

世界精神卫生日主题宣传活动侧记

每一颗心灵都值得守护

□首席记者 姚常房

10月10日,世界精神卫生日。当天,国家卫生健康委在京举办世界精神卫生日全国宣传主题活动。今年世界精神卫生日全国宣传主题为“共建共治共享,同心健心安心”。活动现场,来自不同领域、全国各地的与会者们共话促进全民心理健康的美好愿景。

筑牢“心防线”

“熟悉的生活在刹那间发生巨大的变化:有人死里逃生,有人目睹亲人离去,大部分人无家可归。这异乎寻常的灾难,打破了人们的心理防线。有人惊恐、自责、悲痛,有人失眠、做噩梦,而有些人则不出门、拒绝进食,甚至出现暴力倾向。”回忆去年12月18日的甘肃省积石山县6.2级地震,平安甘肃心理危机干预研究中心干部甘雪莹仍难掩悲伤。

在那个紧急时刻,心理援助立刻启动。以甘肃省精神卫生中心为骨干的心理救援队到达灾区后,立即与当地救援指挥中心取得联系,在各村设立心理疏导室。同时,抽调全国心理救援专家,组成线上线下相结合的心理健康救援队。“随即针对不同人群,分类进行心理干预,教授简单的心理防护技能。”甘肃省第二人民医院副院长何蕊芳说。

“最终,在72小时的黄金时间内,没有发生严重的急性应激反应,当地群众平稳度过冲击期。”讲到这里,甘

雪莹展开了笑容。

灾难给人造成的心理伤害是巨大的。在灾难后的医疗救助中,心理问题一直都是要紧的救助内容。当然,心理健康和精神卫生问题不仅灾后可能有,也可能发生在每一个时刻、生活的每一个场景中。这是重大的公共卫生问题、民生问题和社会问题。在推进健康中国建设总体布局中,心理健康和精神卫生工作是不可或缺的重要组成部分。

党中央、国务院高度重视心理健康工作。党的二十大报告强调“重视心理健康和精神卫生”,党的二十届三中全会明确“健全社会心理服务体系”的要求,为心理健康和精神卫生事业发展指明了方向,提供了根本遵循。

当前,筑牢心理防线的全国行动越来越深入。比如,在山东省滨州市,“心安城市”建设正在进行。山东省滨州市人民政府副秘书长刘光征介绍,滨州市打通“市县乡村”四级服务阵地,在22家二级及以上医疗机构设置心理门诊、精神科;在91家基层医疗卫生机构设置心理咨询室;在1538个村,由村医兼任心理辅导员。同时,在全市培养心理辅导员、心理咨询师、精神卫生医师等心理人才5677名;投入7300余万元建立免费救助机制,实现1.9万名重症精神障碍患者免费救治“全覆盖”。

预防为主,面向全人群

新时代党的卫生与健康工作方针

要求把预防为主摆在更加突出位置,推动卫生与健康事业发展从以治病为中心向以人民健康为中心转变。心理健康和精神卫生工作同样要坚持预防为主,面向全人群服务。

现场不少人呼吁,政府及相关部门要在资源配置和资金投入方面向心理健康和精神卫生工作倾斜,更多用在前期因素干预上。同时,让卫生健康服务不断拓展方式与内容,主动走向社会,走向基层,走向百姓。

从儿童青少年到老年人,再到职业人群……每个人的心理健康都值得格外关注。其中,青少年的心理问题日益突出,也越来越复杂。然而,有学生会说:“我觉得最近心理出问题了,不知道该怎么办?”在成长关键期,专业的心理帮助需要及时跟上。

中南大学心理健康教育中心副主任谭鑫介绍了所在学校的做法:所有学院建成标准化成长辅导室,配备专业辅导团队,将心理危机预防关口前移,让学生大部分成长类困惑在学院得以解决;心理中心有一支50余人的经验丰富的专兼职心理咨询师团队,及时响应;开通“心晴热线”,打造专业朋辈团队为学生提供24小时电话服务,实现心理服务线上线下全覆盖,一周七天全天候不间断;学校建立了校园心理排查网络,心理危机干预、干预教协同平台,通过与中南大学湘雅二医院的合作,为学生就医、疾病诊断、住院治疗、休复学评估等方面提供专业与便捷的服务和指导……

职业人群的心理问题也同样重要,让他们保持阳光健康、积极

向上的心态,事关企业和国家发展。自2019年开始,中国航天科工集团第二研究院每年都会组织针对全体职工的心理健康评估,并以此作为开展心理关爱服务的依据。

该院工会常务副主席任丽丽表示,他们会组织基层工会干部及热心公益的同事,参加心理辅导员系统培训。培训合格后,他们掌握了心理健康方面的知识,针对职工的“小、急、烦”的心理问题,能够提供及时、初步的疏导,营造了“人人关注心理健康、互相关爱尊重”的企业文化氛围。

凝聚“心往一处”的合力

“长期以来,精神卫生工作面临着资源匮乏、专业人员不足、公众认知不足等困难。在继续对事业兢兢业业无私奉献之余,我们也期待未来能得到更多部门的关心、更多力量的支持。”这不仅是吉林省省精神病医院院长常雨的心声,也是所有心理健康和精神卫生工作人员的期盼。

面对精神分裂症患者可能会有的大喊大叫、极不配合,常雨和同事们也有几分害怕,但大家还是毅然冲到了最前面。“作为一名精神卫生工作者,在24小时不离视线的陪护下,我们和他们之间,早就建立了家人般的情感。”常雨说。

当前,心理健康和精神卫生工作从业者的工作环境仍然比较差,薪酬待遇、社会地位等相对低,甚至在医

患沟通和相互尊重中会遇到更多困难。因此,这部分人群的流动性相对较高。这就需要社会各方把更多的资源和精力投入到心理健康和精神卫生队伍建设中。

活动现场,大家不约而同地强调了凝聚“心往一处”的合力的重要性。国家心理健康和精神卫生防治中心主任、党委书记付强宣读的《共建共治共享,同心健心安心倡议书》中提到,我们倡导多部门齐心协力,坚持“预防为主、群防群控”,针对自身实际,建设相应的心理健康服务体系和服务网络,提供针对性管理服务。大力培养心理健康专业人才,积极动员社会各方力量,共同参与到促进全民心理健康的实践之中,形成全方位、多元化、大联合的社会心理服务工作格局。

近年来,多部门联动,支持心理健康和精神卫生服务的体系逐步建立。国家层面,国家卫生健康委联合多部门开展全国社会心理服务体系试点,加强国家心理健康和精神卫生防治中心、国家精神疾病医学中心等专业机构建设。在地方,各地各部门坚持和发展新时期“枫桥经验”,将心理健康服务与社会工作、城乡社区服务、志愿服务、思想政治工作、教育教学工作、医疗卫生服务等相融合,构建起覆盖生命全周期、健康全过程的心理健康服务体系。

“每一颗心灵都值得守护。让我们携手并肩,积极响应‘共建共治共享,同心健心安心’的倡议,一起行动起来。”付强呼吁。

婴幼儿配方食品原料备案工作指南出台

本报讯 (记者吴少杰)近日,市场监管总局发布《婴幼儿配方食品原料等事项备案工作指南》,进一步规范婴幼儿配方食品原料、食品添加剂、产品配方及标签等事项的备案工作,督促企业落实食品安全主体责任,加强产品全生命周期管理,确保产品从原料到成品出厂可监控、可追溯。

《工作指南》明确,拟在中华人民共和国境内生产并销售婴幼儿配方食品的生产企业,获得配方注册和生产许可后,在正式投产前,应当依法将食品原料、食品添加剂、产品配方及标签等向所在地省级市场监管部门备案。境外婴幼儿配方食品生产企业参照备案的有关规定,在其生产的婴幼儿配方食品在中华人民共和国境内上市前,就食品原料、食品添加剂、产品配方、标签等事项,向其产品标签上标注的代理商、进口商或经销商所在地省级市场监督管理部门备案。

青海多措并举推动托育服务高质量发展

本报讯 (特约记者高列)近日,青海省卫生健康委等14部门联合印发《青海省推动托育服务高质量发展的若干措施》,提出进一步健全青海省托育服务体系,推进托育服务高质量发展,努力实现“幼有所育”。

《若干措施》提出,新建居住区,按标准配套建设托育服务设施。已建成居住区,通过购置、置换、租赁等方式,按标准补齐托育服务设施。利用社区闲置房屋,改扩建嵌入式、连锁化、小型化的社区托育服务设施。鼓励支持行政事业单位等用人单位利用闲置用房,引进具有资质的托育机构为职工提供托育服务,有条件的可向附近居民开放。

《若干措施》提出,扶持有条件的用人单位建设托育机构,按照建设规模和标准,分别予以5万-10万元补助。公办及民办普惠性托育机构实行政府定价。对低收入群体实行减免政策。民办非普惠性托育机构收费实行市场调节价。建立托育服务考核激励机制,对托育服务工作卓有成效、各项指标任务完成较好、综合评价排名靠前的市(州)进行奖励性补助。对最低生活保障家庭等困难家庭中符合条件的婴幼儿家庭通过政府购买服务方式建立困难家庭托育降费补贴机制。

《若干措施》要求,各级妇幼保健机构与本行政区域内的托育机构签订“医育结合”合作协议,定期上门提供指导和服务。积极发挥中藏医特色优势,与托育机构合作,推广小儿推拿、穴位贴敷等中藏医药适宜技术,推进中藏医药融入托育服务。严格履行部门职责,按照属地原则,每年开展托育机构规范服务管理专项整治行动。

重庆实行职业健康技术服务机构分色管理

本报讯 (特约记者喻芳 通讯员陈婧鑫)近日,重庆市卫生健康委印发《重庆市职业健康技术服务机构分色管理工作方案》,对全市职业健康技术服务机构、放射卫生技术服务机构、职业健康检查机构,以及外省市来渝开展技术服务的机构进行分色管理,进一步强化职业健康技术服务质量管理。

《工作方案》按年度对全市职业健康技术服务机构组织开展绩效评估质量指标评分,结合年度职业病防治项目中职业卫生、放射卫生检测能力比对结果,按高、中、低风险程度对职业健康技术服务机构进行红(高风险)、黄(中风险)、绿(低风险)“三色”赋色,根据分色结果类别开展差异化监管执法、质量监测和综合管理。

《工作方案》明确,在差异化综合管理中,赋色为“红色”“黄色”的职业健康技术服务机构,应在结果公开后30个工作日内向重庆市卫生健康委提交整改报告。分色结果将作为职业健康技术服务机构资质许可及备案管理的重要参考。对连续三年赋色为“红色”的职业健康技术服务机构或限期未整改的,重庆市卫生健康委、市疾控中心结合职能职责,并依据《职业卫生技术服务机构管理办法》《放射卫生技术服务机构管理办法》《职业健康检查管理办法》有关规定取消资质许可、备案或给予处罚。

据介绍,截至目前,重庆市共有职业卫生技术服务机构42家、放射卫生技术服务机构38家、职业健康检查机构89家。

内蒙古精神卫生工作取得长足发展

本报讯 (特约记者梁羽佳 通讯员林晓彤)10月10日,由内蒙古自治区卫生健康委主办、内蒙古自治区脑科医院(第三医院)承办的世界精神卫生日系列宣传活动启动仪式在呼和浩特市满都海公园举行。内蒙古自治区卫生健康委副主任萨仁其木格表示,自治区精神卫生工作在基础设施、人才队伍、科研能力、服务水平等诸多方面取得长足发展,特别是严重精神障碍救治工作走在全国前列。精神卫生服务体系建设日臻完善,诊疗服务接地气、暖人心,全自治区居民心理健康知识知晓率逐年提升。

据了解,为迎接第33个世界精神卫生日,内蒙古自治区脑科医院在内蒙古自治区卫生健康委的支持下,采取线上线下相结合、传统媒体与新媒体深度融合的方式,开展了系列科普宣教活动。9月25日,该院组织资深专家团队深入乡镇卫生院开展义诊活动。10月8日,该院制作并发布5个科普视频,内容涵盖焦虑障碍、抑郁症等心理疾病的预防等。10月9日,该院携手内蒙古自治区精神卫生项目办,共同举办了一场免费送药进社区公益活动。

北京启动心理健康素养提升活动

本报讯 (记者郭蕾)10月10日,北京市卫生健康委举办以“共建共治共享,同心健心安心——心中有爱,共守阳光”为主题的宣传活动,并启动北京市“心理健康素养提升活动”。

据介绍,“心理健康素养提升活动”开展期间,北京市将启动新一轮心理健康素养水平预调查,为构建更加精准的心理健康服务体系提供宝贵的数据支持;搭建心理健康科普宣教平台,组建市区两级多学科心理健康科普专家队伍,充分发挥专家宣教引领作用。此外,将于10月底组织开展全市精神卫生和心理现场技能大比拼,提升基层精神卫生防治服务能力,更好开展心理健康素养普及工作。

活动现场还演绎了由真实故事改编的舞台剧,展现了多部门同心协力,共同帮助民众渡过心理难关的动人场景。2024年微笑守护者代表共同发起“心中有爱,共守阳光”倡议,倡导每个人秉持科学态度,弘扬仁爱之心,共助心理健康,营造关爱、理解和尊重的社会环境。

据悉,今年世界精神卫生日期间,北京市卫生健康委还开展了主题公益绘画作品征集、精神卫生防治主题沙画等系列,旨在通过各种活动的开展,增强公众对精神健康的认知和理解,倡导共建共治共享的精神卫生理念。



学生们的“心灵驿站”

10月10日,在安徽省合肥市庐阳区林店街道南门小学恒盛皇家花园校区“心灵驿站”,心理健康老师正在为小学生疏导心理情绪。今年以来,该校不断加强青少年心理健康教育,以校园“心灵驿站”为平台,通过开展“说句悄悄话”“举办趣味减压游戏、展演自我才艺”等多种形式,帮助学生养成乐观积极向上的健康心理。

赵明摄

医学精彩时光

个体化手术降伏药物难治性癫痫

本报讯 (特约记者夜晓峰 徐旭)哈尔滨医科大学附属第一医院神经外科四病房那猛医师团队近日为35岁的难治性癫痫患者丁先生施行了大脑半球1/4切除术。术后他的抽搐发作缓解率达90%,肢体活动恢复正常,认知障碍得到明显改善,现已顺利出院。

癫痫是一种由大脑神经元异常放电引起的慢性疾病,尽管多数癫痫患者可通过用药控制病情,但仍有30%的患者疗效不佳,属于药物难治性癫痫。此次接受手术的丁先生出生满月后就出现抽搐发作,被确诊为癫痫。经头部磁共振检查显示,丁先生右侧颞、顶、枕叶大脑皮层信号异常,考虑为抽搐发作的直接诱因。35年来,丁先生口服多种抗癫痫药物,但始终无法有效控制发作。特别是在新冠疫情期,由于反复高热,丁先生病情

恶化,持续呈现癫痫状态,甚至入住ICU病房进行抢救。

家属多方打听后,慕名找到哈医大一院癫痫中心寻求帮助。神经内科主任姚丽芬和孙林琳副主任医师详细评估了患者症状并调整了用药方案;脑电室主任侯晓华对丁先生癫痫发作间期和发作期脑电图做出分析,明确其抽搐发作与右侧后头部存在相关性;那猛进一步完善了患者头部磁共振加扫描,最终确定患者为右侧颞顶枕脑皮层发育不良引起药物难治性癫痫,并且存在认知障碍等共患病。

此时的患者病情严重,且颅内病灶范围巨大,若将病变脑组织全部切除,有可能带来严重的并发症。那猛根据患者颅内病灶范围,设计出个体化的手术方案——大脑半球1/4切除术。这种手术不切除脑组

织,只把脑内的关键部位分离,既可以减少对脑组织的损伤,又能将病变脑组织与正常脑组织的联系完全断开,使病变脑组织内的异常放电无法扩散,达到减少癫痫发作的目的。但手术技术难度高,要求医生既对大脑解剖知识全面了解,又有高超的手术操作技巧。

术中,那猛应用神经导航系统设计S型手术切口,并准确识别脑表面重要功能区位置,精准确定切开脑组织的最佳路径;采取电生理监测技术,监测患者的运动功能,避免对功能区误伤;同时,借助脑电图监测技术,直接监测到脑表面异常放电的情况,进一步确定病灶的范围和分离手术的效果。经过数小时的奋战,那猛成功完成了手术。

术后,神经外科四科护士长赵旭带领癫痫护理团队给予充分的术后护

理,使患者安全度过了围手术期。目前,丁先生已康复出院,抽搐发作缓解率达到90%,使用的抗癫痫药物已逐渐减少至2种,肢体运动功能基本恢复,认知障碍也得到了明显改善。

哈医大一院神经外科四病房主任刘利教授介绍,半球性病变性质与出现的难治性癫痫比例息息相关,30%~90%的半球病变患者会表现为药物难治性癫痫。半球病变的病因包括三大类:先天发育性病变,如半球巨脑回畸形、半球脑皮质发育不良、半球多种发育畸形与韦伯综合征等;获得性病变,包括维生素K缺乏所致脑出血后遗症、各类脑炎后遗症等;半球进展性病变,如拉斯马森综合征等。这些病变导致的癫痫用药治疗极其困难,长期的抽搐发作易使患者产生脑发育滞后、认知功能下降等严重并发症,建议早期进行外科手术干预。