



本期热点
编者按
印度洋海啸发生后，我国已派出多支医疗队奔赴多个受灾国家，协助当地政府进行医疗救助工作。不仅如此，据了解，目前我国一些心理学专家已接到卫生部的通知正在待命，随时准备赴灾区进行“心理援助”。
那么，像海啸这样的重大灾害会给人们的心理带来什么样的不良影响？心理援助对受灾的人们会有什么样的帮助呢？

消除心中的海啸

心理干预利于灾后重建

大灾之后防大疫，是一条基本的救灾规则。但实际情况似乎远比人们想象的要复杂得多，在痢疾、疟疾等这些传染病之外，还有一种可怕的“心理疫病”可能会出现，那就是心理危机。发生在印度洋的海啸灾难已经过去十多天，那些从滔天巨浪下逃生的人们无疑是幸运的，但他们如何才能摆脱痛失亲友、生活巨变的心理阴霾呢？
灾难，不仅是地震、泥石流等天灾，也包括像战争、人质绑架这类突发事件，由于其突发性、剧烈性，会给人带来情感上的巨大冲击，可能会导致心理和行为的扭曲，并进而给人的一生都留下阴影。因此，在对海啸受害者进行物质和医疗救助的同时，心理救助也被迅速提上了议事日程。实际上，与救治肉体上的疾病相比，心理救治在灾难时刻对人们心理平衡的重建和应急行为的疏导，发挥着更加重要的作用，有利于促进人们在灾难后的社会适应和心理康复，避免心理痛苦的长期化和复杂化，更有利于经历灾难的人们重新投入正常的工作和生活。

在海啸发生几天后，一部分幸存者的精神状态还远没有恢复到可以重新正常生活的水平，他们身上出现的一些症状，是心理学家以前从未在相关教科书上看到的。法国救援队官员若埃克·克萊罗说：“有的人因为自己活了下来而心怀深深的负罪感……一名男子告诉我们，我亲眼看着妻子的头被击得粉碎，我松开了抱着孩子的手……”在工作人员说服他回到曼谷之前，他已经在普吉岛独自徘徊了6天，粒米未进，不眠不休。“还有的人将幸存者所经历痛苦转移到自己身上。”一名女受害者在灾难中失去了自己的孩子，她的哥哥从法国回来后，也反复被她的这种痛苦折磨着，这是一种创伤再现。
泰国的心理学家和精神病学家对800多名海啸幸存者的调查发现，这些人存在着与日俱增的自杀风险。

① 海啸过后心理危机频频

心理困扰 性病难愈

性病是近年来发病率较高的一种疾病。它不仅给患者造成躯体上的痛苦，而且还会给他们带来严重的心理困扰，甚至会产生某些心理障碍。而这种心理障碍在很大程度上又会对疾病产生不良影响。
首先，患者不良的心理状况会导致免疫力下降，因此影响机体对病原体的抵抗力，而使性病经久难愈。其次，患者不良的心理状况会导致对治疗的依从性下降，有些患者不能按照医生的医嘱规则治疗，而是打一针换一个地方；有些人则对疾病绝望而放弃治疗。其三，性病患者特殊的心理状态，会导致他们不去正规医院进行规则治疗，而是选择较隐蔽的小诊所，部分患者甚至偷偷买些药物服用了事。这样对疗效都是有影响的。其四，因为性病的隐私性，患者不愿意让配偶同时接受治疗，从而形成双方相互传染、迁延不愈的局面。其五，医源性因素。部分医生由于缺乏职业道德，随意夸大性病的治疗难度和危害性，使患者的心理状况更加恶化。
因此，对于性病的治疗，医务人员要注意因人而异，针对不同的心理状况选择相应的治疗方法。对那些有心理障碍的患者，要根据具体情况，重点消除他们的恐惧感，做好解释工作。不能歧视和冷淡患者，而应向他们讲清楚性病的防治知识，使他们认识到性病对个人、家庭和社会的危害，并且掌握一定的自我防护知识，杜绝再次感染性病。同时，要求患者的性伴侣同时接受治疗，并鼓励家属谅解患者，增强患者战胜疾病的信心，还要做好保密工作。
文 贾建军

“肾病康复行动”在京启动

本报讯 由中国医疗保健国际交流促进会主办的“肾病康复行动”日前在北京启动。
据了解，目前各种各样的社会压力、不良的生活习惯等导致了我国肾脏病发病率有所升高。一般来说，得了肾脏病的患者，全身新陈代谢都会出现异常，还会继发身体其他部位不同程度的损害，从而严重影响患者的工作和生活。更可怕的是，肾病比较容易恶化，引发尿毒症等严重病变，这不仅给患者带来了无穷无尽的痛苦，也给家庭和社会造成了沉重的经济负担。这些问题已引起了社会的广泛关注。
据中国医疗保健国际交流促进会常务副会长兼秘书长王铁城介绍，“肾病康复行动”启动的目的就在于传播肾脏病科学防治知识，推广安全有效的防治方法，让广大患者能够用一种积极的心态去认识肾病，鼓起勇气迎接疾病的挑战，早日走向康复。
据行动组委会介绍，此次行动主要从以下三个方面开展工作：成立一个三级专家讲团，奔赴全国各地开展肾脏病防治知识的健康科普讲座；组织权威专家编写肾脏病防治科普读物，免费向社区、农村患者发放；制作肾病防治知识科普宣传片，联合各地媒体开展科普宣传。（杨六香）

中国卫生救援队北京友谊医院分队赴斯里兰卡

1月2日中午12时55分，由北京友谊医院和北京市疾控中心14名专家组成的北京市第一支国际救援医疗队，登上了飞往斯里兰卡的航班，奔赴海啸灾区。代表祖国人民和广大医务工作者，发扬国际主义精神，去迎接国际救灾医疗援助任务的严峻挑战。这是继上海、广东之后我国派出的第三支国家医疗救援队。（友谊医院宣教科）

心理危机干预作用凸显

心理危机干预越来越受到重视，也越来越被人们认识了。据了解，北京回龙观医院面向全国的“800-8101117”免费“心理危机干预热线”，自2003年“非典”时期开通后，在一年半的时间里，国内外共有约11万人次拨打该热线，被接听的来电达四万余人次。众多面临生命危机的来电者在与专业接线员的沟通中放弃了自杀的念头，重新找回生活的勇气。
近些年来，心理危机干预还多次被用到公共安全事件的处理中。以往，人们在灾祸过后大多在物质上给予支援，受害者的心理需要被忽视了。现在，人们意识到，灾祸过后的心理创伤和痛苦更需要抚慰。
据了解，我国第一次心理危机集体干预出现在1994年。新疆克拉玛依市友谊宾馆火灾过后，精神卫生工作者参加了抢救组，对伤亡者家属的心理危机进行了为期两个月的干预。2002年“大连空难”之后，有关单位邀请专家在大连和北京分别举行了三次集体心理干预，为死者的亲友、同事提供意见和建议，让他们宣泄悲伤、倾吐感受，并进行药物方面的治疗。对个别心理问题严重的人还进行个别的心理辅导。在北大“山难”和“非典”中，也应用了心理危机干预，都取得了非常好的效果。尤其是在“非典”时期，心理干预无论是对普通人，还是对一线的医务人员、患者都起到了非常积极的良好作用。深入到“非典”一线的心理学者，还进一步完善、总结了有关心理干预的方法、效果。
我们有理由相信，随着心理危机干预这个概念被人们所认知，心理危机干预将发挥更大的作用，将使更多的心灵受伤的人们重新积极面对生活。

做X线检查 病人真的无须防护?

走出误区
众所周知，X线对人体有害，放射科的技师有隔离室做防护，病人是否也需要防护呢？北京疾病预防控制中心的专家近日指出，目前采用辐射技术为患者诊疗的过程中，医护人员避免了X线对身体的损伤，患者却充分暴露在X线下，这对他们的健康是一种威胁，因此必须对接受X线检查的患者进行防护。
医院 违规成常规
据北京卫生监督所副主任医师娄云介绍，X线检查包括X光片、胸透、CT等，这些对病人来说都是有害检查。出于病情需要，只有经过X线检查才能做出确诊的时候，医生应该说服病人选择X线检查。但同时也应告知病人X线对人体的损害，以及如何正确地佩戴铅制防护用品，如何保护非检查部位器官。一般情况下，一台X线机器都配有一套铅制的帽子、围脖、背心、围裙。但是，这些“应该”的内容，而今在不少医院都被省略了。
娄云在检查医疗机构时，曾发现不少医院违反《放射工作卫生防护管理办法》，他也就此向医院提出过质疑，得到的却是院长们的大倒苦水。原来，防护服都不是一次性用品，病人觉得不是一次性医疗用品肯定不干净，因此都不愿意使用防护用品。娄云提出，这个问题不难解决，医院在防护用品里面套上一层一次性内衬就能解决病人的排斥感。但是，这样一来，医院抱怨说，X线检查的成本会上升，卫生局又没有此项收费的规定，增加的一次性用品费用要由医院承担，医院当然不肯。此外，多数病人的防护意识不强，不配合医生工作，不屑使用防护用品，助长了医院违规操作之风。
X线：一把双刃剑
X线检查是一把双刃剑。一方面，X线影像能清晰地分辨病变部位，另一方面对患者身体却有损伤。国际辐射防护委员会的研究结果显示，身体受到0.075Gy(辐射的剂量单位)的X线照射，就可能诱发癌症或遗传性疾病。北京市疾病预防控制中心放射卫生防护所主任技师杜国生告诉记者，一份来自北京、上海、深圳等城市的不完全统计显示，平均100人中，每年有500-620人接受X线检查。每年的入学检查、升学检查、从业检查、单位体检，都离不开X线胸透。他说，照此计算，像北京这样一个1300万人口的城市，每年大约有350人可能因照射X线诱发癌症或遗传性疾病。
照X线对患者身体有损伤已是不言而喻的事实。因此，《放射工作卫生防护管理办法》要求，医务人员对患者和受检者进行诊断、治疗时，要严格控制受照剂量，对邻近照射野的敏感器官、组织应进行屏蔽防护。尤其对孕妇和幼儿进行医疗照射时，应当事先告知对健康的影响。娄云认为，医生有责任告诉患者照射时佩戴防护用品等常识，并应为患者配备相应装备。不论医院有多少苦衷，既然法律有规定，医院就应依法办事。
目前，“病人进行X线检查无任何防护”这一违规操作，似乎已因为公众习惯而合法化了。要改变这一现状，业内人士认为，关键还是主管部门的政策导向和医院对病人的宣传力度。政府、医院应重视医用辐射检查的可损伤性，社会宣传和舆论更应将X线检查的“双刃”性告诉公众，进行X线检查的病人应主动要求、配合医生采取必要防护措施。（新华社）