

冠心病与抑郁

河南省精神卫生中心 任明芬

43岁的张先生,以反复胸前区疼痛,晕厥3个月为主要症状,多次就诊于当地县医院及市医院心血管内科。他最开始是在和同事闹矛盾后出现胸前区疼痛的,持续时间约40分钟,之后反复出现胸前区疼痛。一次在大街上行走时,张先生因胸前区疼痛而晕倒,被紧急送到医院。心电图、心脏超声、心肌酶等均无异常。但症状仍反复出现,后到市医院做冠状动脉造影检查无异常。

2010年一天上午张先生来到了河南省精神卫生中心心血管内科门诊。当时笔者坐门诊,详细询问了病史,进行体格检查,查看了患者的各种检查结果,认为患者不是心绞痛,而是因患者性格较强、与同事闹矛盾后心中压抑而导致的抑郁症状,于是给患者开了抗抑郁治疗的药物。两周后患者症状明显减轻,四周后症状消失。随诊3个月均未出现胸前区疼痛。

在临床上上述例子并不少见。由于心脏病与抑郁症有很多症状相似,因此学者认为二者具有相同的发病基础。比如,很多人在心脏病发作前,都会感到“筋疲力尽”,这也是抑郁症的重要临床表现。

抑郁症是一组以情感障碍为主要表现的精神疾病,其病因复杂,临床表现多样。抑郁症不仅影响心血管病患者的生活质量,还可诱发、加重心血管疾病并增加其死亡率。据调查心血管科58.1%患者有抑郁情绪。但广大非专科医师对此多认识不足,有文献报道在我国的综合医院门诊中,抑郁症状能被内科医生识别者仅占1/4,多数患者以躯体症状反复就诊。

反反复复临床上抑郁症当成冠心病反复治疗常见的有三种情况:首先,医生普遍缺乏精神疾病专业知识。多数综合医院医师尤其是基层医生缺乏有关抑郁症诊断和治疗的专业知识,不能准确及时辨认抑郁症状,对伴随的抑郁症状往往理解为是患者对自身躯体不适的正常反应或认为是神经衰弱而不予重视。

其次,误漏诊情况较多。抑郁症患者在综合医院就诊的情况较在精

神科更多见,临床普遍存在着漏诊率高,使用抗抑郁药药量不足、疗程不够的现象。约有半数的抑郁症患者就诊于内科或其他科,这些患者多强调躯体情况,至少有50%被误诊。

再者,采集病史困难。不少抑郁症患者自认为有病,多以各种躯体症状而求治于各个专业科室,却不愿谈及心情抑郁的问题或不承认抑郁的问题。

为防范误漏诊,应该加大心理卫生知识的宣传力度,提高全社会对抑郁症的认识;同时对广大临床医生要进行相关专业知识的培训,临床工作中要详细询问病史,全面查体,正确理解和解释相关医技检查的结果,对可疑抑郁症患者必要时请心理精神科医生会诊;制定抑郁症的简明诊断实用提纲并及时行抑郁量表测评,避免或减少漏误诊。

冠心病患者出现心理问题时如果不及时治疗,可能会加重躯体疾病。现在部分医院设有“双心门诊”,即挂一个号就能进行心血管和心理疾病的双重治疗。以下患者应该去双心门诊治疗:

患者在医院进行检查后并无器质性心脏病,但因自觉胸闷、胸痛怀疑自己患了心脏病,患者有胸闷、心悸的症状。心电图仅表现为早搏,并没有严重的器质性心脏病,但由于医生解释不正确,而导致患者心脏病不重、精神压力很大;既往曾接受过介入、搭桥、起搏器植入等手术的器质性心脏病患者,尽管手术治疗很成功,但由于经历了急救、手术、病友死亡等刺激,再加上对疾病预后缺乏了解,产生了抑郁情绪。

“双心门诊”可对患者进行心理测试,将心理问题分为轻、中、重度,对于轻度患者,心脏病专家将疾病的来龙去脉讲清楚,心理专家会告诉患者怎样进行自我调节;对中、重度患者辅以药物治疗,以尽快帮助患者消除抑郁症状,恢复健康状态。

“双心门诊”可对患者进行心理测试,将心理问题分为轻、中、重度,对于轻度患者,心脏病专家将疾病的来龙去脉讲清楚,心理专家会告诉患者怎样进行自我调节;对中、重度患者辅以药物治疗,以尽快帮助患者消除抑郁症状,恢复健康状态。

反反复复临床上抑郁症当成冠心病反复治疗常见的有三种情况:首先,医生普遍缺乏精神疾病专业知识。多数综合医院医师尤其是基层医生缺乏有关抑郁症诊断和治疗的专业知识,不能准确及时辨认抑郁症状,对伴随的抑郁症状往往理解为是患者对自身躯体不适的正常反应或认为是神经衰弱而不予重视。

其次,误漏诊情况较多。抑郁症患者在综合医院就诊的情况较在精

河南省卫生厅疾控处 主办
河南省精神卫生中心 协办
咨询电话: (0373)3373990 3373992
地址: 新乡市建设中路388号

乳腺癌好发于40-50岁人群,在传统观念中这不该是二三十岁风华正茂的女性需要担心的问题。但真实的病例一个又一个刺激着人们的神经——乳腺癌并不会放过年轻女孩。

从治疗角度看,虽然年轻患者的确在精力、体力方面都比年长的患者耐力更持久,但是往往年轻患者的病情也会更凶险,进展得更快,复发转移的风险也更高。如果能够早期发现乳腺癌,它的治愈率可以达到95%。目前统计的数据显示,中国乳腺癌的早期诊断率只有10%,很多女性都不会主动去检查乳腺,往往依赖每年一次的单位体检,其中包括红外线乳透和外科的触诊项目,但这样的检查并不能让女性高枕无忧。

红外线检查可以认为是没有意义的,原因就在于它的敏感性和特异性都不太好,结果不太准确。医生触诊也并不一定准确,但在中国目前的医疗环境下还是很有必要的。毕竟触诊能够发现一部分问题,如果让肿物长到肉眼都能看见的地步,就已经失去了保乳及治疗的机会。

很多乳腺癌在早期是很难被觉察的,需要女性经常自检以及定期的医学检查。如果想比较准确地发现乳腺癌,拍钼靶片是标准的检查手段。但是,通常年龄在40岁以上的女性,医生才建议采用这种手段,并不建议年轻女性去做。年轻人不宜过早地承受X线的损害,而且年轻女性的腺体致密,钼靶的效果也不好,建议做乳腺B超。如果B超怀疑有结节,建议随诊或者做核磁共振甚至穿刺。

年轻女孩乳房发育的时候,可能比较关注自己的胸围和身材,但别忘了每月月经以后7-10天进行一次自我检查,看是否有肿块。如果有问题及时请专业医生鉴别,到底是正常的增生,还是良性的肿瘤,或者恶性肿块。

最新调查结果显示,中国的乳腺癌发病年龄已经覆盖了20-70岁,呈现出日益年轻化的趋势。在日前举办的拯救乳腺癌女研究生小佳的新闻发布会上,专家呼吁——

年轻女孩 最好B超筛查乳腺癌

解放军307医院乳腺肿瘤科主任 江泽飞

枕无忧。

红外线检查可以认为是没有意义的,原因就在于它的敏感性和特异性都不太好,结果不太准确。医生触诊也并不一定准确,但在中国目前的医疗环境下还是很有必要的。毕竟触诊能够发现一部分问题,如果让肿物长到肉眼都能看见的地步,就已经失去了保乳及治疗的机会。

很多乳腺癌在早期是很难被觉察的,需要女性经常自检以及定期的医学检查。如果想比较准确地发现乳腺癌,拍钼靶片是标准的检查手段。但是,通常年龄在40岁以上的女性,医生才建议采用这种手段,并不建议年轻女性去做。

年轻人不宜过早地承受X线的损害,而且年轻女性的腺体致密,钼靶的效果也不好,建议做乳腺B超。如果B超怀疑有结节,建议随诊或者做核磁共振甚至穿刺。

年轻女孩乳房发育的时候,可能比较关注自己的胸围和身材,但别忘了每月月经以后7-10天进行一次自我检查,看是否有肿块。如果有问题及时请专业医生鉴别,到底是正常的增生,还是良性的肿瘤,或者恶性肿块。

最新调查结果显示,中国的乳腺癌发病年龄已经覆盖了20-70岁,呈现出日益年轻化的趋势。在日前举办的拯救乳腺癌女研究生小佳的新闻发布会上,专家呼吁——



肥胖症在美国越来越多

名为“美国健康希望”的非政府组织日前发表研究报告称,近年来,肥胖症如传染病一样不断在美国蔓延,肥胖症给美国人健康造成的威胁日渐增长。

根据报告提供的数据,美国有12个州的肥胖人口占全州人口比例超过30%。而在40年前,仅有一个州的肥胖症患者比例达到这一数字。肥胖症患者的共同特点是饮食不健康、运动少。

报告说,肥胖症人口比例最高的10个州全部集中在美国南部,其中密西西比州的肥胖症人口比例最高,达到34.4%。

研究还发现,美国1/3的青少年患肥胖症或超重。报告说,肥胖症会引发一系列慢性疾病,特别是心血管疾病等。

(高元)

柑橘具有抗衰老效果

日本研究人员日前宣布,他们在利用实验鼠进行的研究中,发现柑橘含有的一种叫β-玉米黄质的物质有抗衰老作用。研究人员认为,多吃柑橘对延年益寿有利。

在研究中,研究人员利用柑橘果汁、β-玉米黄质溶液和水分别喂食一月龄的实验鼠。结果发现,与只饮用水的实验鼠相比,饮用柑橘果汁或β-玉米黄质溶液的实验鼠寿命明显要长。此外,研究中也用的柑橘果汁与β-玉米黄质溶液中的β-玉米黄质比例

均相同,而长期分别喝这两种饮料的实验鼠除了12个月后的存活率提高外,存活率水平也相同。这充分证明了柑橘中的β-玉米黄质具有抗衰老作用。

研究人员发现,β-玉米黄质可以防止体内的脱氧核糖核酸因氧化而受损,而且能够遏制脑部脱氧核糖核酸的氧化。

研究小组中的静冈县立大学副教授海野景子指出,食用柑橘或者饮用柑橘果汁都能够增进健康,延长寿命,并且遏制脑功能的降低。(蓝建中)

空气污染或改变大脑构造 引发抑郁

研究人员分析,污染的空气之所以会影响大脑结构,是因为空气中的有害物质会让海马体中的促炎细胞因子更活跃,而海马体易受炎症影响。

美国研究人员发现,长期暴露于污染环境可能会改变大脑构造,影响学习能力和记忆力,引发抑郁。研究结果由最新一期《分子精神病学》杂志发表。

用老鼠做对比实验 美国州立俄亥俄大学神经科学系与戴维斯心肺研究院共同组织实验。

研究人员把老鼠分成两组,一组放置于空气污染的环境中,一组放置于空气经过净化的环境中。每天六小时,每周五天,持续十个月,这一时间跨度相当于老鼠寿命的一半。

“污染组”老鼠呼吸的空气中大量颗粒物,这种颗粒物来自汽车尾气、工厂污染以及空气中的尘土,直径只有2.5微米,相当于头发丝的1/30,能够进入肺部和其他器官的深处。

研究人员说,“污染组”老鼠呼吸的空气质量与生

活于污染城市中的居民呼吸的空气质量相当。十个月后,研究人员测试两组老鼠的学习、记忆能力以及心理状态。

在学习记忆能力测试中,研究人员把老鼠放置在明亮环境中,引导它们寻找附近出口。出口通向黑暗的地方,老鼠在那里会感到放松。

连续“教育”5天后,研究人员发现,生活在污染环境中的老鼠学习出口的时间长,“忘性”大。另一项测试中,“污染组”老鼠表现出更多抑郁行为,更急躁。

“这项研究为污染对健康的负面影响添加更多证据,”英国《每日邮报》7月6日引述研究报告撰写人之一兰迪·纳尔逊的话报道,“我们对长期暴露在污染环境中对健康的影响了解越多,就越有理由关注这个问题。”

导致记忆力退化 空气污染究竟如何影响



老鼠的学习能力和情绪呢?研究人员对比两组老鼠大脑,发现大脑中负责学习、记忆和情绪的海马体有明显区别。长期暴露于污染空气中的老鼠海马体突起少、负责传递信息的树突短。“先前研究显示,这种变化会导致学习能力和记忆力退化。”纳尔逊说。

研究人员分析,长期暴露于污染空气中会引发体内炎症,导致高血压、糖尿病和肥胖等多种健康问题。

(据《广州日报》) 前沿探索

重见光明

——焦作市五官医院救治白内障患者侧记

本报记者 王正勤 通讯员 何光峰 王沙

“眼睛是心灵的窗户”,健康的人可以看到花花世界,对光明早已熟视无睹。但是,对于一个患上白内障走向黑暗的人,特别是对于那些处于贫困状态下的患者来说,恢复光明又是多么大的奢望。“健康快车”、“百万贫困白内障患者复明工程”、“创建白内障无障碍市”等一系列活动,通过医院把政府关注民生、服务民生的惠民之策实实在在地送给了那些最需要帮助的人。

严计山,63岁,沁阳县召乡幸福村人,一辈子没有结婚,跟着自己的日子生活。4年前,因白内障而致眼睛失明,从此完全失去劳动能力、生活不能自理。

四处看病求医 老人绝望至极

从4年前失明开始,他四处求医,跑过村卫生所、市里的各大医院,因为眼睛条件太差、手术风险太大,而被拒之门外……2008年“健康快车”来到焦作,严计山激动万分地登上“健康快车”,期待北京专家给他做手术,希望能再次看到五彩缤纷的世界。北京专家仔细检查后,严肃地说:“条件不符合,不能给你实施手术。”严计山像霜打的茄子一样,回到了家,几天都没有合眼,他依然记得从手术台上下来时悲痛的心情,想想自己要带着这双瞎了的眼睛走完人生,还要麻烦别人照顾,心里真是有无尽的遗憾。

日子就这样一天天的过着,因为生活不能自理,一日三餐,常常是侄子做好放到手里,棍子成了他日常生活的伴侣。出门对于他更是困难,拿着棍子一点一点往前走着,碰到墙壁、碰到台阶,腿青一块紫一块是再经常不过的事情。好不容易走出家门,但是回去时却怎么也找不到路,仅仅距离家十几米的路,要来回回点十几分钟到半个多小时。有时候,有些顽皮的小孩子,还拉着棍子把他带到离家很远的地方,故意捉弄他。

筛查组带来新希望

今年4月底,焦作市五官医院贫

困白内障筛查组到沁阳开展普查工作。严计山从喇叭里听说筛查组来了,重见光明的渴望怦然又起,他和侄子商量着,让筛查组的医生看一下,看看还有没有什么希望。

给老人检查的是焦作市五官医院眼科副主任荆国利,检查后荆主任皱起了眉头:“眼睛条件很差,感光也不好,而且角膜也比较浑浊,不符合条件。”严计山垂下头,泪水打湿了衣襟,嘴唇颤抖着:“看来,老汉我这辈子是再也没有机会看到光明了。”“不是完全没有希望,但是……”听到荆主任欲言又止,严计山怔了一下,突然激动地抓着荆主任的手说:“你別说了,北京专家都说了,风险大,做不好会摘眼球,我又等了3年了,都成个累赘了,我还怕啥呀,眼睛已经坏成这样了,还能坏到哪一步,你试试不中,就算最后眼球瞎了,我也不会埋怨你一句。”荆主任说:“听到您刚才的一番话,我实在不忍心,不给你做是对你好,因为我眼睛条件太差,我可以给你做,但我不敢打保票,做完手术后你就一定能复明。”严计山不住地点头。“你只要答应我做手术就行。”紧紧抓着荆主任的手,就像抓住了一根救命稻草,重见光明的渴望让人心酸动容。

凭借丰富经验 老人重见光明

由于下乡的任务不能耽搁,荆主任把严计山的手术托付给有多年手术经验的眼科主任周育柱。无影灯下,周主任凝神聚气,没有像平时手术在显微镜下操作,而是凭借多年的手术经验,一点一点地探寻着做手术,浑浊的角膜,到处都是血管,一丁点的失误都可能造成老人眼球摘除,汗水顺着周育柱的脸上往下流,旁边的护士拿着毛巾不停地擦着周主任从额头上流下的汗水。

时间在一分一秒地走着,手术室里的所有人都屏住呼吸,探着头看着洞中下的眼睛,时间好像都凝固了一样,周主任的每一个动作都牵动着大家的心。手术室外,严计山的侄子也

是心怀忐忑,在走廊上来回踱步,两只手掌不停地揉搓。

当沙布贴到眼睛上的一霎那,周主任轻轻抬起头,长长嘘出一口长气,从他的眼神中看出,手术是顺利的,旁边的医护人员掌声一片。

第二天,护士给严计山换药,他突然大叫道:“你穿的是粉色的衣服,是不是!”护士说:“对,大爷,您能看见了!”周主任来查房,说“嗯,手术是比较顺利的,每天坚持按时点眼药,恢复一个星期左右,再来复查,视力应该会比现在还要好些。”严计山看着周主任和护士激动得直颤抖,泪水吧嗒吧嗒往下滴,周主任笑着说:“刚做完手术可不能哭,不能受刺激。”并叮嘱护士提醒他,回家要多休息、多点眼药。严计山感动之余,只是不住地说谢谢、谢谢。

再次看到世界 五官医院让他重生

一周后,来到焦作市五官医院复查的严计山,和过去最大的区别就是手里的棍子不见了,走路的步伐更大了。在侄子的陪同下,他一步两个台阶地冲上眼科检查室,看着老人红光满面精神矍铄,荆主任拍着老人的肩膀说:“老哥,怎么样?”严计山乐得合不拢嘴:“你都睡不着了,我这几天晚上都睡不着,想了好多事情,我真是太高兴了,都不知道该干点什么事了!昨天俺还骑着三轮车绕着村里大马路跑了一下午,见人就说我的眼睛能看着了,是在焦作市五官医院做的手术,焦作市五官医院的医生水平就是高。”荆主任淡淡一笑:“应该的,应该的,你眼睛能重见光明比什么都好。”是啊,一个人从拖累变成自立,从黑暗走向光明,那几乎就是重生啊!

医生诊室来来往往很多人,严计山兴奋地逢人就说:“是荆主任和周主任让我又活了一回,我真是不知道该怎么感谢他们,北京专家都看不了,结果焦作市五官医院让我重见光明了,专家就在咱身边呀!”那份掩饰不住的喜悦和欢笑,不时引来过往病人和家属的驻足回望。

一片冰心为移民

——唐河县疾控中心真情服务移民掠影

本报记者 乔当归 通讯员 邢运生 何昌玉



疾控中心工作人员进驻梁庄移民新村

丹江碧水一线牵,唐河渐川心相连。

2011年5月5日,南阳市丹江口库区第二批移民搬迁工作正式启动,6月形成搬迁高潮,搬迁人数达到3.3万人。唐河作为全省南水北调丹江口库区移民安置第二大县,第二批共搬迁移民2070户,共计9539人,涉及7个乡镇9个安置点,已于6月7日至6月29日分10个批次搬迁完毕。

为积极响应唐河县委“搬得出、稳得住、能发展、快致富”的移民工作思路,唐河县疾控中心主要领导分片包干,分包入户,组织带领宣传、消毒

和免疫规划组,参加移民志愿服务

“您为俺们想的真是太周到了,谢谢!……”当唐河县桐寨铺梁庄移民新村的李女士,接到当地疾控中心的服务人员递上的《预防传染病知识宣传册》时,憨厚的脸上洋溢着喜悦感激之情。

唐河县疾控中心先后到梁庄镇梁岗、古城乡文坑、桐寨铺梁庄、各岗乡李家村移民新村,积极结对帮扶,或引导进入新居,帮助搬运家具、生火做饭,对其进行膳食营养指导;或对移民新村水质进行全面检测;对周边水渠、坑塘、新居进行全面消毒;或为适龄儿童进行查漏补种和应急接种;或把预防肠道病、疟疾、结核病、艾滋病的宣传材料送到每一户移民家中,对其宣讲夏季饮食及预防肠道传染病和疟疾等季节性传染病知识。

哪里就有移民,哪里就有唐河县疾控中心的身影。当移民踏入新村之时,县疾控中心的志愿宣传员即把一份份预防传染病知识的小折扇、小折页、小册子及时送到他们手中。

在梁庄镇梁岗移民新村,唐河县疾控中心组成23人青年志愿者结对帮扶,帮助移民搬家,为其生火做饭、进行膳食营养指导……

在古城乡文坑移民新村,共青团员组成的志愿者活跃在移民搬迁的各个角落,引导移民入新居,对其宣讲夏季饮食及预防肠道传染病和疟疾等季节性传染病知识,对蚊蝇孳生场所进行彻底免费消毒杀虫……

在桐寨铺梁庄移民新村,唐河县疾控中心在醒目位置设立了宣传点,宣传骨干分片包干,把印满预防肠道病、疟疾、结核病、艾滋病的宣传材料送到每一户移民家中。消杀队集中到移民新居的卫生间等蚊蝇孳生场所进行消毒全覆盖,主要领导分包到户,让移民迁入新居的喜悦之际就学习掌握了预防传染病知识……

在梁庄镇李家村移民新村,消杀人员对周边水渠、坑塘、移民新居的各个部位进行了全面消毒……

自移民工程启动以来,唐河县疾控中心组织有156名志愿者活跃在移民搬迁的各个角落。发放各种预防传染病知识宣传材料(画)8000余份,消毒杀虫面积达5万余平方米,建卡登记、查漏补种2300余人次,实现了儿童免疫规划、艾滋病结核病防治常态化接轨。



工作人员在做理化检验



向移民群众发放疟疾、肠道传染病宣传资料



消杀灭蚊蝇