

破除病耻感是青少年抑郁防治的第一步

●本报记者 张思玮

“抑郁症的早期发现和识别很重要。处于成长发育过程中的青少年可塑性强,越早发现,治疗越好,对他们成长和人生的影响越小。”

10月10日是第33个世界精神卫生日,在“联合起来,消除病耻”2024世界精神卫生日绿丝带系列活动中,重庆医科大学附属第一医院精神医学中心主任况利表示,家长应积极学习和掌握抑郁症的相关知识,密切关注孩子的情感和行为变化,尤其是当孩子多次表达心理困扰时,应及时寻求专业帮助,避免延误诊疗,错过最佳干预窗口期。

青少年心理健康问题 还未引起足够重视

近年来,青少年已成为抑郁症高发人群之一。《中国儿童青少年精神障碍流调报告》显示,在6至16岁在校学生中,中国儿童青少年的精神障碍总患病率为17.5%。根据2024年5月发布的

《2024儿童青少年抑郁治疗与康复痛点调研报告》(以下简称报告),被诊断为情绪障碍的儿童青少年,首次确诊的平均年龄为13.41岁,其中男孩占51%。

值得关注的是,青少年心理健康问题还未引起家长的足够重视。报告显示,超过四成的家长在孩子主动求助3次以上才带其就医,62.8%的家长认为孩子存在中等程度及以上的就诊延误。

“青少年心理健康是关系国家和民族未来的重要公共问题。‘渡过’作为抑郁科普、互助社区和专业支持平台,深知健全社会心理服务体系对于国民心理健康,尤其是青少年心理健康的重要性。”“渡过”抑郁患者社区负责人李香枝呼吁,应提升全社会对精神疾病领域的认知水平,减少偏见,营造支持性环境,共同守护青少年的心理健康。

此外,抑郁症患儿家长同样面临心理问题的挑战。报告显示,有20.2%的家长有高抑郁风险,是全国普通人群的4

倍,有近半数家长感受到重度照顾负担。这不仅影响了他们自身的心理健康,也对家庭整体氛围产生了负面影响。

“心理健康问题不分年龄,患儿家长也要调整心态、积极面对、科学照护,守护好自己和家人的心理健康。”况利表示。

病耻感比精神疾病 造成的影响更严重

病耻感是精神健康领域面临的最大障碍之一。一项发表于《柳叶刀》的研究显示,80%的受访者强烈认为,病耻感和歧视可能比精神疾病本身造成的影响更为严重。为避免潜在的歧视,抑郁症患者可能会选择独自面对,从而延误诊断和治疗,不利于其心理健康的恢复。

“青少年抑郁防治首先要破除病耻感,而获得正确认知需多层面、多视角的共同支持。”况利认为,“在社会层面,要以包容开放的态度看待青少年抑

郁症,放下偏见、歧视和指责,让深陷其中的青少年和家人获得温暖;在家庭层面,父母对孩子的心理问题要引起重视,改变不良的教育方式,尽量营造温馨和谐的家庭氛围;在学校层面,目前国家已出台了政策,加强学校在青少年抑郁症方面的预防和干预。”

此外,在活动现场,抑郁症患者代表讲述了自己走出疾病阴影的故事,并强调在治疗过程中,来自家人、社会的支持鼓励对治疗结果的重要性。家长代表也分享了抑郁症从早期发现到坚持治疗的艰难历程。

“在全球范围内,脑部疾病的负担日益加重,全球近一半人口受到脑部疾病的影响。脑部疾病错综复杂,促进脑部健康是一项极具挑战性的工作。我们呼吁社会各界力量联合起来,破除病耻感,帮助每位患者成为更好的自己。”专注于神经科学的制药公司灵北中国人力资源与企业传播部负责人王立伟说。

带状疱疹:老年人的健康隐患

●本报记者 张思玮

随着我国老龄化进程的加速,老年人口基数日益庞大。据统计,我国约有75%的60岁及以上老年人至少患有一种慢性病,43%的老年人面临着多病共存(即同时患有两种及以上疾病)的严峻挑战。

并且,由于免疫功能的下降,许多患有慢性病的老年人容易并发感染性疾病,陷入慢性病与感染性疾病交织的双重困境。带状疱疹作为常见感染性疾病,因高发率、疼痛剧烈等特点,已成为危害老年人健康的一大隐患。

带状疱疹是一种由水痘-带状疱疹病毒再激活引发的感染性皮肤病。数据显示,超过90%的成人体内潜伏水痘-带状疱疹病毒,其中大约1/3的人在一生中会患带状疱疹。我国每年的带状疱疹病例数可能超过600万例。

“并且,相比于一般人,糖尿病、慢性肾脏疾病、慢性阻塞性

肺疾病等慢性病患者罹患带状疱疹风险高24%~41%。慢性病人群一旦发生感染,有可能导致原有慢性病加重,出现临床不良健康结局甚至增加死亡风险,增加医疗资源消耗。”北京医院老年医学部主任齐海梅表示。

除了慢性病患者,国家皮肤与免疫疾病临床医学研究中心主任曾小峰表示,风湿免疫性疾病患者免疫防御功能降低,因此罹患感染的风险远高于健康人群。例如类风湿性关节炎、系统性红斑狼疮等患者罹患带状疱疹的风险是一般人群的2.3~4倍,这是由于红斑狼疮等自身免疫性疾病患者治疗时使用激素以及JAK抑制剂,使潜伏在体内的水痘-带状疱疹病毒变得异常活跃所致。同时,红斑狼疮患者罹患带状疱疹后还会显著增加狼疮疾病的活动度。

通常带状疱疹好发于患者胸

背部、颈部、头面部、腰部,最明显的表现是身体一侧的皮肤出现带状疱疹红斑、水疱,并伴有剧烈的神经性疼痛。值得关注的是,老年人群作为带状疱疹的高发与高危群体,一旦感染,不仅面临更高的带状疱疹后神经痛风险,而且疼痛往往更为持久、剧烈。

全球研究数据显示,重组带状疱疹疫苗对我国50岁及以上成年人的保护效力高,且保护效力长达11年之久。老年人尤其是患有慢性病的老年人群,应更加重视带状疱疹的发病风险和预防。

北京市朝阳区六里屯社区卫生服务中心院长助理、预防保健科科长陈秋萍表示,需要接种重组带状疱疹疫苗的人员在接种疫苗前,还需主动了解疫苗的接种注意事项,牢记年龄、保护效力、禁忌证3个“关键词”,并咨询专业医生,进行科学接种。

本报讯 近日,以“创新科技,智领未来”为主题的第90届中国国际医疗器械博览会(以下简称CMEF)在深圳举办,来自海内外的4000余家企业携数万款医疗器械产品集中亮相。

CMEF被誉为全球医疗“风向标”。此次展会共设置了医学影像、体外诊断、医用电子、医用光学、医院建设、手术室、消毒感控、医用耗材、骨科等14大展区,全景呈现医疗全产业链。此外,展会期间,还同期召开了近60场论坛和会议。

作为CMEF的“明星展区”,医疗机器人展区汇聚了多款国内自主研发新品。特别是近年来,随着国家政策对高端医疗器械创新的支持力度加大,医疗器械创新的审批流程进一步加速,更多具有自主知识产权的国产高端医疗器械快速上市。

记者注意到,本届CMEF除了设立多个细分展区,还举办了“医疗器械设计与制造”“智慧健康”“应急救援”“宠物健康”等一系列热点领域的子品牌展会,为全球医疗健康产业提供了一个集展示、交流、合作于一体的国际平台,打造覆盖从源头到终端的全产业链生态圈。(李羽壮)