

关注“世界预防自杀日”

## 世界预防自杀日:听精神科医生聊“抑郁”

记者 王丽洁

2003年,世界卫生组织和国际预防自杀协会将每年的9月10日设立为“世界预防自杀日”,以帮助公众了解诱发自杀行为的危险因素,增强人们对不良生活事件的应对能力。在中国,超9500万人受抑郁症困扰。50%以上的自杀死亡者都患过抑郁症,20%至48%的自杀未遂者为抑郁症。这其中,老年抑郁症患者人数在逐年升高。

近日,记者就“老年抑郁”等问题专访了青岛第七人民医院老年科主任范勇。

“住‘精神病院’? 坚决不!”

范勇提起前不久的一次出诊经历,总感到有几分遗憾,“如果我们有更好的干预措施,老人或许就不会自残了。”范勇说的这位患者,年逾70,前段时间出现了典型的焦虑、抑郁症症状后,在女儿的陪同下来到七医就诊。当范勇观察到老人的这些状况后,建议他住院。但这位老人,特别是第一次来就诊的患者对“精神病院”是有偏见的,“一听说要住院,住在精神病院,老人坚决不住。”

事实上,七医门诊有太多的抑郁症患者,且有“自杀”念头的不在少数。病情严重者,如果没有科学有效的干预措施,很容易实施自杀行为。然而,当患者不想住院,家属也奈何不了时,作为主治大夫的范勇也无法强留老人。于是,他就退而求其次,给患者开了口服药,遂即“放走”了人。不料,老人这一走,竟然埋下了祸患。

有一天,患者女儿突然给范

勇打来电话。原来是老人在家有自伤行为。家人紧急将其送往医院。经抢救,患者虽然暂时没有了生命危险,但其抑郁焦躁的症状依然存在。于是,家人不得不把老人转至七医,接受专业治疗。一个多月后,老人的精神状态好转了许多,前后判若两人。患者家属还给范勇送来了锦旗。收到锦旗的范勇内心依然有一丝遗憾,“我如果第一次就把他‘强留’下,就不会发生后来的事了。但当时真的很为难。”

“李玟如果早发现早治疗,就不会走向自杀……”

提到精神病院,你会想到什么? 是不是觉得“一进去,人就毁了”;或是“一旦被人知道自己精神有问题,就感觉抬不起头来”;或是“宁愿自己偷偷上网查找治疗方法,也绝不会主动去精神病院”……以上这几种看法是记者随机采访路人得到的回答。

“这就是人们对精神病院认识的误区。一提到‘精神疾病’,好像是在骂人。这让我们的工作有时很难开展,患者也无法得到及时有效的治疗。但真实情况是,如今精神病患的数量越来越多。”也正因此,范勇对“世界预防自杀日”引发的社会关注感到欣慰,“可以让更多人真正了解情绪问题,正视抑郁症,不再讳疾忌医。”范勇特意提到了一位名人,“李玟如果早发现早治疗,可能就不会走向自杀。”

范勇做精神科医生已有20年,其中大部分时间是给“重度精神病患者”做诊疗。疫情过后,门诊量激增。而范勇正是在一年前调至老年科做主任。这一年,他因为赶上了“老年焦虑、抑郁症患者呈爆发式增长”,工作的忙碌超乎想象。即使是提前一周预约的采访,交谈中,他的手机也会“此起彼伏”不时响起。

范勇告诉记者,“以前没有这么多病人,这说明人们的生活、学习、工作压力比以前大了很多,也更迫切需要关注自己的精神心理健康。”

&lt;/