

“我最近感觉脑子清楚多了,人也轻松了很多。”20岁的小毅(化名)最近来宁波大学附属康宁医院情感障碍科徐永明主任处复诊,状态肉眼可见地好了许多,旁人很难看出这个高高帅帅的年轻人此前刚刚因为抑郁症接受了两周的住院治疗。

今年7月,宁波大学附属康宁医院快速抗抑郁治疗中心正式揭牌,对于那些处于急性困境、急需干预的患者来说,“快速起效”的治疗不仅是医学突破,更是给心灵的及时支撑,具有重要的临床意义。小毅就是其中一位受益者。



宁波大学附属康宁医院快速抗抑郁治疗中心揭牌。

加速驱散阴霾

宁波这个“快速抗抑郁中心”助力患者重拾欢颜

1 复发抑郁症患者住院有了新体验

小毅在中学时代就曾被诊断过抑郁症,接受过药物治疗。进入大学后,他的病情一度比较稳定,遵医嘱停药,然而上学期开始,几次重要的考试和选择让他的心态又开始“崩了”,没有方向又觉得自己很无能,而女朋友的离开更是成了压倒骆驼的最后一根稻草。小毅开始失眠,白天昏昏沉沉脑子一片浆糊,干什么提不起劲,夜里又借酒浇愁,甚至几次在酒后自残。

回家休养让他暂时找到了避风港,但他知道自己的情况并未真正好转。挣扎之下,他决定再次向医生求助。“我知道割伤自己不好,但是真的控制不住……”小毅向徐永明表达了自己的痛苦,希望能尽快把状态调整好,早日回到学校。

经过检查和评估,小毅接受了TBS治疗(Theta脉冲刺激/暴发式磁刺激)。徐永明介绍,神经调控技术是近年来应用于临床的一种新的治疗方法,通过传送电、磁刺激或者化学物质的方式来调控脑和神经细胞活动,它与传统的治疗方法相比有着高度靶向性、可逆性、持久性等明显优势,起效更快,不良反应和副作用更少。而TBS治疗是一种模拟中枢神经系统动作电位暴发式放电模式而改进的新兴经颅重复磁刺激治疗模式,通俗地讲就是加速、高剂量的智能神经调控疗法,通过每日对颅脑特定区域进行刺激,可在短期内改善症状,同

时可实现序贯治疗。

“治疗的时候挺舒服的,和戴着按摩器差不多。做完感觉大脑又重新转起来了,也不再像之前那样总想着糟糕的事。”小毅很快出院了,他和家人都觉得这一次的住院经历跟过去很不相同,“治疗手段更多了,而且只住了两周,时间缩短不少。”虽然目前仍在接受药物治疗和心理干预,但重回学校的小毅阳光了不少。

徐永明表示,TBS治疗适用于大部分抑郁症患者,既安全无创又快速起效,可较好地弥补普通抗抑郁药物起效缓慢的不足,一般可以将住院时长缩短至两周,该治疗也适合孕期抑郁症患者或其他无法耐受药物使用的群体。

而对于部分严重的抑郁症患者,MECT治疗(多参数无抽搐电休克)也是目前临床上公认的快速抗抑郁治疗的有效手段,这种治疗是在全身麻醉和肌肉松弛剂的作用下进行,以便患者在治疗过程中无痛、安全且舒适。



经颅磁刺激治疗场景。

2 强烈消极的抑郁症患者症状缓解

27岁的小楠(化名)是从外地慕名来甬求医的。

小楠家境优渥不愁吃穿,却被抑郁症困扰了好几年,用了很多药效果都不理想,已几次产生严重消极的念头及行为,此次病情复发,又出现了强烈的消极念头。了解到宁大附属康宁医院已开始使用全球首款快速抗抑郁药物之后,小楠的家人决定带她来试试。第一次接受这种鼻喷治疗后,小楠当天就觉得自己“轻松许多”,三天后第二次用完药,她告诉父母“我觉得我那些负面的想法好像消失了”,已为她心力交瘁多年的父母闻言瞬间泪湿眼眶:“很久没有听她说

过这样的话了!”考虑到小楠一家的意愿,经过综合评估,小楠一周内就出院了,后续一直在门诊巩固治疗,目前症状缓解明显,病情稳定。

徐永明介绍,对于部分急需干预的抑郁患者(例如伴有消极观念及行为),鼻喷剂与口服药联合使用,可快速缓解伴有急性消极意念或行为的抑郁症状,为后续治疗争取宝贵时间。当然,他也强调,这一鼻喷药物在我国按照第一类精神药品管理,有严格适应证,只能在医疗机构内、在医务人员的监护下给药,而且该药也存在局限性,并非对所有抑郁症患者有效。

3 精准评估实现个体化治疗

徐永明表示,抑郁症的原因多种多样,非常复杂,需要根据患者情况制定个性化治疗方案。宁波大学附属康宁医院快速抗抑郁治疗中心拥有强大的多学科团队,构建“药物+物理+心理”三位一体的治疗体系,以精准心理评估为基础,通过多种特色技术,为患者定制个体化治疗方案,实现“即刻危机干预、长程支持跟随”。

此外,医院还拥有药物基因检测实验室,开展基因型检测技术。该技术通过对患者血液中药物代谢相关基因的分析,为药物选择提供精准依据。比如32岁的王先生因抑郁症接受药物治疗,基因检测发现其对当前使用的药物不敏感,调整治疗方案后,两周内王先生的症状就明显改善。“现在,大部分首发的抑郁症患者,家人都愿意为他们做药物基因检测,因为可以减少试错的时间,快速找到适合他们的‘对症

良药’,减少药物不良反应。”

徐永明强调,数据显示,我国目前约有9500万人受到抑郁困扰,对那些处于急性困境的患者来说,每一分等待都可能放大风险,因此“快速抗抑郁”意义重大。“当然,大家也要明白,‘快速治疗’不等于‘快速治愈’,短期内症状缓解后,还是需要继续配合药物治疗和心理干预,巩固疗效,真正帮助抑郁症患者改变负面认知,获得安全感。”徐永明说。

他同时提醒,对于抑郁患者自身,懂得求助以及家庭支持是非常重要的,如果每天较长时间出现显著低落情绪或对日常活动失去兴趣,愉快体验降低,工作学习效率大幅下降,人际交往能力减退,社会功能受损且伴随睡眠或食欲改变,甚至存在严重消极意念,记得及时寻求专业帮助。

记者 曹歆
通讯员 张瀛 文/摄