

# 守护心灵绿洲 点亮健康心灯

## 玉环市第二人民医院心理卫生科守护区域群众心理健康

在玉环市第二人民医院(以下简称“玉环二医”)心理卫生科门诊候诊区,10岁的小学生小明(化名)正专注翻看着漫画心理指南。“以前孩子上课总走神,作业本也被撕了好多次,直到三个月前才被确诊是注意力缺陷多动障碍(ADHD),现在我们会定期来医院做治疗。”小明母亲说。小明的并非个例,在现代社会快节奏的生活背景下,精神心理健康逐渐成为公众关注的焦点。而玉环二医就有这样一支队伍,三十年来始终秉承“以人为本,用心服务”的理念,为区域群众的心理健康保驾护航。

### 三十年铸就“心灵港湾” 守护群众身心

在玉环二医心理卫生科病区的走廊上,有一面荣誉墙记录着他们这些年走过的每一个坚实脚印:台州市综合医院唯一精神心理病房、玉环市医学重点学科、台州市青年文明号……

“从1996年建科至今,我们始终在为帮助患者走出阴霾、追逐幸福而接续奋斗。”玉环二医心理卫生科主任陈礼贤说。这个堪称玉环二医最神秘的科室,拥有一支经验丰富、技术精湛的专业团队,包括9名资深医生(高级职称3名)、15名专业护士,而且全员考取浙江省心理咨询师证。

为满足群众多元化的心理服务需求,心理卫生科将诊疗范围从最早的精神分裂症逐渐拓展到焦虑抑郁症、儿童注意力缺陷障碍、睡眠障碍等多个病种,并结合群众需求开展夜间睡眠康复门诊、心理测量(情绪、智力、注意力等相关测定)、心理咨询、心理治疗门诊以及青少年情绪障碍病房等。

走出玉环二医,心理卫生科还牵头成立了“玉环市心理健康协会”,并积极引入社会力量,开展分类服务,积极打造全区域、广覆盖、全周期的社会心理服务体系。近年来,他们与我市多个部门和机构合作,开展了“美丽心灵”(关爱残障人士,提供社会支持)、“巴林特团体辅导”、“哪吒新生”(ADHD家庭帮扶计划)、“玉环市心理干预团队”、“送你一朵小红



心理卫生科团队正在查房

花”(关爱肿瘤家庭的心理健康)、玉环市儿童之家、残疾人之家等特色项目,在台州市乃至浙江省业内都具有一定的影响力。“哪吒新生”ADHD儿童支持赋能项目斩获了第六届中国青年志愿服务公益创业赛全国赛银奖;作为公益合伙人参与的玉环市“玉苗”示范型儿童之家项目获评浙江省共同富裕创建试点。

### 全方位打造“情绪防线” 消除人生烦恼

正值暑假,前来心理卫生科就诊的青少年不在少数。“我们尤其关注青少年成长中的烦恼。”陈礼贤说,注意力缺陷多动障碍(ADHD)是玉环二医心理卫生科的重点诊疗领域之一。

“我的孩子做作业容易走神,需要反复提醒督促,特别容易被无关紧要的信息干扰,老师也说听课效率低,建议我们带她来医院看看。”9岁的小丽(化名)就读小学三年级,经过检查被确诊为“多动症”。经过一段时间的综合治疗后,小丽注意力不集中的情况明显好转,学习也有进步。家长说,孩子的专注度和主动性好了很多,这是让他们最欣慰的。

李女士(化名)长期饱受失眠和莫名焦虑折磨,整日疲惫不堪。她四处求医问诊,做了很多身体检查都找不到原因,

后来慕名来到玉环二医心理卫生科,经过细致评估和综合干预,不仅找回了安稳的睡眠,更清晰地认识到焦虑的根源。

近日发布的《2025年中国睡眠健康调查报告》显示,近半数(48.5%)中国成年人存在睡眠困扰,女性比例高于男性,且困扰率随年龄增长逐渐攀升。

“近年来,由于生活方式的改变、精神压力的增加,失眠已经成为一种常见病、多发病。导致失眠的原因很多,有些患者是单纯失眠,有些是躯体疾病伴发的失眠,还有些是焦虑抑郁障碍,失眠只是其中的一个症状。不同原因导致的失眠,治疗方法也不相同。”玉环二医心理卫生科副主任林辉介绍,针对这种情况,科室医生会从系统评估和诊断开始,寻找病因,对症治疗。针对睡眠障碍的群体,心理卫生科不仅建立了睡眠团队,开设夜间睡眠门诊,还引进了低频经颅磁刺激技术(rTMS)等,有效改善患者失眠情况。

口碑越来越好,患者越来越多,不仅源于优质的医疗质量,更是因为心理卫生科成员们耐心细致地为患者提供延续性心理健康服务。“心理护理,重点不在疾病,而是关注人本身,是在疗愈一个家庭。”玉环二医心理卫生科护士长杨茜茜深信科学心理技巧的力量。在病房,该科室会组织每月集体生日,定期开展影视欣

赏、曼陀罗绘画、正念冥想、团体辅导等丰富的文娱活动以及“康复者分享会”,帮助患者增强治疗的信心,重塑希望、回归社会。此外,还建立了线上科普微信群,并在医院官方视频号发布自制的睡眠健康操等教学视频,为睡眠障碍人群提供日常帮助,视频播放量累计破万。

### 多维度搭建“康复之桥” 重启身心活力

26岁的小刘(化名)一坐到医生面前就开始叹气。“我很担心自己患上抑郁症,悄悄在网上做了题目,但题目里有些选项模棱两可,做完之后更担心了,觉得自己已经病入膏肓。”小刘说,他感觉自己需要一个准确的“心理体检”,这才走进了心理卫生科。

“我们拥有全面的心理测量工具,涵盖情绪状态测验、注意力及执行功能测验、性格测验等,可以为诊断和治疗提供科学依据。”玉环二医心理咨询师林颖芝建议患者不要过于依赖网络,而是到医院进行专业的咨询。

心理问题的根源是复杂的,需要全面评估,精准治疗。为此,玉环二医心理卫生科构建了丰富、前沿、多元化的治疗体系——成立专业心理评估与干预团队;引进国际认可的物理治疗技术,打造前沿物理诊疗中心;融合中医特色诊疗,制定个性化综合治疗方案……

“经过王涛医生针灸之后,我的睡眠状态好多了。”一位患者长期入睡困难,玉环二医心理卫生科为他制定了“身心同治”的治疗方案,运用中医药、针灸等方法调理体质的同时,极大改善了他的睡眠质量。

“祝你生日快乐!”病房内,杨茜茜和同事们正在为集体生日的患者唱生日祝福歌,患者们握着医院送的鲜花,脸上露出喜悦的笑容;诊室内,陈礼贤正在查看当日第37位咨询者的评估报告,为近期青少年心理健康讲座的内容补充更多数据……玉环二医心理卫生科就像患者心灵的避风港,正在不断拓宽守护的边界。

“我们治愈的不是疾病,而是重新生长的勇气!”杨茜茜说。谢冰清 陈礼贤

## 心跳失控 反复狂飙

### 玉环二医施行急诊心脏导管射频消融术一招“制敌”

**本报讯** 近日,芦浦51岁的胡女士(化名)将一面精心定制的锦旗送到玉环二医心内科副主任医师季谱经的手中,感谢心内科团队用精湛的医术根治了她的“心病”。

#### 心跳失控 情况危急

最近两年,胡女士每天过得“提心吊胆”,反反复复的“心慌”症状总是困扰着她,每当剧烈活动后或情绪激动时就容易发作,休息后会缓解。在就医的四天前,“心慌”的发作次数明显频繁起来,有时甚至持续半个小时。

当天晚饭后,胡女士自我感觉心跳突然“失控”了,“心慌胸闷”加重,被家属送到玉环二医急诊科就诊。医生为她紧急进行床旁心电图检查,结果显示“阵发性室上性心动过速”——心跳最快飙到了205次/分钟(正常人心跳60-100次/分)。

急查电解质、心肌酶谱等指标显示正常,医护人员第一时间采取了物理疗法和药物治疗等措施,效果均不佳……

“阵发性室上性心动过速是一种常见的快速型心律失常,特点是突发突止的心跳加速,通常表现为突然的心慌、心跳剧烈,可能伴随头晕、气短,严重时甚至会出现晕厥。”季谱经介绍,如果把心脏比作一座“房子”,正常的心跳是靠一套正常的“电路系统”维持,而胡女士的心脏就像多接了一根“电线”,导致“电信号绕行短路”,引发心跳突然加速乱跳,“室上性心动过速若持续发作,可能导致心力衰竭或心源性休克等严重后果。”

#### 射频消融 一招“制敌”

考虑到胡女士病情反复,且抗心律失常药物疗效不佳,季谱经与心内科主

任郑启东汇报讨论后,决定采用急诊心脏导管射频消融术来修复这个困扰胡女士的“电路故障”。

当天晚上,玉环二医心内科介入团队在DSA(数字减影血管造影)下为胡女士实施手术。

术中,医生通过股静脉将细如发丝的导管送入心脏,借助三维电生理标测系统,像心脏“电工”一样精准定位到那条捣乱的电路。

“找到了!就是这条异常传导路径在作怪!”随着射频能量的释放,困扰胡女士的“电路故障”被精准消融,心跳立即恢复了正常节奏。

整个手术仅用时1.5小时就顺利完成。术后,胡女士立马感觉“胸口不闷了,心也不乱跳了”。第二天,她能自如活动,复查心电图显示心律完全恢复正常,顺利康复出院。

#### 顶级设备 根治“心病”

心脏导管射频消融术是目前根治心律失常的“金标准”,适用于房颤、房扑、室上性心动过速、房性心动过速、频发室早房早、预激综合征等疾病的治疗,具有安全、有效、微创等优势,帮助患者告别终身服药的困扰。

2022年,玉环二医引进台州首台Carto3 V7 Prime射频消融系统,是目前世界上最新一代的射频消融系统,也是最先进的“三维心脏导航”系统之一。此外,该院还引进了上海胸科医院刘旭名医团队,每三周一次来院指导开展心脏导管射频消融术。截至2025年7月底,玉环二医心内科介入团队已成功开展各类心律失常射频消融术554例。(黄雨桐)