



“民间素有“菜花黄,痴子忙”的说法,这是因为每年3至5月份是心理疾病尤其是抑郁症和躁狂症的高发期。太和医院专家提醒,当发现自己情绪低落时,可以参加体育运动、培养自身爱好转移不良情绪。”

■记者 曾雨

春季心理疾病多发

专家:培养爱好转移不良情绪

躁狂症发作情绪格外高涨

50岁的王女士(化名)性格外向,爱说爱笑,是个热心肠,也是家里的“一把手”,大小事情都由她做主。最近,王女士的情绪格外高涨,在乐于助人的同时,动作、表情也很夸张。终于,家人、邻里受不了,将她送到太和医院心理卫生中心治疗。经医生了解和观察,诊断为躁狂发作。

太和医院心理卫生中心主任艾春启介绍,躁狂症以情绪高涨、思维奔逸、意志行为增强为主要临床表现,伴随精力旺盛、言语增多、活动增多,严重时伴有幻觉、妄想、紧张等症状。其发作时间一般持续一周以上,呈发作性病程,每次发作后进入精神状态正常的间歇缓解期,大多数病人有反复发作倾向。

春天内分泌容易失调

“春季是大多数心理疾病的高发季节,抑郁症、躁狂症表现最突出。”艾春启表示,抑郁症是情绪障碍的一种,它的核心症状有三个:以情绪低落、思维迟缓、意志行为减退“三低”症状为特征,伴有认知功能减退和躯体症状,导致劳累增加和活动减少、精力降低。西医治疗、中医调理、物理治疗、心理治疗可缓解症状。

为何春季多发心理疾病?艾春启介绍,

春天气候多变,容易干扰人们固有的生理功能,以致出现内分泌失调症状。若自身适应能力差,导致身体内外失去平衡,加剧心理机能混乱,使精神行为发生异常改变,促使精神病发病或复发,即便对于大部分精神健康的人,气候多变也会使人们情绪波动较快、烦躁不安。此外,个人心理负担过重,到了一定程度会出现狂躁症状;睡眠质量不高,也容易引发一些心理疾病。

心理疾病预防最关键

针对春季多发心理疾病,艾春启表示,预防是最关键的,正常人群发现自己情绪低落时,通过参加体育运动、培养自身爱好可以转移不良情绪;对于孤独、话少、冷淡、有猜疑心理、不合群的人群,一旦出现异常行为,家属应陪伴其到医院检查。

针对已患精神心理疾病的患者,家属尤其

要多加注意,给病人创造宽松、愉悦的生活环境,消除复发的心理诱因。不要让患者独居家中,让康复期的患者参加一些简单的劳作和社交活动。患者生活要有规律,注意饮食和作息,避免劳累或娱乐过度,多去室外活动,如散步、慢跑、郊游等。这样大脑可以感受到外界刺激,使患者从过度封闭的心灵中走出来。

房颤引发男子急性脑梗

太和医院左心耳封堵术解决致命血栓

■记者 曾雨 特约记者 王慧

左心耳封堵术是目前国际上预防房颤病人卒中的最新技术,可有效降低房颤患者的左心耳血栓引发的脑卒中风险。今年4月起,我省将左心耳封堵术纳入医保,极大减轻了患者的医疗负担。近日,太和医院心血管疾病诊疗中心就为多名患者开展了左心耳封堵术,效果显著。

长期持续性房颤引发脑梗

59岁的陈先生(化名)是城区人,有心悸病史多年,多次心电图检查均提示房颤,同时还合并有高血压和糖尿病。不久前,陈先生突发急性脑卒中,进入太和医院后被确诊为急性脑梗塞,在神经内科住院治疗。在此期间,心电图检查提示房颤,心脏超声检查提示左心房扩大至51毫米。同时,心脏超声发现其左心耳存在附壁血栓。经综合分析研判,考虑陈先生的急性脑梗为长期持续性房颤导致左心耳形成附壁血栓后脱落所致。

太和医院心血管疾病诊疗中心主治医生汪进介绍,作为左心房里最犄角旮旯的“钉子户”,房颤发生时,左心耳几乎不会收缩,这就导致心耳里面的血液基本不流通,再加上凹凸不平的内壁,淤滞沉积的血液最终会变成致命血栓,进而导致脑血管堵塞引发中风。

经太和医院神经内科治疗及康复院区康复治疗,陈先生恢复较好。但他有持续性房颤,左心耳依然会有附壁血栓形成的可能,进而引发脑卒中风险,危及生命。

“传统情况下,持续性房颤患者预防左心耳血栓形成主要依靠抗凝药物,但抗凝药物是一把‘双刃剑’,一方面能预防血栓形成,但另一方面也会增加出血风险,特别是对一些高龄、基础病多的患者。”太和医院心血管疾病诊疗中心主任曹政介绍,左心耳封堵术则能有效化解这一矛盾。

左心耳封堵术疗效好

曹政介绍,左心耳封堵术是目前全球预防房颤病人脑卒中的新治疗技术,该院心血管疾病诊疗中心早在五六年前就开展了这种手术,主要是通过微创介入手术的方式,应用左心耳封堵器堵塞左心耳,预防房颤时左心耳血栓的形成,有效降低房颤患者由血栓栓塞引发脑卒中或死亡的风险,具有手术时间短、创伤小、恢复快等优势。

患者陈先生使用抗凝药物存在出血高风险。基于此,在征得患者同意后,曹政带领心血管疾病诊疗团队为其开展左心耳封堵术。手术仅用时30分钟,过程顺利,术中经食道超声检查提示患者左心耳被有效封堵,手术效果很好。

4月25日,记者在太和医院心血管疾病诊疗中心病房见到陈先生,只见他精神状态良好,即将办理出院。得益于左心耳封堵术纳入医保,原本七八万元的手术费用,他只需要支出2万多元。持续性房颤会引发血栓和心衰,因陈先生已有心脏扩大症状,医生将择期为其开展射频消融手术根治房颤。

寿星卡年审线上办 “智慧公交”增效便民

■文、图/记者 李强 通讯员 冯科勤 李晓栋

“两分钟就办好了,线上年审真是方便!”刚用手机办完年审的刘阿姨高兴地说。近日,在公交寿星卡线上年审演示推介现场,十堰公交集团车城通公司工作人员为社区老年乘客讲解线上办理寿星卡年审服务流程,让大家亲身体验智慧公交带来的方便。

为全面深化“弘扬工匠精神 岗位大练兵”活动,进一步提升整体保障能力和服务水平,市公交集团坚持以打造“车城人民满意公交”为目标,以“便民、惠民、利民”为抓手,丰富服务渠道,优化完善工作流程,不断提升工作效率和能力水平。

目前,我市已开通公交寿星卡线上年审业务,寿星卡用户借助微信“公交联盟”小程序完成信息

提交、人脸识别、费用缴纳、NFC手机贴卡或通过自助圈存机进行月票充次后,即可完成公交寿星卡年审,不仅缩减了乘客现场申办、排队等候的时间,还有效分散了年审人流,受到社会各界的交口称赞。此外,为方便老年乘客就近完成寿星卡的圈存充次,车城通公司还在市民服务中心、部分商超设置了自助“圈存/充值”一体机,方便乘客对寿星卡自助充次。

信息赋能,让公交服务更贴心。近年来,十堰公交不断加大公交信息化建设与智能化推广应用,持续在提升公共出行信息服务水平上下功夫,先后建成乘车移动支付、掌上公交APP及小程序、可视化智能公交电子站牌等出行服务系统,结合实际高效完成公交数据机房升级、智能调度系统、“分段计价”等便民、惠民项目建设,着力提高工作



工作人员为乘客讲解手机自助年审操作方法。

效率和乘客出行体验,努力做到让数据更通畅,让出行更顺心,为“智慧城市”建设提供了强有力的公交支撑。