

赵露思自曝抑郁引关注 抑郁症是疾病而非简单情绪

医生:撕掉“矫情”标签,寻求专业帮助

近日,演员赵露思发文并同步曝光了自己的心理测评结果,让“抑郁症”再次成为公众关注的焦点。这位26岁的女孩曾坦言自己经历了从被劝说“想开点”到坐着轮椅送医抢救的过程,她的经历引人深思。“抑郁是种情绪,但抑郁症是种疾病。”这句话道出了公众最大的认知误区——常将抑郁症等同于简单的不开心。当有人说自己抑郁时,周围人的第一反应往往是“想开点就好了”“多出去走走”。这些看似善意的建议,有时反而成了压垮患者的最后一根稻草。



王医生门诊中跟患者耐心沟通。

误区一:有房有车还抑郁? 就是无病呻吟

在宁波大学附属康宁医院王禹博医生的门诊里,30岁的白领李女士因持续三个月的失眠、食欲下降、工作效率低下前来就诊。李女士声泪俱下,但陪伴而来的爱人却不以为然:工作压力大谁都有,她就是想太多了。当王医生指出这就是典型的抑郁症表现时,丈夫甚至质疑:“我压力比她大多了!我去测肯定也能测出抑郁。她哭什么哭,有房有车钱也不缺,比多数人都幸福啊。”

王禹博医生表示,这样的场景在诊室

几乎每天都在上演。抑郁症患者常被贴上矫情、脆弱的标签,仿佛优越的物质条件就能让人对心理疾病免疫。然而,抑郁症的发生机制远比想象的复杂,涉及神经递质失衡、基因易感性、环境应激等多重因素,绝非简单的想不开。

世界卫生组织数据显示,抑郁症已成为全球第二大致残疾病。它不分贫富贵贱,不论成功与否,就连阳光灿烂的赵露思也难逃其扰。

误区二:心理测评随便填填就行,孩子是装病逃学

“量表都是主观题,想造假太容易了!”不少家长拿着孩子的心理问卷满脸怀疑。王禹博医生坦言,门诊中这样的质疑屡见不鲜。家长常拿着孩子的问卷问:“医生,量表做出来抑郁就抑郁啦?”“我觉得孩子是故意这么答的,想逃避学习。”……

心理量表确实存在被操控的风险,但这不能否定其科学价值。临近高考的17岁少年小林就是典型例子。起初,妈妈认为他是装病逃学。但医生详细询问后发现,小林连续两个月情绪低落、兴趣丧失、注意力不集中,连最爱的游戏都提不起兴

趣。结合量表评估和临床表现,他被确诊为中度抑郁症。经过三个月规范治疗,小林重回正常学习生活,并在高考中取得理想成绩。“还好及时发现了,量表真的帮了大忙。”事后,小林妈妈感慨。

王禹博医生提醒,专业的心理测评关注症状的频率、程度和持续时间,具有一定的识别和筛查能力,对需要帮助的人来说,往往是发现问题的第一道关口。当然,量表终究只是筛查工具,最终诊断需要专业医生结合病史、精神检查、排除其他疾病等多重评估,绝非单看量表得分那么简单。

抑郁症可治愈,别让误解耽误希望

好消息是,抑郁症并非绝症。通过药物、心理和物理治疗等成熟方案,约70%以上患者能恢复正常生活。当身边人出现持续情绪低落、兴趣丧失时,请别再简单地劝说想开点,鼓励他们寻求专业帮助才是关键。

赵露思勇敢公开心测结果,让更多人看见了抑郁症患者的挣扎。愿大家都能收起偏见——抑郁症不是矫情,不是脆弱,而是需要被理解、被治疗的疾病;多一份科学认知,就少一份悲剧,多一份重生的希望。

记者 程鑫 通讯员 张瀛 文/摄

只是被蟹钳夹了下手指

老伯住院12天才涉险过关

吃了大半辈子的海鲜,顾老伯怎么也没想到,自己只是被蟹钳夹了一下,竟感染了创伤弧菌。小小的两个破口,成了“致命通道”,住院12天才涉险过关。宁波市第二医院手显微修复外科王学斌主治医师提醒,当海水平均温度大于21℃,创伤弧菌进入繁殖期,因此每年4月到10月是创伤弧菌感染的高发季节。市民在处理海鲜时要做好防护,出现疑似症状应立刻就医。

致命“蟹”逅,整个手背肿得像馒头

7月初,75岁的顾老伯从菜场买回几只梭子蟹,回家处理清洗时,一不留神,小手指被蟹钳夹住,皮肤上出现2个小破口,出血很少,也不是很疼,顾老伯没把这个“小插曲”放在心上,简单冲洗后继续忙活。

当晚,顾老伯小指出现异样,肿胀发青,按一下就痛得不行。他立马到当地诊所就诊,接受了输液抗炎治疗。第二天早上起来,小指更加肿胀,呈现黑紫色,一度痛到指关节难以弯曲,整个右手背也肿得像馒头。

见势不妙,顾老伯赶紧来到宁波市第二医院急诊就诊。急诊科医生范奎新、手

外科医生王学斌先后会诊,高度怀疑顾老伯属创伤弧菌感染,感染仍在蔓延。创伤弧菌感染凶险万分,必须马上手术清创,去除坏死组织及其内增殖的细菌,否则极有可能面临截肢甚至危及生命。

顾老伯即刻住进了手显微修复外科病区,王学斌为他实施急诊手术,术中尽可能清除感染组织及渗出物。术中取出的渗液送检后,明确诊断为创伤弧菌感染。住院期间,顾老伯也接受了针对性的抗生素抗感染治疗及一系列对症治疗,病情趋于稳定,住院12天后顺利出院。

提高警惕,创伤弧菌感染凶险万分

创伤弧菌(或称海洋弧菌)自然生存于近海和海湾的海水、海洋生物、海底沉积物中,当海水平均温度大于21℃,创伤弧菌进入繁殖期,因此,每年4月到10月是感染的高发季节。感染途径主要有两种——

一种是生吃牡蛎等海鲜,可引起肠道感染,症状表现为寒战发热、恶心腹泻、痉挛性疼痛;

一种是经过肢体破损创口,可引起肢体坏死,症状表现为血性大疱样皮损,并迅速向肢体近端蔓延。

创伤弧菌虽相对罕见却十分凶险,两种感染途径均可迅速进展为创伤弧菌脓毒症,还有可能引起心肌、肝、肾等多脏器衰竭及周围血管损伤。如果没有得到及时治疗,患者可能被迫截肢保命,甚至死亡。

“特别是既往有肝病肝

硬化,或酗酒,或本身营养状况不佳的患者,若不及时处理,病死率更高。”王学斌介绍,同期因创伤弧菌住进医院的罗爷爷(化名),本就患有肝硬化,加上送医不及时,就诊时毒素已蔓延至肢体近端,预后不容乐观。

王学斌建议,处理海鲜时佩戴防护手套,多借助工具,防止被刺伤;若不小心受伤,不要着急闭合创口,可用大量净水冲洗;若伤口较深或出现疑似症状(皮肤红肿、血疱、发烧等),不要拖延,立刻就医,彻底扩创消毒,创伤弧菌感染进展迅速,免疫力低下者短期内即可危及生命;切勿用盐、酱油等涂抹伤口,以免加重感染。创伤弧菌不耐高温,食用海鲜时要彻底煮熟,避免病从口入。

记者 庞锦燕
通讯员 俞俊妍