求甘肃省监管部门对该企业的违法违规生产行为依法查处,立即收回其药品GMP证书,监督该公司召回全部在售产品。

(据新华社电)

### 法国对皮肤美白 注射产品发出禁令

法国国家药品与健康产品安全局近日在其网站上发布决定,将禁止使用任何用于皮肤美白或提亮肤色的注射产品,并将禁止相关产品的生产、销售、无偿提供、进出口或广告宣传。该机构强调,此类产品的成分及使用方式可能对消费者的健康带来很大风险。

如今,无论在法国还是其他国家,不少爱美人士,尤其是女性消费者愿意通过注射美白产品追求“完美”肤色。这些产品的生产厂家往往宣称,产品具有排毒养颜、使肌肤焕发年轻光彩的“神奇功效”,其主要成分包括谷胱甘肽、维生素C、表皮生长因子等。

法国国家药品与健康产品安全局指出,美白针等产品通常由静脉、肌肉或皮下注射,这种使用方式本身就存在很高风险。事实上,此类产品并未获得法国有关部门的上市批准,也缺少规范的质量和效益风险评估以确保其安全性。因此,目前各种形式的销售和宣传均违反现行法律法规。

据法国中毒防治中心统计,2015年,法国曾出现两例因使用美白注射产品产生不良反应的病例,其中一例患者出现恶心、头晕、心悸、腹部不适等一系列症状。

2015年9月,美国食品和药物管理局就曾发出警告称,皮肤美白注射产品不仅可能无效,还有可能给使用者带来感染肝炎、艾滋病等多种疾病的风险。

(据新华社电)

### 爱吃咸或与基因有关

为什么有人口重,饭菜少放盐就吃不下去?这可能与基因有关。英国一项最新研究发现,如果实验鼠缺失一个基因,就会表现得特别爱吃咸,并随之出现高血压症状。

研究人员马修·本利说,英国人吃盐量通常远高于身体所需量,不利于心血管和肾脏健康。本次研究表明爱吃咸的背后可能是基因在起作用,高血压治疗中可以考虑盐皮质激素受体拮抗剂类药物。

(据新华社电)



给我关注 还你健康 健康周刊广告联系: 18976640822 投稿邮箱: hnrjzk@qq.com

## 关注世界卫生日

# 糖尿病可防可控不可怕

■ 本报记者 马珂 通讯员 杨秋梅

### “三多一少”是主要症状

我国作为发展中国家是糖尿病的重灾区,近年来发病率居高不下。

糖尿病是一组以血糖葡萄糖水平升高为特征的代谢性疾病群,临床上,糖尿病患者最主要的症状为“三多一少”即多饮、多食、多尿和短时间内体重减少。糖尿病的急性并发症主要包括糖尿病合并感染、糖尿病酮症酸中毒、高渗性非酮症糖尿病昏迷、糖尿病乳酸酸中毒和糖尿病低血糖昏迷等;而慢性并发症则涉及全身各个重要器官,且可同时累及多个器官,如会导致血管、肾脏、神经、眼部等器官的病变。

医学界根据糖尿病的发病原因,将其主要分为1型糖尿病和2型糖尿病。其中,1型糖尿病多见于青少年人群,因

其胰岛β细胞受到自身免疫的破坏,发病较急;2型糖尿病多数发病缓慢,病情较轻,早期临床表现也不是很明显,多以并发症或伴随症状就诊,有些病人健康体检时才会被发现。

### 预防糖尿病,可分三步走

解放军第187中心医院消化内科主任兼副主任医师韩钧凌表示,日常生活中,人们预防糖尿病可分三步走。首先是控制体重,合理膳食。同时,要控制总热量的摄入,多吃蔬菜、水果、豆类,保证营养均衡摄入。

其次是适量运动。长期规律合理的有氧运动可以增加胰岛素敏感性,改善血糖水平,有效预防并发症的发生。

最后一步是减轻精神压力。保持平衡心理,使自己保持乐观积极的心态,缓解工作中的精神压力。

### 增强监测,患者要定期复诊

“糖尿病不像人们想象的那么可怕,该病可以通过有效方法防控。患者可以通过有效方法获得较高的生活质量,延长生命的长度。”解放军第187医院消化内科主治医师邢苑表示,“门诊中曾见过,一位患者积极配合治疗,20余年来血糖控制得很好,生活质量和常人无异,生命长度超越了很多。”

在日常生活中,糖尿病患者要定期复诊。2型糖尿病患者,一般每2-3个月复查糖化血红蛋白一次,如有血脂异常,每1-2月监测一次血脂,每3-6个月门诊定期复查一次,尽早防止慢性并发症。需要

### 糖尿病防治小贴士

每天食盐量控制在大约一矿泉水瓶盖即可,这个量包括各种含盐食品,如酱油、味精等。

每次运动稍微出汗即可,运动时间不要超过40分钟。

糖尿病患者运动后不应立即洗澡,如有足部红肿、水泡、破皮等,要及时就医。



## 海南省疾控中心 健康服务快车

# 五成糖尿病患者死于心血管病

省疾控中心提醒:防治疾病要管住嘴迈开腿

世界卫生组织将2016年世界卫生日的主题定为:“应对糖尿病”。国家卫计委的宣传口号是:糖尿病要早预防,分级诊疗帮您忙。海南省疾控中心近日发布有关糖尿病防控知识,帮助公众了解糖尿病预防的相关知识。

一、糖尿病是由于胰岛素分泌及(或)作用缺陷引起的以血糖升高为特征的代谢病。

二、糖尿病的主要症状是“三多一少”(多饮、多食、多尿)以及体重下降、皮肤瘙痒、视力模糊等急性代谢紊乱表现。

三、糖尿病常见并发症包括卒中、心肌梗死、视网膜病变、糖尿病肾病、糖尿病足等,可能进一步导致残疾或者死亡。

四、40岁以上、超重肥胖、经常久坐、高血压、血脂异常、心脑血管疾病患者等是糖尿病的高危人群,建议接受糖尿病筛查。

五、糖尿病是可以预防的。保持正常体重,从事有规律的体力活动,并注重饮食健康,可降低患糖尿病风险。

六、营养治疗、运动治疗、药物治疗、健康教育及血糖监测是糖尿病的五项综合治疗措施,自我血糖监测应在专业医生和/或护士的指导下开展。

七、糖尿病患者采取措施降糖、降脂、调整血脂和控制体重,纠正不良生活习惯如戒烟、限酒、控油、减盐和增加体力活动,可明显减少糖尿病并发症发生的风险。

八、糖尿病属中医“消渴病”范畴,中医可对糖尿病高危人群和前期人群进行

调理,对患者进行中医药治疗。

九、国家开展糖尿病分级诊疗试点,由二级以上医院医师与基层医疗卫生机构的医务人员组成签约医生团队,为患者提供“家门口”的优质医疗服务。

十、基层医疗卫生机构和二级及以上医院实施双向转诊,为患者进行体检、并发症筛查、患者随访和治疗,指导患者自我管理。三级医院负责疑难复杂和急危重症患者的救治。

如果不予以治疗,放任糖尿病发展下去,可能会损害到心脏、血管、眼睛、肾脏和神经。糖尿病会增加患心脏病和中风的危险,50%的糖尿病患者死于心血管病(主要是心脏病和中风)。

研究表明,糖尿病患者死亡的风险

经常运动 经常定期进行至少30分钟强度适中的活动。需要增加活动来控制体重。

保证健康饮食 每天吃三至五次水果和蔬菜,并减少糖和饱和脂肪的摄入量。

禁止吸烟 吸烟会增加患心血管病的危险。(小可)