过去要到北京上海住院 现在家门口就能办到

杭州市七医院昨推出 儿童青少年心理科普通病房、VIP病房

记者 张姝 通讯员 徐康

小患者有个好消息:杭州市第七人民医院(浙江大学医学院精神卫生中心)又开新病房了,分别是儿童青少年心理科(简称儿少心理科)普通病房和VIP病房。

“儿童心理疾病的诊断具有专业性和复杂性,单靠门诊个把小时的问诊,有时候很难确诊。同时,有心理障碍的孩子本身沟通就有一定难度,需要我们医生花更多耐心和爱心去和孩子建立信任感,这样一个系列的科学评估往往需要2至3天。有了住院部,极大地方便了孩子和家长的就医,同时提高了医疗效率和治病效果。”市七医院儿童心理科周国岭主任说。

市七医院院长张永华昨天也细致查看了整个儿少心理科病区,他说:“儿少心理科的开建,是浙江省精神卫生专科医院中的创新举措,标志着市七医院向集医疗、科研、教学、康复与防治功能于一体的三级甲等精神疾病专科医院的目标,又迈出了坚实的一步。”

市七为患儿创造舒适、安全、充满趣味的诊疗环境

从2010年起,市七医院成立市心理卫生中心儿童分中心。

2011年成立儿童心理科,主要诊疗儿童学习障碍、自闭症、多动症,这几年门诊量持续增长50%。

“很多外地来我们科就诊的家长,往往需要在周边租房或住宾馆,很不方便。现在有了病区,患儿住在医院里,可由专业的护工帮忙家长照料孩子,家长的心态可更放松,反过来也利于孩子疾病的治疗。在VIP病房,我们为患儿提供更多的独立空间、保护隐私,定制个性化心理治疗。上午已有家长带孩子看过病房了,开玩笑说,套间还具有独立的会客室,很像星级宾馆。特别让我们欣慰的是,孩子们也很喜欢这里的装修环境。”周主任一边说一边带着记者参观了一圈病房。

身为国内知名的儿童心理学专家,周国岭主任也是一位父亲,他从病区建设的每一个小细节抓起,对患儿们倾注了父亲般的爱。

“你看,很多小朋友害怕医院里雪白的床单,我选了蓝黄红相间的条纹花案和卡通图案的床单,还特地定制了低矮病床。房间里很多医疗器械的按钮感觉冷冰冰的,我们就贴了笑脸图案的贴纸。”

周主任说,有时候我自己就会坐在病床上,想象一下患儿们坐在这里的感觉,“比如视线会看到哪里,哪里有尖锐物可能会磕着碰着……细细琢磨后,再进一步去改进布置,通过点滴努力为患儿创造更舒适、安全、充满趣味的住院环境。”

儿少心理科的病区有30多张床位,其中6个单人间。适合16周岁以下的儿童、青少年治疗情绪障碍、焦虑症、强迫症、抑郁症、厌学、抽动障碍、自闭症等心理疾病。

现在主要开展的康复训练项目有,感统治疗、可视音乐治疗、听觉统合治疗、认知损害矫正、脑电生物反馈治疗、沙盘游戏治疗等。

VIP病区位于4号楼8楼,大楼背靠老和山,视野开阔。每个房间都有独立的卫生间、空调、电视、Wi-Fi。同时配备沙发、茶几,便于会客。适合睡眠障碍、焦虑障碍、心境障碍等患儿或成年患者入住。

“下一步,我们也将推出日间病房,让孩子、家长选择更合适的治疗方案。”周主任说。

市七文一路门诊部下周开出青少年学业压力咨询门诊

家长过高的期望、自身成绩下滑或不理想……这些学习压力往往会给青少年学生造成现实的精神和心理负担,据统计,我国约有3000万青少年处于心理亚健康状态。

“在这样的背景下,下周,市七医院的文一路门诊部将新开‘青少年学业压力咨询门诊’,会有专门的医生一对一地为患儿评估,给出详细的心理体检报告,明确指出下一步后续的诊疗措施。”

周国岭主任说,现在,儿童心理科每周一至周日均有儿童心理专科门诊,每周二、周四下午为学习障碍门诊,周三下午为自闭症专病门诊。

市七儿童心理科是浙江省儿童心理卫生专业委员会、省自闭症家长联谊会工作基地,成立于1996年,设立了儿童感觉统合训练室、儿童心理研究室、儿童心理测评室,采用多种国内外通用的心理评估手段,对儿童的心理健康状况进行全面系统评估。同时开展感觉统合治疗、听觉统合治疗、可视音乐治疗、脑电生物反馈治疗、沙盘游戏治疗、自闭症康复训练等。“很多家长说,心理疾病患儿的天空是灰色的,我们希望用多种治疗手段有机结合,为孩子寻回快乐的天空。”

活动提醒——

11月12日8:00起,市七医院在一号楼三楼儿童心理门诊举办“儿童心理咨询大型义诊”。

11月27日14:00起,在杭州图书馆一楼举办“青少年儿童情绪障碍的认识和应对”科普讲座,欢迎参与。

立冬了 进补正当时

过了立冬,冬季就算真正来临了。中医讲究立冬补冬、立冬养藏,意思是说冬季适合蛰伏修养,调理身心,为来年的好身体打基础。另一方面,冬季人们胃口好,各种营养物质易吸收,加上不易出汗,消耗少,身体更易储备能量。因此,冬季进行调养可起到事半功倍的作用。

记者 周洁琼

冬季适合吃膏方

与各种补品相比,膏方讲究“量体裁衣”、一人一方,是针对每个人体质的个性化的滋补品。

膏方在我国历史悠久,古代只有皇亲贵族、豪门大户才能享用。如今,随着人们生活水平提高,它已逐渐“飞入寻常百姓家”,成为江浙一带不少人冬季进补的主要方式。

中医专家认为,膏方是中医药智慧结晶之一,它可补虚扶弱、防病治病、抗衰延年,适用性较广。气血不足、五脏亏损、身体虚弱者可服用;外科手术、妇女产后及大病、重病、慢性消耗疾病等处恢复期的患者可服用;有慢性哮喘、慢性支气管炎的老人小孩也可服用。现在的白领亚健康人群,膏方也很适合。

滋补膏方一般立冬后就可服用,一直持续到来年开春。和普通中药比起来,膏方服用方便、口感好,还易于携带,因此接受度更广泛。

高丽参常入膏方,也常被作为国礼相赠

一剂膏方主要由中药饮片、细料药、胶类、糖类及辅料等几部分组成。细料药,又称细贵药材,是处方中体现膏方补益虚损或有特殊功效的重要组成部分,常用的如人参(生晒参、高丽参、西洋参等)、鹿茸、冬虫夏草、灵芝等。

高丽参作为具有代表性的细贵药材,在膏方入药已非常普遍。现存的中药学专著《神农本草经》记载:“人参,主补五脏,安精神,定魂魄,止惊悸,除邪气,明目,开心益智。久服,轻身延年。”

韩国(古称高丽)占据人参生长绝佳位置,高丽参生长在韩国北纬36度至38度,它和世界黄金奶源带一样,纬度的气候条件决定了人参品质的良莠,高丽参的产地可谓是“黄金人参带”。

正因为高丽参卓越的品质,在物以稀为贵的从前,高丽参一直是帝王权贵的御用灵药,深宫珍馐。

据徐有闻《戊午燕行录》记载,人们熟知的清朝乾隆皇帝,就因为在过年吃多了性寒的生食,不得不每天煎服四钱红参(蒸煮加工后的高丽参)来温养脾胃。现在,高丽参也常常被作为韩国国礼馈赠给外国元首。

加入高丽参这味药材后的高丽参膏方,适合阳虚体质、气虚体质及具有新陈代谢减慢病症、身体器官功能减弱病症的人服用,而且采取高科技低温加工法进行萃取浓缩后,膏方中人参皂甙成分能提取出更多,有益人体。

随着冬令进补观念的深入,市场上各种膏方和滋补品鱼龙混杂,服用伪劣次品,会造成健康危害。提醒大家在选用膏方原料时,最好认准大品牌,并且到正规渠道购买。