

精神疾病患者如何心理康复治疗？

▲ 湖南省桃源县精神病康复医院 吴敏

精神病患者是指精神活动（包括感知觉活动、思维活动、情感活动、认知活动、意志和行为活动、自知力等）明显异常的一类患者。精神病患者享有接受妥善治疗并受到监护的权利，精神患者的治疗，同样是以自愿为前提。

康复治疗是精神病在漫长的治疗过程中不可或缺的一部分，当精神疾病患者患者出院后，为其采取相应的康复护理措施，主要以心理康复治疗为主，精神病患者在治疗期间如果能有一个很好的康复治疗环境的话，将对病情起到很大的帮助。

心理康复治疗

心理康复治疗又称“社会心理治疗”。是在患者接受药物治疗的同时进行了，能帮助病情得到有效控制提供帮助，使其更好。更快地恢复与完善社会心理，其中涉及患者主动参与治疗和家庭成员教育以及康复治疗，还有认知行为训练与患者互助等诸多内容。

应用这种治疗方式的目的是使用各种力量帮助精神疾病患者，促使患者的病情得到最大限度地控制，控制精神残疾的出现。同时，让患者在全社会的关系下，感受到人格的尊重和权益的维护，为精神疾病患者建立、重建社会关系和学习独立生活技能以及回归社会等体会助力，促使精神疾病患者可以更好地融入社会之中，确保患者的治疗效果。

心理康复治疗的具体内容

现如今，在国家发展的过程中，促使心理康复治疗也在不断发展，其中最为主要的内容还是以下几方面：

支持性心理治疗 这时临床使用比较广泛的一种方法，主要是倾听患者的倾诉，并且适时为患者进行疏导和安慰以及支持，这种方式是简单心理治疗方法的一种。

认知治疗 借助改变患者错误认知的方法和结论以及态度等开展治疗活动，提升患者的认知水平。

心理咨询 采用解释和启发以及辅助等方式，提升患者的认识与行为等功能。

技能训练：主要对患者的人际交往、工作和学习以及生活等诸多技能进行训练。

集体心理治疗：把拥有相同性质的患者聚集到一起，制定治疗的计划，为患者进行定期指导，让患者养成互动互助的习惯，提升自身改善心理障碍的能力。

家庭治疗：改变家庭成员间的不灵关系，充分发挥家庭成员的作用，消除所有家庭成员的心理障碍，提升患者的治疗效果。

行为方面：帮助患者解决病态行为，建立健康的行为。

音乐治疗：借助音乐为患者制造有效环境，影响患者的心境，以此达到保障治疗效果的目标。

心理康复治疗注意事项

对于精神病患者而言，要想保障心理治疗的效果，要求患者要具备强烈的救治愿望，

会积极配合治疗工作的开展。同时患者和护理人员要建立优质的护患关系，提升患者的护理与治疗效果。因为如果患者不配合，那么医术再高也很难达到治疗的目的。所以，要重视护患关系的建立。

其次，要充分了解患者具体的心理需求，结合患者的实际情况，开展有侧重点的心理治疗。研究发现，大部分的精神分裂症患者的心理需求其实和正常人差不多。只是希望获得尊重和理解以及有效沟通就好，提升患者的安全感。此外，对患者进行正常的关心与支持，以此充分满足患者的需求，进而达到保障心理治疗效果的目标。

综上所述，在面对精神疾病患者的时候，我们要采取正确的心理治疗方式，不仅需要提升患者的心理程度，还要改变患者家属的心理状态，促使精神病患者可以在治疗过程中，感受到家庭和社会的作用，满足患者的被尊重和关爱的需求。通过这样的方式，可以有效地保障精神病患者的治疗与康复效果。

新生儿出血症如何检验？

▲ 商丘市第一人民医院 郭建军

新生儿出血症也称为新生儿低凝血酶原血症，是一种新生儿自限性疾病。新生儿出血症的特点是患儿突然发生出血，其它情况都很正常，也没有严重的潜在疾病。如果新生儿出血症能尽早发现，则通过积极治疗会取得较好的治疗效果。

新生儿出血症原因

新生儿出血症的原因主要是因为维生素K缺乏所导致的，而导致维生素K缺乏的原因有很多，首先是因为维生素K存储量比较低，维生素K在经过胎盘时通透性差，因此有很少的维生素K进入到胎儿体内，而胎儿在出生时血中维生素K水平普遍较低。

其次是由于摄入量不足，因为母乳喂养的维生素K水平也是很低，所以母乳喂养的新生儿发病率相对就比较高。

另外还与合成不足有关，因为维生素K是以正常肠道菌群合成，而新生儿的肠道菌群还没有建立，这就会影响维生素K的合成。还有一些其它因素，比如患儿有肝胆疾病，先天性胆道闭锁等，从而会导致胆汁分泌减少，影响维生素K的吸收，造成维生素K缺乏加重，而且如果母亲在产前使用某些药物，比如抗凝药、利福平等，在妊娠或分娩时发生合并症等，都可能会加重维生素K缺乏，进而导致婴儿出现新生儿出血症。

新生儿出血症检验

新生儿出血分为早发型、经典型以及晚发型，因为这种病发生在特定年龄段，因此要早发现，积极治疗。

在检查出血症时，首先要注意仔细并且全面的进行病史采集和查体对孕妇的影响维生素K代谢的疾病，同时还要观察排完胎便后有没有再次出现黑便。一般检查新生儿出血症的项目有凝血功能检查、凝血因子检查、血红蛋白测定、粪便隐血试验等，凝血功能检查时以凝血酶原时间延长为主要诊断依据，血红蛋白测定可以帮助判断出血的程度和输血指标，以及粪便隐血试验可以进行关于消化道出血和出血是否停止的初步判断。

最后还可通过其它辅助检查，如患者出现血便或是呕血时，需要做肠道和腹腔彩超，如果是胸腔出血则需要进行胸腔彩超检查，颅内出血需要进行头颅CT检查等。

此外，对于新生儿出血症的诊断和鉴别，需要根据病史长有高危因素、或是有出血表现以及凝血酶原使时间的延长，同时出血时间以及血小板正常就能做出诊断。另外还需要和一些疾病鉴别，比如胃肠道出血和咽下综合征、应激性溃疡、消化道畸形或感染引起的消化道出血鉴别，而产伤性出血经常发生在分娩的先露部位，生后就会出现。还有脐部出血和脐带接扎不紧或脐部感染等引起的出血进行鉴别。

新生儿出血症治疗方法

新生儿出血症治疗方法首先是要根据病情补充维生素K，或者是给予血浆来帮助迅速止血，同时对症处理。

新生儿出血症一般治疗是胃肠道出血时，需要暂时禁食，并且静脉补充营养以及注意保暖。其次是药物治疗，如果已经发生出血的新生儿需要给予维生素K并且缓慢静脉推注或皮下注射，而消化道出血时，需要在排除孔后留置胃管，再用冷盐水洗胃。当患者合并颅内出血或肺出血时，需要给予相应的对症处理，采取综合措施，脱水降颅压，帮助恢复脑功能，减少后遗症。最后如果是出现脐部出血可以采取局部止血药，比如凝血酶、明胶海绵等加压包扎。

避免新生儿出血症的发生要从孕妇预防开始，在哺乳期的孕妇需要多吃维生素K丰富的食物，比如蔬菜、菠菜、水果、牛奶等含维生素K的食物。在新生儿出生后，要常规补充维生素K，通过肌肉注射维生素K来预防新生儿出血或是口服维生素K，对于预防维生素K缺乏性出血有着较好的效果。

同时在平时要积极预防维生素K缺乏，比如像早产儿以及患有肝炎或先天性胆道闭锁的小儿都应该要注意预防并给予维生素K。为了避免错过治疗时机而导致严重的后果，需要不断加强对疾病的认识。

远离宫颈癌可以这样做

▲ 湖南省祁阳市妇幼保健院 石双娥

宫颈癌是一种严重威胁女性健康的癌症。目前，宫颈癌是常见的妇科恶性肿瘤之一，发病率在我国女性恶性肿瘤中仅次于乳腺癌，居第二位，高发年龄在50～55岁，近年来发病有年轻化趋势。

宫颈癌主要由持续感染高危型人乳头瘤病毒（HPV）引起，与患者有多个性伴侣、初次性生生活<16岁、多孕多产、患性传播疾病、吸烟、口服避孕药及使用免疫抑制剂等因素密切相关。由于宫颈癌早期可能没有明显的症状，很容易被忽略。因此在日常生活中，宫颈癌真可谓是女性的索命利器，提起它，人们都会“谈癌色变”。

但事实上，宫颈癌也是目前人类癌症病变中唯一病因明确并可以预防的癌症。想要远离它，就必须要做好两件事：“积极预防”和“主动筛查”。因此一定要早发现、早诊断、早治疗，才能远离宫颈癌。当然，想要预防之前需要先了解清楚得宫颈癌的原因，知道了原因才能通过消灭诱因来预防得病。因此我们有必要在预防宫颈癌方面多了解一些知识，防止其发病率越来越高。

哪些情况应警惕宫颈癌？

阴道流血 患者可出现接触性出血现象，即在性生活或妇科检查后出现阴道流血；后期则为不规则阴道流血。年轻患者也可表现为经期延长、周期缩短、经量增多等；老年患者常主诉绝经后不规则阴道流血。

阴道排液 多数患者可出现有白色或血性、稀薄如水样或米泔样、有腥臭味的阴道排液。

疼痛 晚期患者下腹或者腰骶部经常出现疼痛，有时出现在上腹部、大腿根部、髋关节，月经期排便或性生活时加重。

出现以上情况，应该警惕宫颈癌的可能，需要及时就诊。

预防

注重病因预防 导致宫颈癌的主要“黑手”是人乳头瘤病毒（HPV），因此，首先

要针对宫颈癌的病因进行预防。

一是接种HPV疫苗。宫颈癌可以通过接种引起宫颈癌的HPV病毒疫苗来阻断宫颈癌的产生。目前上市的有二价、四价、九价疫苗。在日常工作中，大部分的宫颈癌患者检测发现16、18型HPV阳性。实践证明，二价疫苗能有效预防这两种高危型HPV感染，四价疫苗能预防HPV16型、18型及低危型HPV6型、11型病毒感染。HPV疫苗适应人群为9～45岁女性，最佳接种年龄12～15岁。如果女性在首次性生活前就接种疫苗效果更佳。女性可在专业医生的指导下接种适合自己的疫苗，但妊娠期及准备怀孕的妇女不建议接种HPV疫苗。

避免或者减少病毒感染发生 在日常生活中应保持良好的生活习惯及健康的生活方式，加强锻炼，规律作息，不吸烟、避免过度疲劳导致免疫力下降；谨慎过早性行为及多个性伴侣，注意性卫生，避免反复多次的流产以及分娩。

定期进行筛查 目前已经发现和签定出200多个亚型的HPV，约有54种可以感染生殖道。因此，无论哪种HPV疫苗，都无法覆盖所有的致癌型HPV。不要认为接种了HPV疫苗就万事大吉，省去了宫颈癌的筛查。接种疫苗之后，只要有性生活的女性都仍需要定期进行宫颈癌的筛查，如TCT细胞学检查和HPV检测，如果发现宫颈癌前病变或者早期宫颈癌，要及时去医院就诊，积极治疗，防止病情加重。目前，我国多省推行了35～64岁农村和城镇低保适龄女性“两癌”免费检查惠民工程，建议广大适龄妇女积极参加当地的“两癌”免费检查，享受党和政府给广大女性的“医疗福利”，达到早发现、早诊断、早治疗的目的。

积极配合综合治疗 通过定期宫颈癌筛查出来的高危人群，有部分是宫颈癌前病变，可以通过手术、物理治疗方法，将宫颈癌前病变切除，达到临床治愈的目的。如果发现即诊断为宫颈癌，患者要积极、尽早配合综合治疗，从而避免病情加重，达到延长患者生命，提高患者生活质量的目的。