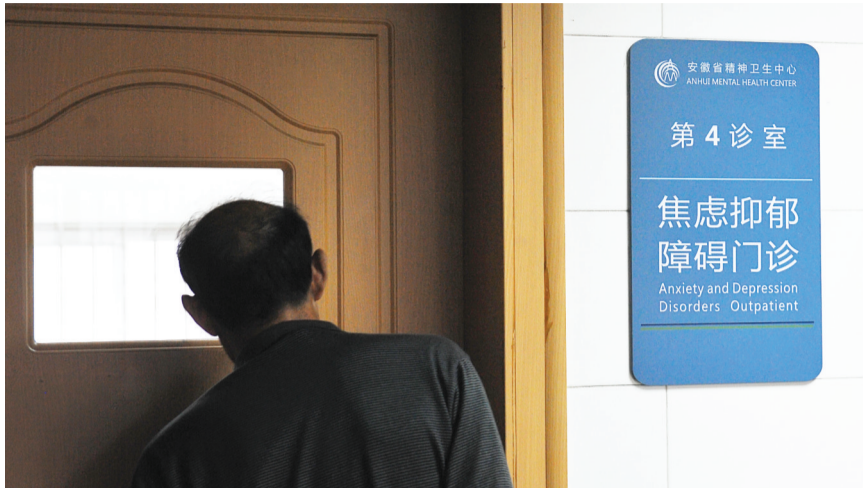


# 比你想象中痛苦, 比你想象中隐蔽



抑郁症门诊, 医生和患者在交流



合肥市第四人民医院的抑郁症门诊

在中国, 抑郁症的发病率约为2%至3%

女性比男性更容易抑郁, 但男性患者采取极端方式的更多

## 及早、规范治疗, 70%至80%患者可治愈

目前, 我国抑郁症识别率仅为30%。由于对抑郁症识别缺乏科学依据, 患者很难在早期自我评估和判断中发现是否患有抑郁症, 等到症状严重后才选择就医, 却往往错过了最佳的治疗时机。

被大多数人称为“想不开”、“小心眼”、“心病”的抑郁症, 到底为何有如此大的破坏力? 面对日益激增的社会压力, 脆弱的个体该如何应对? 事实上, 作为一种常见心理疾病, 抑郁症并非“精神癌症”, 只是可防、可治的“心灵感冒”, 只要及时、合理、规范治疗, 70%至80%的患者都能被治愈。

■ 朱世玲 记者 李院婷 文 程兆图

### 心情抑郁、身心疲惫、自我评价低是抑郁症的重要特征

“我每天都无力气, 整晚睁眼到天亮, 不想出门, 也不想见人, 觉得啥都没意思。工作也辞了, 我觉得自己现在什么工作都没法做。”在合肥市第四人民医院焦虑抑郁门诊, 陈方(化名)正在门口踱来踱去, 47岁的他显得比同龄人苍老很多。

王克永每天都要接待不少陈方这样的病人。情感低落、思维迟钝、行为减少, 无

趣、无助、无能、无力、无望、无价值, 是抑郁症的“标签”。

心情抑郁是抑郁症患者最主要的特征, 轻者心情不佳、苦恼、忧伤, 终日唉声叹气; 重者情绪低沉、悲观、绝望, 有自杀倾向。他们对日常生活的兴趣丧失, 对各种娱乐或令人高兴的事体验不到乐趣, 会尽量回避社交活动, 甚至闭门独居、疏远亲友。

多数抑郁症患者还会感觉自己身体疲倦, 力不从心, 生活和工作丧失积极性和主动性, 严重者甚至连吃、喝、个人卫生都不能顾及。

此外, 他们对自己的评价非常低, 轻则有自卑感、无用感、无价值感; 重则把自己说得一无是处, 有强烈的内疚感和自责感, 甚至选择自杀作为自我惩罚的途径。

### 100人中有3人患有此病 15%的抑郁症患者死于自杀

合肥市第四人民医院副院长王克永是一位抑郁症治疗专家。他告诉记者, 抑郁症是一种常见心理疾病, 如同身体感冒一样, 抑郁症也被称之为“心理感冒”, 在中国的发病率约为2%至3%。

不过这种“感冒”的危险显然要大得多。有资料显示, 在自杀人群中因为抑郁症没有得到及时、系统治疗最后导致死亡的占40%。抑郁症患者的自杀率比一般人群高20倍, 2/3抑郁症患者曾有自杀想法与行为, 15%~25%抑郁症患者最终自杀成功。

迄今为止, 医学界对抑郁症的致病原因并不十分清楚。不过王克永表示, 抑郁症除了与遗传因素、个性特质等有密切联系外, 工作不顺心、夫妻关系差、考试失利等生活事件, 都可能成为抑郁症的诱发因素。

什么人容易患上抑郁症? 据了解, 女性比男性易患病, 但男性由于情绪的自我宣泄能力较差, 抑郁症患者的症状往往要比女性严重得多, 采取极端方式来解脱的也更多。

### 抑郁症有时并非单纯心理问题 还可能藏匿于躯体疾病中

在综合医院的内科病人中, 1/3伴有抑郁症, 外科病人中也有许多人伴有抑郁症。有资料显示, 抑郁症状发生率在一般人群中是5.8%、慢性躯体疾病患者是9.4%、一般住院病人33%、老年住

院病人36%、门诊癌症病人33%、住院癌症病人42%、脑卒中病人47%、心肌梗塞病人45%、帕金森氏病人39%。

“还有一些抑郁症患者, 他们的症状表现为躯体疾病, 比如头痛、胃肠功能不

好、心脏疼痛、睡眠障碍、突然消瘦等。”王克永说, 这样的抑郁症患者更易被忽视, 他们辗转于综合医院诊治, 但各种身体检查的结果都正常, 找不出病因。

### 70%至80%的抑郁症患者可治愈 但识别率和治疗率都很低

合肥市第四人民医院焦虑抑郁门诊平均每天要接待50个病人, 病房里也长期住着80个病人, 在这里治疗的主要是抑郁症、焦虑症和强迫症患者。

根据粗略估计, 合肥市第四人民医院的年门诊人次在20万人, 其中抑郁症患者占到了10%至15%。相比庞大的发病人群, 还有很多患者未能得到专业治疗。

在王克永接触的抑郁症患者中, 有

的已经被明确诊断为抑郁症, 且严重到必须要住院治疗, 但患者和家属都不愿意, 最终酿成悲剧。更不必说那些不知道自己患有抑郁症的患者了, 这个数量让王克永“不敢想”。

“中国人要面子, 一旦出现心理问题, 往往产生很强的病耻感, 回避医生, 很少主动求助心理医生, 更不谈来精神病院治疗。”王克永说, 医院收治的抑郁

症患者, 有很多已经发展为重度了。

抑郁症的治疗分为心理和药物治疗两部分。王克永表示, 只要及早、规范治疗, 70%至80%的抑郁症患者可以实现临床治愈, 而且不会影响智力。相反, 如果讳疾忌医, 除了可能会走上自杀的“不归路”, 还可能最终发展为慢性抑郁, 大大增加治疗的难度, 并影响患者的社会功能。

## 安徽首家移动百货上线 商之都带你“微信逛街”

“都爱购 都精彩 都尊享” 你值得拥有

“让服务变得触手可及”, 是安徽商之都倾力打造微信服务号的最终目的。随着网络技术、电子商务的发展, 作为安徽第一家与微信官方合作的商业体, 商之都致力于为客户提供各种便捷贴心的移动服务, 在互联网时代抢占制高点。业内人士普遍认为, 此举将成为安徽零售行业打通线上线下销售、服务渠道的“样本”。

微生活会员卡上线 开启新逛街时代

李小姐是一位活跃于合肥宿州路商圈的购物达人, 她总结了逛街最闹心的事: “购物虽易,

逛街不易, 每次买单时, 我都要翻开钱包, 从一大堆卡片中苦寻所在商场的贵宾卡。有时候, 好不容易碰上商家对会员打折了, 却偏偏没带贵宾卡, 实在太窘太麻烦。”

此次商之都全新微信服务号上线后, 手机在手, 解决所有问题, 微生活会员卡, 使你随身携带的手机瞬间变身会员卡, 帮助你的卡包彻底“减负”。

个性化功能全面升级 深挖精品服务

据了解, 除了与会员卡数据的对接开发, “商

之都”微信服务号还根据用户需求, 开发了“都爱购、都精彩、都尊享”三个功能板块, 通过自定义菜单界面, 为顾客提供全方位的个性化功能服务, 给您提供前所未有的时尚体验。

想省心逛门店, 不一定要亲临现场。只要打开手机, 点开商之都微信服务平台“都爱购”模块, 公司简介、门店切换、商场介绍、楼层导览、品牌导购应有尽有。总之, 你想要的一切门店信息, 瞬间即可一手掌握。

如果你还认为百货店只是推出购物打折、返

现等活动, 那你就out了。如今, 伴随着私人定制服务大行其道, 商之都提供的“私人定制”式服务让会员倍感舒心。商之都微信服务号“都尊享”模块, 电子会员卡系统, 与CRM系统联通, 可实现会员权利公告、消费提醒、查询消费记录等实体会员卡功能。它正是为会员量身打造的查询模块, 你可以直接查询会员卡信息、进行实体卡绑卡, 还可以查询自己订阅的门店信息和品牌活动。

邹传科