精神不能承受之重,有木有!

医生介绍,精神疾病发病率攀高,却仅有两成患者接受治疗

本报记者 王瑞景

提起精神疾病,不少人会立即联想到“疯子”,视之如洪水猛兽。精神疾病患病率是多少?在什么情况下应当寻求治疗?人们应该打消哪些认知误区?对此,胜利石油管理局胜利医院精神卫生康复科主任翟杰给予了解答。

精神疾病像感冒一样普遍

翟医生介绍,精神疾病和人们通常理解的精神病不是同一个概念。精神疾病较为普遍,涵盖的范围很广,有360多种,包括重性精神疾病、轻性精神疾病和普通人出现的心理疾病。其中,抑郁症、焦虑症、精神分裂症为常见的几种疾病,较为严重的还有双相性情感障碍、癫痫性精神障碍、偏执性精神病、精神发育迟滞伴发精神障碍等。

在这些疾病中,每个人终身患精神分裂症的概率为1%,双相情感障碍约为1%,抑郁症3~5%,各种疾病加起来,精神疾病人群患病率约为17%,只是轻重程度不同,有些是终身的,有些是阶段性的。另外,压力过大、过度紧张等不仅会导致心理问题,还会引发其他一些躯体疾病,如糖尿病、高血压、消化道疾病、哮喘等。这些病被称为心身疾病,致病因素与生活方式、心理状况难以分开。

压力、工业化致发病率攀升

在现代社会,竞争不断加剧,生活节奏也越来越快,学业、工作、失恋、失去亲人等心理压力以及意外刺激处处存在,一旦压力或刺激超过人的心理承受极限,大脑神经系统就会紊乱,出现失眠、抑郁、焦虑、心慌等精神症状和躯体症状,发展成为心理疾病。“小孩从小学一年级就开始竞争,有些人面对压力难以化解,渐渐出现心理问题。”翟医生说。最近几年,初中生、高中生去就诊看病的逐渐增多,和他们的压力就有很大关系。

另外,工业化加速导致癫痫病患者越来越多。癫痫病主要是因为大脑功能出现异常,有些是遗传导致,但现在脑外伤多于遗传因素。车祸、工伤等事故都有可能伤到大脑,导致大脑皮层受损,出现尖叫、抽搐、意识丧失等症状。“在没有汽车的时候会有这么多车祸吗?”翟医生说,一听说出现交通事故,他们科和神经外科的医生就不免紧张。

社会偏见致使就诊率偏低

就诊的人远远低于得病的人,这是不容置疑的事实。就诊率低,与人们对精神疾病的知晓率、认知态度有很大关系。翟医生说,即使是重性精神疾病,85%以上的患者能通过治疗得以控制。但问题是,目前仅有五分之一的患者接受治疗。许多患者和他们的家人,担心戴上“精神病”的帽子,出现问题不去治疗,直到越来越严重,攻击他人或者伤害自己,甚至肇事杀人或自杀。“如果早早治疗,也许不会出现这么多的悲剧。来医院看病的也往往是拖了两三年了,治疗难度和费用都增加不少。”翟医生说,“这和社会环境有很大关系,在美国,一个人去看心理医生,被看作是素质高的体现,在中国,如果一个人谈恋爱时看心理医生,估计立马就断了。”

近些年,年轻学生、白领和中层领导就医的越来越多,不意味着他们的发病率比其他群体高,更多是因为他们对心理疾病的认知程度较高,不再总是把面子看得比健康和生命还重。对比鲜明的是,有的十几岁的孩子出现心理问题后,主动寻求治疗帮助,已经到了心理门诊门口,家长听说后拼命地把孩子拉回去,仿佛孩子踏进门就走入万劫不复的深渊。“社会应多给予关注、宽容和理解。”

是否患病要看症状时间长短

晚上睡不着、早晨醒得很早、莫名地发脾气、情绪低落悲观、精神不振、心神不宁……这些是一些精神疾病的症状表现。会有人产生疑问,“我也这样,是不是心理出问题了?”翟医生解释,失眠、情绪波动等常人都会有,是否真正得病,应看症状时间长短,如果两个星期以上还没有好转,可以考虑去医院寻求专业诊断。

而且,不论是谁,难免会在生活和事业上遇到一些事情,使得心理上、情绪上产生痛苦和烦恼。如果尽早发现心理异常,及时进行自我调整或看心理医生,可减少精神疾病的发生。

尊敬的读者,大家好,本报《健康》专刊期待您的积极参与。《健康》将开展话题关注、专家访谈、养生达人、医疗资讯、健康答疑等版块。届时,东营市医学专家将全面解答各种健康问题,并为广大读者提供最新、最实用的健康资讯。如果您有健康方面的疑问,希望探讨关注的话题,以及对本专刊有意见和建议等,请及时和我们联系,我们将在版面上及时反映,或是请专家给予专业指导。

新闻线索提供方式 电话:8065000

邮箱:mujin2000@yahoo.cn

义诊

“这里疼不疼?这里呢?”15日上午,在新世纪广场,东营市人民医院骨科医生武新元边摁边问74岁的刘大娘。当日,东营市人民医院11个科室的19位医护人员为市民进行了义诊,义诊项目包括免费诊疗、测量血压、赠送部分药品等,吸引了许多市民前去咨询。

本报记者 王瑞景 摄影报道