



时而躁狂时而抑郁 警惕“双相情感障碍”

记者 刘敏 通讯员 杨馥源

今年12岁的女孩娟娟是小学六年级的一名学生。3个月前,小娟突然出现了一些莫名其妙的情绪变化。父母发现孩子在写作业时经常发呆,有时候还偷偷抹眼泪。家庭作业经常写到晚上11时还没写完,白天上学精神难以集中,经常闷闷不乐。问孩子怎么了,小娟说,感觉自己的脑子像涂了浆糊一样,动不起来,成绩直线下降,什么也不想做。平日里活泼开朗的她好像变了一个人,哪怕是小伙伴来找她,也不去玩,天天睡在床上不愿与人交流。一旦遇到父母过激的话语,娟娟就变得格外激动,冲父母吼,抓自己头发,拍桌子,甚至说再也不想去学校了。大约一个月后,在家人的反复劝说下,小娟的情绪慢慢平稳,家人认为这就是孩子一时的情绪问题,故未引起足够重视。

岂料,一个星期后,小娟好像又变成了另外一个人。精神状态好到不行,每天忙碌个不停,一会儿整理房间,一会儿到处翻书,还特别在意自己的形象,喜欢花钱

购物,比如洗面奶、口红等,并且跟父母提要求说要给她买个宠物狗,要到外面去旅游。如果父母不能满足她这些要求她就会发脾气,说父母不关心她,如父母满足她,马上就说父母是最可爱的人。除了这些,娟娟还每天自我感觉良好,一直不停跟父母说,自己对未来有很多规划。

这一连串的转变让娟娟的父母很是担心,他们怀疑孩子的精神状况可能出现了异常。于是,家人带着娟娟来到市脑科医院精神科进行咨询。通过询问病史和娟娟会谈后,医生告诉娟娟的父母,孩子得的是一种心理疾病,叫“双相情感障碍”,目前为躁狂发作。

那么,什么是双相情感障碍呢?市脑科医院精神科医师杨峰介绍,双相障碍是精神障碍中常见的一种疾病,双相情感障碍(又称躁郁症、钟摆病),是一种兼有躁狂和抑郁的疾病,一般指既有躁狂或轻躁狂发作,又有抑郁发作的一类心境障碍。用通俗的话来说,就是“情绪的跷跷板”,就拿娟娟的病例来说,前半段,她是明

显的抑郁发作,表现为明显的“情绪低落,活动减少,思维迟钝”这样典型的抑郁症的临床表现,而后段,是典型的躁狂发作,正好和抑郁症的表现相反,表现“情感高涨,活动增多,思维敏捷”,是典型的“双相障碍”。

杨医师介绍,双向情感障碍对人体的伤害主要在于心理伤害,双向情感障碍容易发生在各个年龄阶段的患者,青少年也可能会有双向情感障碍的问题。而这类疾病的诱发原因也比较复杂,尤其是有阳性家族史,这5个征兆一定要特别注意。

容易激惹。患者很容易因为一些小的事情而引起强烈的情感反应。例如生气、激动、愤怒,甚至大发雷霆,持续时间一般比较短暂。

行为冲动鲁莽。孩子突然变得“爱惹事了”,这些冲动行为给他自身及别人带来了麻烦和痛苦,那么家长一定要高度警惕,不要简单地归结于“学坏了”。

情感脆弱。患者常常因为一些细小或无关重要的事情而感到悲伤或兴奋激动,无法克制。



情绪的突然改变。是指情绪无明显诱因突然改变,比如闷闷不乐、唉声叹气或者兴奋话多、自我感觉良好、精力充沛。

其他症状,如常常莫名其妙的成绩下降,说同学老师看不起,针对他或者自诩才华横溢及某种特殊能力,暴饮暴食或者少食,体重短时间明显减轻,睡眠过多或失眠等。

对于青少年双向情感障碍的治疗,医生主要根据病情的轻重选择不同的治疗方案。轻度患者一般选择CBT(认知行为治疗)或

IPT(人际心理治疗),中重度的患者一般采用药物结合与心理治疗。在家庭教育中,一旦发现孩子有双相情感障碍倾向,一般建议从心理教育上给予帮助,适时给孩子减压,帮助孩子练习健康习惯,从而建立生活规律。在发现孩子有明显的对立情绪时,应该向老师朋友求助,必要时寻求心理咨询师的专业帮助,使之与孩子保持有效健康的关系。

目前,通过一段时间系统的治疗,娟娟的病情得到有效控制,情绪稳定。



1月16日,“健康扶贫·肿瘤早查”公益项目的工作人员再次来到邵阳经开区红旗社区,为当地社区居民进行小便检测复查,对肿瘤做早期预警筛查。

陈贻贵
颜绥绥
摄影报道

流感高发期 少去人多场所

李一博 简娟

新华社记者1月17日从陕西省卫健委获悉,根据陕西省疾控中心流感监测结果显示,1月1日至14日,陕西省流感样病例占急诊门诊病例总数比例为3.96%,较前期有所升高,低于北方省份平均水平。其中发病人群主要是0-15岁,约占79%,流感病毒主要为甲型H1N1,约占95.2%。

陕西省疾控中心专家建议广大群众,要提高自身免疫力,养成良好生活习惯,勤洗手,吃熟食,喝开水,勤通风。坚持体育锻炼,保持充足的睡眠,保持轻松的心情,增强机体的抗病能力。减少传染机会,当前流感高发期,尽量不到人多拥挤的场所;尽量佩戴口罩;保持室内空气清新和流通,尤其是商场等人群密集场所,要加强室内空气消毒。一旦发现发热等症状,要尽早就去医疗机构进行诊断治疗,避免相互传染。及时接种疫苗,流感疫苗在我国目前属于二类疫苗,实行自愿、自费接种。60岁及以上老年人、6月龄至5岁儿童、孕妇、6月龄以下儿童家庭成员和看护人员、慢性病患者和医务人员等人群属于优先接种疫苗人群。有接种流感疫苗意愿的接种对象,应到当地辖区卫生行政部门指定并向大众公布、具有疫苗接种资质的接种点接种流感疫苗。

陕西省卫健委日前已下发通知,要求各级各类医疗机构调配医务人员增加发热门诊力量,统筹儿科医疗资源,延长医务人员接诊时间,提高就医群众满意度。各级医疗机构将采购充足的病原学快速检测试剂和抗病毒药物等临床常用药品,保障临床救治需求。各级疾控机构将加强疾病监测,提高监测强度和频次,增加标本采集和检测数量,一旦发现可疑病例和聚集性疫情,将迅速采取有效防控措施,防止疫情扩散和蔓延。

心理健康服务为城市文明添彩

记者 贺旭艳

本报讯 “原来心理学如此神奇,育儿如此简单!”“加入心理学会既可以发挥自己特长帮助别人,又可以不断成长,助力自己的工作和生活。尤其是在亲子关系方面,受益颇多。”1月12日,市心理学会举行第五届学术年会暨第二届换届选举大会。在听了受邀专家所做的《心理危机干预》《青少年心理辅导策略》专题讲座

后,与会人员纷纷表示受益匪浅。市心理学会是2014年经市民政局批准成立的非营利性学术团体,目前有会员122名。

学会每月定期分别在市松坡图书馆、邵东县图书馆、邵阳县图书馆开展大型公益心理讲座;每个周末(周六、周日)在松坡图书馆开展免费个体心理咨询服务。4年来,共举办公益心理健康讲座150场,受益市民120000多人次;接待各类来访者心理咨询

2400多人次。

在为会员单位和23家机关企事业单位提供心理健康讲座和团体心理辅导等服务的同时,学会先后开展关爱中小學生、社区心理咨询、富心工程、护心行动、夕阳红养心工程、员工帮忙计划和折翼天使计划等公益活动。“助力中高考”现场心理咨询活动已连续开展4年,参加活动的心理咨询师775人次,咨询个案达2400人次,深受考生及家长好评。

邵阳市第二人民医院分院

地址:邵阳市双清区社会福利院(邵阳大道建设路口长城大酒店对面)市内乘33、101、103、104路公交车可直达。

市内免费接诊电话:0739-5294200

业务范围

内设门诊、专家门诊
老年病科、脑血管科
康复医学科、健康体检科等