

# 情绪就像过山车？小心这是病

专家提醒：时而亢奋时而沉郁可能是“双相情感障碍”



## 注意症状： 躁狂和抑郁交互发作

海南医学院第二附属医院睡眠心理科主任王新源表示，双相情感障碍，是指患者既有躁狂发作又有抑郁发作的精神障碍，这两种情况交互出现。

王新源介绍，在患者躁狂发作时，会发现自己情绪非常愉快，自我感觉良好，对外界反应灵敏，话也会比平时多，变得精力充沛而且爱管闲事。但这样的“好景”并不长，过

了一段时间，患者会出现情绪低落，不爱说话，反应迟缓的状态，也就是出现了抑郁症状。

双相情感障碍在临幊上分为两种情况，一种为双相Ⅰ型，抑郁发作时是重度抑郁，而躁狂发作时也是重躁狂。“重躁狂发作时，患者的情绪会特别亢奋，话非常多，特别爱管闲事，出现夸妄想症，让人能够明显觉察出其精神状况的异常。而重抑郁发作时，则情绪特别低落，思维迟缓，疲乏失眠甚至出现自杀倾向。”王新源说。

另一种双相Ⅱ型则表现为轻躁狂重抑郁。轻躁狂发作时，患者会觉得这段时间自己心情很好，反应很灵敏，能力也有所增强，但自己和外人都不容易察觉有何不对，隐匿性较强。“一般患者比较容易察觉自己的抑郁症状，但对自己的轻躁狂症状却很难察觉。这也很容易造成误诊，将患者当做单一的抑郁症患者来治疗。”王新源说。

王新源曾经遇到过一位患者，在自己出现抑郁症状时来就诊。经过王新源反复耐心询问，这位患者才慢慢回忆起，在抑郁症状出现之前，自己已经有长达几个月的时间心情特别好，性格也发生了变化，变得格外开朗。但这段时间她并未觉得自己有什么不对头，只有出现情绪低落甚至想自杀的情况时，才意识到自己可能是得病了。

“很多患者在轻躁狂发作时，都会认为自己的状态很好，是好事。但问题是这样的状况并不能长久，随之而来的是抑郁的发作。”王新源说，判断一个患者是否患有双相情感障碍，就要仔细挖掘其是否出现躁狂和抑郁相互发作的一个过程，“如果单纯地将双相情感障

患者当做单一的抑郁症患者治疗的话，会导致治疗效果差，甚至会加重病情。”

### 观察确认：

努力调节仍无法控制情绪起伏应尽早就医

王新源介绍，双相情感障碍的发病原因医学界至今还无法确定，可能与生活环境、基因等都存在联系。而这种精神疾病的治疗，最重要的也是早期发现。“如果一旦发现自己的情绪反复出现大的波动，或者是自己有一段时间能力突然提升，而且情绪亢奋，过了一段时间又出现情绪低落的状况，就需要引起注意了。”王新源说。

如何观察自己的精神状态？王新源建议，人们在平时可以感受自己内心情绪起伏的状态，如果自己在亢奋的时候，可以有意识地控制自己的情绪，如果在出现抑郁症状时，要主动去找些事情做或者更多地与人交流互动。如果出现躁狂症状，就要有意识地抑制自己的亢奋情绪。但如果自己努力调节依然无法控制情绪的起伏时，就应及时到医院就医。王新源表示，双相情感障

碍的患者中，自杀率比单一的抑郁症患者还要高，因此，一定要加大对这种疾病的重视。

### 避免误认：

孩子性情大变未必是叛逆

王新源介绍，他接诊到的双相情感障碍患者以青壮年居多。而令人担忧的是，很多家长对孩子出现情绪的波动，会自认为是孩子在成长过程中性格的转变，而不愿意接受是孩子的精神状况出了问题。

“我曾经遇到过一个14岁的孩子，她因为出现抑郁特征特别痛苦，甚至出现自残。孩子强烈要求家长带着她到医院就医。而家长反倒觉得是孩子太矫情，认为她没有病，只是青春叛逆期的表现。”王新源呼吁，希望家长们能够正确对待孩子的情绪问题，及时关注孩子的精神状态，一旦发现问题要及时带孩子到医院就医。

王新源介绍，对于双相情感障碍的治疗，药物和心理治疗相结合，治疗效率能够达到90%以上。但由于双相情感障碍的复发率比较高，因此规范的治疗和定期随诊也非常重要。

## 洗纹身并非“痛一次”就能完事 洗净纹身需一年左右时间

■ 本报记者 徐晗溪

激光，面对紫色、红色等复杂纹身，我们处理起来也更有底气了。”林飞燕说。

“祛除色素也不能洗得太勤，过度的能量和损伤叠加也可能诱发瘢痕，洗纹身的时间间隔一般是2个月至4个月，超皮秒激光的作用温和、伤害小，间隔可以缩短为2个月至2.5个月。”林飞燕建议，市民如果有洗纹身的计划，最好要提前就诊，以免匆忙决定耽误正事。“术后也有一个恢复期，要注意防晒，多次治疗后可能留下色素沉着印，术后会有细小的皮下渗血，一般会在数周内自行消失。”林飞燕说。

“在大多数情况下，洗纹身的总疗程需要一年左右，复杂纹身甚至需要一两年以上，个别人需要十余次，所以需要提前安排，留出治疗时间。”林飞燕提醒，洗纹身是专业的激光去色素治疗，术后可能会出现结痂、破损、瘢痕反应，甚至少数人会出现对纹身染料过敏导致的反应性大疱，需要专业的术后护理，因此，一定要选择正规医疗机构。

## 种植牙认知的几大误区

### 误区三：骨质疏松不能种牙

过去骨质疏松被认为是种牙的绝对禁忌症，因为病情可能导致人工牙根较难在牙槽骨里固定成功。随着技术的发展，如今，轻度骨质疏松患者经严格术前评估、改良手术技巧，仍然可以种上牙。

### 误区四：牙掉光了不能再“种”牙

虽然人在掉牙后，会有部分牙槽骨被吸收，但仍有剩余的牙槽骨或颌骨可以种牙，可以通过植骨和在剩余的牙槽骨或颌骨上种牙。此外，纯钛材质的种植体有较好的生物相容性，与骨细胞紧密结合，如同真牙一般牢固。

### 种植牙技术含量较高，且与血液有密切接触，建议患者到卫生消毒环境优良的正规医院进行种植牙。（霍立）

种植牙可以获得与天然牙功能、结构以及美感十分相似的修复效果，已经成为越来越多缺牙患者的首选修复方式，但也有不少人对种植牙存在认知误区。

### 误区一：老年人没必要种牙。

种植牙的出现正是源于缺牙老人的需求，因为他们常因多颗牙齿缺失，导致咀嚼功能下降，营养吸收差，甚至出现营养不良。种植牙不仅坚固耐用，还可以防止牙骨萎缩，且能够帮助恢复牙齿咀嚼功能、维持面部外形等。

### 误区二：种牙是大手术

事实上，随着医疗技术水平的发展，种牙成为了一种小手术，而现在更是发展到了可微创操作的地步，术后出血少，愈合快。

海南省皮肤病医院医学美容部激光科主任林飞燕表示，以前洗纹身

激光，面对紫色、红色等复杂纹身，我们处理起来也更有底气了。”林飞燕说。

“祛除色素也不能洗得太勤，过度的能量和损伤叠加也可能诱发瘢痕，洗纹身的时间间隔一般是2个月至4个月，超皮秒激光的作用温和、伤害小，间隔可以缩短为2个月至2.5个月。”林飞燕建议，市民如果有洗纹身的计划，最好要提前就诊，以免匆忙决定耽误正事。“术后也有一个恢复期，要注意防晒，多次治疗后可能留下色素沉着印，术后会有细小的皮下渗血，一般会在数周内自行消失。”林飞燕说。

“在大多数情况下，洗纹身的总疗程需要一年左右，复杂纹身甚至需要一两年以上，个别人需要十余次，所以需要提前安排，留出治疗时间。”林飞燕提醒，洗纹身是专业的激光去色素治疗，术后可能会出现结痂、破损、瘢痕反应，甚至少数人会出现对纹身染料过敏导致的反应性大疱，需要专业的术后护理，因此，一定要选择正规医疗机构。

海南省皮肤病医院医学美容部激光科主任林飞燕表示，以前洗纹身