

中国医师节 致敬中国医师

走近精神世界的“掌灯人”
倾听厦门市仙岳医院医师们不一样的独白

著名的心理学家弗洛伊德曾在他的著作中列举了这样一个事例:一个3岁的男孩在一间黑屋子里大叫:“阿姨,和我说话!这里太黑了,我害怕。”阿姨回应:“你又看不见我。”男孩说:“没关系,有人说话就带来了光。”

是的,“有人说话就带来了光”。对精神疾病患者而言,精神心理医生就是那位带来光的人,是精神世界的“掌灯人”。第六个中国医师节来临之际,记者采访厦门市仙岳医院的医师们,看看他们如何走近患者的精神世界。

专注而持之以恒
打开医患关系的钥匙就是真诚

择一业,而终一生。厦门市仙岳医院中西医结合精神科苏志斌,从事精神科临床一线工作已有17个年头,6000多个日日夜夜,甘之如饴,持之以恒。

丽丽(化名)是一名步入职场一年多的年轻人,6年前,在她读高二的时候,因为异常举动,家人带她到厦门市仙岳医院找到苏志斌。在个体治疗中,苏志斌采用开放式提问,进行共情性倾听,给丽丽提供稳定的治疗氛围,同时收集她的基本信息及成长经历。经过反复的、有技巧的沟通,丽丽在治疗中“破防”了,将内心深处的“秘密”说了出来。

“丽丽自幼成绩优异,从小学三年级就开始思考生存的意义,在她的精神世界里看到的天空是黑色的,感受到的更多也是痛苦。”苏志斌说,这种特殊的情况是没办法改变的,要做的便是陪伴,像一场舞台剧一般,我们既要充当观众又要做场务,在“演员”危险的时候拉她一把。

“交流中保持亲切、尊重的态度,才能产生共情!”苏志斌在取得丽丽信任后给予她药物治疗,之后开始长达6年的心灵陪伴之旅。丽丽的精神状态也趋向稳定,成功考上理想大学,找到了满意的工作。

“精神科医生的一份坚守、一份执着、一份无私大爱的奉献,是很有意义的。”苏志斌说,每天面临的大多数都是重症精神障碍患者,治疗的过程漫长且反复,一定程度上消磨了医生的



苏志斌为精神疾病患者把脉

职业成就感和认同感。但我们见过太多家庭因为有一位精神病患者而支离破碎,惨不忍睹,一名重症精神病患者给一个家庭带去的打击是毁灭性的。我们救治一名患者,就是一束光,照亮他整个家庭,照亮他做人的尊严。

佳佳(化名)今年18岁,是一名边缘型人格障碍患者,多年来她尝试吃药、割腕等方式自杀已经不下10次,国内求诊过的精神科医生超过50人,很多医生都惧怕接诊她。苏志斌接诊她后利用人本主义倾听技巧,让她的负面情绪得以释放。

“一定要理解患者行为背后的内心活动。”苏志斌说,“打开医患关系的钥匙就是真诚,走进患者内心,让他们发现自己不需要那么敏感、能表达内心的需求,就能取得很好的诊疗效果。”

通过与佳佳反复沟通,苏志斌发现,在佳佳的成长环境中,有很多不安因素在影响着她。苏志斌抽丝剥茧、对症下药,经过治疗后,佳佳已基本能较好地控制自己的情绪,如愿求学、恋爱、生活。

医生就是病人的“山”
坚持用耐心敲开“心灵壁垒”

2018年,胡燕玉硕士毕业后,便开始在厦门市仙岳医院工作,在睡眠医学中心临床领域默默耕耘了5年多。在临床工作方面,她对专业知识刻苦钻研,精进医术;在处理医患关系方面,她耐心温和;在科学研究方面,她具有探索创新的精神。她的科研成果多次在国外期刊进行发表,已发表SCI论文3篇,论文《关于新冠肺炎住院患者心理健康状况影响因素的研究》获得了第十五届福建省自然科学基金优秀学术论文三等奖。



胡燕玉查看患者恢复情况,并耐心讲解

说起深耕睡眠医学专科,胡燕玉说,失眠是一种疾病,同时也是精神心理科领域最常见的临床症状,从事临床心理科这么多年,遇到了太多因为失眠问题没有得到及时有效的治疗而演变成慢性、难治性失眠的患者。胡燕玉擅长运用药物与非药物如物理治疗、心理行为治疗等相结合的方法,诊治睡眠障碍、焦虑障碍、情绪障碍等精神心理疾病。

美美(化名)是一名即将毕业大学生,三年前因彻夜失眠,

每天都要通过吃安眠药才能入睡,父亲带着她到厦门市仙岳医院找到胡燕玉。经过专业的有效沟通,胡燕玉发现美美有很严重的抑郁症,而且压抑了至少六年。寻根究底后,犯病的根源是糟糕的家庭环境。美美的父亲常年在外务工,母亲脾气暴躁且与婆婆的关系非常不和,家中经常爆发激烈争吵。想要解决美美的问题,必须从改善家庭氛围入手。胡燕玉找到美美的母亲,发现她也患有精神疾病,经过数小时耐心劝说,美美母亲也愿意接受治疗。用药和心理治疗数月后,美美母亲情绪得到改善,美美也开始慢慢停药,睡眠质量改善明显。

“在与患者的接触中,坚持用耐心敲开‘心灵壁垒’,用真诚与‘精神’对话,从他们的故事里寻找正确的治疗方法。”胡燕玉说,医生最大的幸福就是得到病人的信任,一旦良好的医患关系建立起来,医生就是病人的“山”,只有把患者当亲人看待,才能真正让他们有依靠,才有可能建立好医患“联盟”,让他们尽快康复,好好学习生活或工作。

“特别有耐心、特别温柔的一个女孩子。”胡燕玉的患者陈阿姨评价说。起初陈阿姨找到胡燕玉时,觉得她这么年轻会医术不好,经过胡燕玉耐心且精准的诊疗,困扰陈阿姨多年的睡眠问题很快得到了解决。陈阿姨逢人便夸胡燕玉的好,陈阿姨所在的小区睡眠障碍患者都接连组团找胡燕玉看诊。

(廖小勇 陈鹭)

福中医学子 探寻红色中医文化

8月10日,福建中医药大学人文与管理学院“践行健康中国战略 探寻红色医药文化”社会实践队来到福建省龙岩市长汀县福音医院和福建省汀州医院。

福音医院系中央红色医院的前身,坐落于福建省龙岩市长汀县城北卧龙山脚下,是国内最早为红军

服务的医院,中国人民解放军和新中国医疗卫生事业正式从这起步。社会实践队的队员在讲解员的解说下,一步一步探寻红医文化,深刻领悟红色医药文化中所蕴含的魅力,探寻红医文化传承,将真正的红医精神留在心中。

随着时代的变迁,福建省汀州

医院秉承着传承红色医药精神的理念在持续地发展,其理念为“传承红医精神,坚持以人为本”。在实地参观过程中,我们了解到福建省汀州医院坚持推进医疗信息化建设,持续提升医疗服务能力,将红医精神贯穿始终,致力于打造一个“有温度”的智慧医院。

红医精神是中国医学界的一种珍贵精神财富,是一种无价的宝贵财富,它以其独特的价值影响着当代医学的发展。红医精神激励医护人员奋斗、坚定责任担当,传承医学专业精神,使得当代医学以更高的水平服务于人民群众的健康事业。

(福建中医药大学人文与管理学院)