

临床心理学论文精选

主 编 王效道
副主编 王有权
黄朕平

大 连 出 版 社

特殊职业群体心理暨临床心理学
第六次全国学术交流会

临床心理学论文精选

主 编 王 效 道

副主编 王 有 权

黄 朕 平

大连出版社

(辽)新登字 15 号

临床心理学论文精选

大连出版社出版 新华书店经销
(大连市中山区大公街 23 号) 邮编:116001
大连市印刷总汇印刷

*

开本 850×1168 1/32 字数:200 千字 印张:7
1995 年 4 月 第 1 版 1995 年 4 月第 1 次印刷
印数:1—500 册

*

责任编辑:徐彬 责任校对:袁小林 封面设计:王坦
ISBN7-80612-151-X/R·5

定价:25 元

序 言

中国心理卫生协会特殊职业群体专业委员会主任委员
北京医科大学 医学心理学教授 王效道

日本未来学家汤浅经科学推断认为,在全世界范围内,各门科学的发展每隔 50—80 年就要出现一门带头学科。这一现象被称之为“汤浅现象”。据汤浅认为,21 世纪将是脑学科和心理科学作为带头学科的世纪。

自 1879 年,科学心理学从哲学的怀抱中独立出来的 100 多年中,心理学的发展日益加快且普及范围越来越广,可谓理论研究诸家蜂起,实践应用,无孔不入。在心理学发展到以全面描述现象和广泛积累经验为特点的今天,按科学史家所言,已进入到该学科发展的中级阶段。80 年代仅美国心理学会的会员就已超过 90000 人,他们的研究带来的社会效益是无法直接估量的。然而在我国,心理学的发展几经周折,心理学在实践领域的应用研究还处于蒿矢之初。普及是走向提高的必经阶段。为此,我们决定广泛征集国内各行业心理学应用方面的研究成果,荟粹成书,每年出版 1—2 册,遴选其中有交流价值的论文,作为全国特殊职业群体心理暨临床心理学术交流会的大会交流论文。这就是本书的编辑宗旨。

临床心理学(Clinical Psychology)是应用心理学的主要分枝,现在其疆域已远远超过了医学临床研究的范围。举凡关于心理诊断,心理调节,心理矫正、心理治疗以及人类异常心理行为的研究,都可以囊括在临床心理学范围之内,对各特殊职业群体心理问题的探讨,总离不开对上述各方面的研究,因此特殊职业群体心理就与临床心理学结下了不解之缘。

近几年来,国内各行业都逐渐对心理学在本行业的应用问题给予关注。本书刊出的论文正标志着这一良好开端。虽然无论就文章的内容还是研究方法,还有许多不如所愿的地方,但这里的每篇论文都倾注了作者的热情和辛劳,这本论文集起码算得上我国心理卫生事业发展道路上的一块铺路石。

本书定名为《临床心理学论文精选》,是因为书中绝大多数论文都是从广义的临床心理学角度进行的研究和总结。许多看似寻常的“经验谈”,都是

作者多年实践经验的结晶,也堪称珍贵。尤其是有些作者能在课题选择的实用性,实验设计的合理性,研究方法的科学性以及分析讨论的深入性诸方面达到一定水平,是更值得称道的。当然,我们不能将意愿强加给时代。我们的事业毕竟刚刚开始,我们不要求“天才儿童的第一声啼哭便是一首好诗”。我们把那些稚嫩之作也编入此书,正是把它们当成是“报春花”和“星星火”。

正是基于这种认识,我们在编审过程中才“放宽政策”,使那些虽然在内容上有较大相同之处,或有待加深研究的文章被保留了下来。同时还因为篇幅所限,我们对较长的文章进行了大幅度的删节,这是需要向作者和读者说明的。

因为时间仓促,全书文章未进行分类编辑,限于篇幅,将摘要、关键词及参考文献等项一概从略,尚希作者和读者见谅。

本书的出版得到大连出版社有关同志的大力支持,袁小林等几位朋友为校对工作付出大量辛劳,特在此一并致谢。

愿“报春花”一年比一年开得更鲜艳,愿“星星火”一年比一年燃得更炽烈,愿我国心理卫生事业的发展赶上时代的步伐,在跨入 21 世纪大门之前众手树立起一座光辉的里程碑。

目 录

危机干预欠缺致抑郁症一例分析及思考	程静华(1)
浅谈离退休干部的心理及保健	姜连君(3)
肝炎病人隔离治疗中的心理护理	吴亚群等(5)
药物治疗与心理护理	王增荣等(7)
争取患儿及家属对护理言语的认同	郝篆仙等(9)
自杀未遂病人的心理护理	刘耀军等(11)
眼外伤病人的心理护理	黄丽清等(13)
浅谈患儿家属的心理护理	鞠卫星等(14)
骨肉瘤患者术后免疫治疗的心理护理	樊春梅等(15)
如何做好病人心理护理	徐树新等(17)
浅谈精神科护士的心理素质	郭招弟(19)
浅谈护士语言在心理护理中的运用	铁晶华等(20)
手术前病人的心理护理	翟玉翠等(22)
流行性出血热病人的心理护理	李 静等(23)
临终病人及其家属的心理护理	伊亚群(25)
晚期癌症病人的家庭护理及心理护理	梁喜荣(27)
眼科心理护理的重要性	冯燕敏等(28)
分娩期产妇的心理护理	李 梅(29)
剖腹产病人的心理护理	庄树梅等(31)
175 例插管洗胃患者的心理状态分析	李雅华等(33)
创伤病人的心理护理	郑 旻等(35)
重症格林巴利患儿的心理护理	王菊香等(36)
试谈对慢性疾病患者的心理治疗	曲桂林等(38)
中期引产孕妇的心理护理	刘艳华(39)
心理疾病的辩证施治	程光汉等(41)
浅谈人工流产孕妇的心理护理	徐德荣等(43)
13 例小儿麻疹后遗症的术后护理体会	杨淑霞等(45)
老年病人的心理护理	娄 敏(47)
基层医院的儿科患者的心理护理	高建华等(48)

癌症患者的心理治疗	尚玉鹏等(50)
浅谈癌症患者的心理反应及护理对策	王海珍(53)
传染病人的心理护理	余爱桃(55)
从反馈中看带教老师形象	孙幼朵(57)
结核患者的心理动态分析	高继生等(58)
谈精神卫生与健康	张宝宏(60)
一例未婚先孕引产刮宫术后子宫穿孔患者的心理治疗	夏志梅等(66)
工作人员的心理健康维护初探	李晓春(68)
儿科临床诊疗中三大群体的心理健康维护	刘燕如(71)
中期妊娠引产患者的心理状态分析与护理	于桂云等(63)
浅谈流产口服药临床观察及心理护理	苗丽艳等(64)
骨折病人心理治疗与护理	华中原等(70)
妊娠合并心脏病患者的心理护理	梁 健等(74)
一例剖宫产手术与产妇的心理护理体会	赵 坤(75)
精神因素与脾主升胃主降病机制关系探讨	邵福荣(76)
谈老年人的心理状态与疾病的预防	苏 和等(77)
100 例妇教所学员心理状态分析及管教	王海燕(79)
老年糖尿病患者的心理特征及护理	戴 霞等(81)
实习护生的心理障碍分析及疏导	吴顺梅(82)
引导离退休职工走出离退休综合症的误区	安定宇(84)
护士的素质是心理护理中的关键	刘照英(86)
谈护士之间及护士与护士长之间如何相处	牟丽斐(88)
分娩前的心理护理	兰秋利(90)
精神疾病患者心理护理的探讨	姜 燕等(91)
综合心理疗法治疗强迫症一例报告	柏津平(93)
老年病人的心理状态分析及护理	杨丽红(96)
晚期癌症患者的心理护理	余君洁(97)
尿毒症病人的正性心理特征及其心理护理	何春玲(99)
下肢动脉栓塞致截肢患者的心理护理	孙瑞杰等(100)
浅谈残疾人康复的心理服务	曹鸿义(102)
护士的语言修养在心理护理中的应用	张 旋等(104)
音乐与舞蹈同步治疗心身疾病 78 例效果分析	徐茂淑(105)

恶性肿瘤病人的心理护理·····	张新梅(108)
哮喘病人的心理护理体会·····	张爱宁等(109)
心理护理与手术后康复·····	林凤桐(111)
如何进行有效的心理护理·····	郭若薇(113)
浅谈青年护士的心理特征与护理管理·····	尤春芳(114)
脑外伤患者心理变化的护理和体会·····	姚巧珍(116)
护理语言在心理护理中的价值·····	严玉英(119)
对老年患者的一般护理·····	冯兴菊(121)
浅谈服毒精神病患者的心理护理·····	戴礼侠(123)
化疗病人的心理护理及化疗副作用处理·····	苏伟华(124)
独生子女艾森克个性特征对照分析·····	张志臣等(126)
胰腺癌全胰切除术后心理护理·····	蔡丽雯等(127)
手术前后病人的心理护理·····	刘新淑(129)
服毒轻生病人心理护理体会·····	关春芬等(130)
恶性肿瘤病人的心理护理·····	董晴雯等(132)
论心理护理与疾病护理·····	刘淑清等(133)
医学心理学在学校疾病防治中的应用·····	郑学敏(135)
高血压性鼻出血病人的心理护理·····	朱春荣等(137)
心理与疾病浅谈·····	田秀敏(138)
临终关怀探讨·····	黄永惠等(140)
浅谈手术前病人的心理分析及护理·····	刘耀军等(142)
浅谈家庭教育对幼儿个性发展的影响·····	廖萍燕(143)
剖腹产术后人工流产者心理分析·····	胡义芹(145)
临产妇的心理护理·····	王玉芬等(146)
截瘫病人抑郁症状分析·····	杨明明(148)
影响母乳喂养的社会心理学因素·····	侯朝晖(150)
弱回声肝血管瘤 B 超诊断 ·····	董相萍(152)
妊娠高血压综合征的 B 超诊断 ·····	董相萍(153)
浅谈手术后病人的心理护理·····	张丽琴等(154)
浅谈老年病人的心理护理·····	张丽琴等(155)
学生自杀心理分析与防治·····	高茜(156)
取得患儿家属的配合提高护理质量·····	韩丁等(159)

浅谈医护人员的情感投资·····	李秀芳(160)
无锡地区大学生 16PF 双重个性因素和应用因素特点与分析 ·····	李金平等(162)
16 例老年高血压病人的心理状态分析及心理护理 ·····	王素芬(164)
对外伤性截瘫患者心理护理的几点体会·····	高德华(166)
对接受化疗病人的心理护理·····	曲 辉等(168)
局麻手术患者心理护理的临床效应·····	杨 阳等(169)
自动经皮腰间盘切吸术患者的心理护理·····	赵艳梅(170)
生物反馈技术与心身疾患的治疗·····	吉华平等(172)
癌症患者心理治疗分析·····	赵继均等(173)
64 例手脚外伤病人的心理分析 ·····	樊巧燕等(175)
谈骨科护患间心理矛盾及解决措施·····	厉金鑫(176)
脑血栓形成病人的悲观心理及护理·····	吕淑兰(178)
应届高中毕业生高考前心态简析·····	刘坚白(180)
对急诊病人心理护理体会·····	刘淑香(182)
癌症病人的心理护理·····	邵玉兰(184)
浅谈甲状腺手术前病人的心理特点·····	庄景山(185)
心理因素与冠心病关系的探讨·····	金 月(187)
青光眼患者的心理护理·····	潘淑玉(189)
传染病病人的心理特点初探·····	陈树军(191)
肾脏移植手术患者的心理因素调查·····	李丽艳等(192)
夜班护士工作质量对护理质量影响·····	张大君等(193)
浅谈对急诊患者的心理护理·····	任维华(195)
200 例老年病人的心理护理 ·····	周培云(196)
浅谈脉管炎病人的心理护理·····	李玉梅等(198)
分娩产妇的心理护理·····	温 明等(201)
危重症患者的心理特点及护理·····	田晓燕等(202)
缓解癌症患者心理应激的临床护理·····	申玉莲(205)
谈儿科医务人员的职业道德与心理素质·····	王淑琼(206)
护士与病人家属常见的几种心理矛盾及解决方法·····	黄智华等(208)
加强文化素养做好心理护理·····	芦平燕等(210)
浅议护士语言交际·····	张婉静(213)

眼科手术前病人的心理护理探讨·····	范秋凤(214)
结核性脑膜炎头痛的心理治疗与心理护理·····	林丽群等(216)
离退休老人的心理特点及护理·····	李庆英等(218)
浅谈对人工流产受术者的心理护理·····	张生孝等(222)
要重视和关心儿童心理健康·····	李 红等(223)
颌面部畸形病人的心理分析和护理·····	华慧娟(224)
2168 例儿童患者在牙病诊治中的心理分析及护理·····	高明辉(226)
无意识词语诱发技术与临床应用分析(Ⅰ)·····	宋微涛等(229)
护士的语言在病人身心康复中的作用·····	叶 鸣等(232)
心理护理应用于体外反搏·····	王 润(233)
浅谈肝硬化患者的心理护理·····	刘继萍(235)
浅谈手术病人的心理护理·····	罗淑清(236)
基建医院护理人员的心理分析·····	温一玲(238)
医院会计心理卫生状况调查·····	张秀君等(239)
心理治疗对多发性梗塞性痴呆疗效观察·····	孙建中等(242)
浅谈对疼痛的心理护理·····	廖尔桂(244)
心理因素诱发剖宫产的临床观察·····	王凤兰等(245)
老年精神疾病的心理特点及心理护理·····	张美连等(247)
骨折病人的心理观察及护理·····	唐 莲(249)
对晚期癌症患者的心理护理·····	廖尔玲(251)
心理治疗在心肌梗塞防治过程中的应用·····	李冬梅等(252)
住院病人的心理护理·····	王丽荣等(253)
剖宫产术患者的心理护理·····	邵瑞艳(255)
射频热疗仪治疗 51 例前列腺增生病人的心理特征及心理护理·····	冯晓琪(256)
浅谈检验人员的自身素质对被检查者心理的影响·····	吴亚芬(258)
护士心理健康状况及其影响因素·····	张志贞等(259)
浅谈青少年犯罪心理的形成·····	刘丽波(263)
医学模式转换与医学生心理素质培养·····	刘 潘(267)
论大学生的挫折与心理·····	肖应兰等(271)
烧伤患者情绪变化的护理·····	刘 君(274)
一例直肠癌患者心理护理体会·····	袁巧玲等(276)

围手术期肿瘤病人的心理反应及心理护理探讨·····	山慈明等(278)
心理护理在责任制护理中的作用·····	李作菊(280)
老年住院患者的心理反应及心理护理·····	宋连英等(281)
术前心理护理对麻醉效果的影响·····	金梅萍等(283)
老年慢性支气管炎患者的心理特征及护理·····	卞红(285)
直肠癌患者的心理护理·····	严雨珍等(287)
对初产妇住院分娩应用心理护理的临床观察·····	杜梅琴等(288)
浅谈老年患者的心理特点及护理·····	王春梅等(290)
浅谈心理护理在临床治疗中的作用·····	张守珍(292)
静脉采血时的心理护理·····	徐明霞等(294)
浅谈心理因素在妇产科护理中的应用·····	徐淑贤等(295)
离休干部心理障碍分析和心理护理·····	孟清云(297)
急性心因性反应患者的心理护理·····	张立兰等(299)
老年鼻出血患者的心理反应及心理护理·····	游秀玲(300)
男性假两性畸形——睾丸完全女性化综合征患者心理护理体会·····	温秋霞等(302)
艇员长航前后视觉记忆心理检查·····	韩天恩等(304)
基层医护人员与患者之间的心理矛盾及缓解对策·····	刘京春(306)
谈谈如何使外科患者积极配合手术治疗·····	沈秀静等(308)
葡萄胎病人的心理状态分析及护理·····	王雅勤(309)
腹膜透析患者的心理分析及护理·····	邵华(311)
脑梗塞病人的心理护理·····	孙昀(313)
手术病人的心理护理·····	李素环(315)
儿童心理状态对牙病诊疗的影响·····	孙翠侠等(317)
上消化道出血 40 例临床观察与护理·····	王敏(318)
A 型性格冠心病患者的心身护理体会·····	刘登文等(320)
癔痛性瞬目心理学治疗 25 例·····	罗玉秋等(321)
得多卡因治疗眩晕症与护理·····	王淑荣(322)
儿童病人的心理护理·····	王丽华等(324)
谈谈心理治疗与医德要求·····	王淑琼(325)
纤维内窥镜检查患者的心理分析及护理·····	叶辉梅(327)
腰椎间盘突出症的护理·····	姚玉梅等(329)

对精神病院及精神病人态度的社会调查.....	文道生(330)
创伤骨科病人的心理特点及护理.....	支秀珍等(333)
子宫输卵管碘油造影检查患者的心理护理体会.....	李秀花(335)
急性有机磷中毒患者的心理护理.....	廉岳勤(337)
手术病人的心理护理.....	王莹(339)
心理因素影响肿瘤病人的康复.....	王瑞清等(341)
入院病人心理活动特点与护理对策.....	刑秀暖(343)
肝硬化病人的心理护理.....	周士燕等(345)
针对哮喘病人的心理护理和体会.....	张爱宁(347)
脑血栓形成不同时期的心理护理.....	简冠英等(349)
护士的言行对心身科病人的影响.....	潘红苓(351)
120例待产妇的心理分析及护理.....	曹宪英等(352)
癌症终末病人的心理分析及护理体会.....	张荣(354)
12例气管切开病人的心理分析及护理.....	翁卫群(356)
小儿心导管术前的心理护理.....	侯连杰(358)
浅谈门诊输液患儿的心理护理体会.....	翟澜(360)
需要·动机·行为.....	郭锡年(363)
实行责任制护理 重视了心理护理.....	白海芳(368)
36例海洛因依赖患者 SCL-90 测试分析.....	刘艳芬等(370)
254例手术病人的心理分析及护理对策.....	杨海杰(372)
浅谈语言在临床护理中的心理作用.....	朱德祥等(374)
消化道肿瘤病人的心理护理.....	崔晓威等(375)
脑力与体力劳动职业人群睡眠障碍流行病学调查的对照研究.....	宋彦等(376)
机动车驾驶员注意品质的检测与职业适宜性.....	张秀芬等(380)
护士需要具备的心理品质.....	罗安端(382)
心理治疗在精神科的临床应用.....	徐立志(384)
浅谈对截肢病人的心理护理.....	王雪升等(385)
学龄前患儿输液时心理特点及护理.....	魏水花等(387)
脑血栓病人的心理护理.....	曹淞淋(389)
腋臭治疗前后的心理护理.....	楚燕萍等(390)
浅谈高干休养员的心理护理.....	李丹(391)

试论医务人员多重角色的作用·····	孙志兰(393)
三百例肝炎病人的心理状态分析及护理·····	胡春桃(394)
临床实习生的不良心理及调节·····	王碧浪等(397)
老年癌症病人的心理护理·····	王苏娟等(399)
骨科手术病人心理松弛疗法·····	凌 敏等(400)
临终关怀心理护理体会·····	杨凤英等(403)
浅谈精神病人的心理治疗·····	赵恩河(404)
浅析手术患者的心理护理·····	王顺萍(406)
加强心理保健培养高中生健康的心理素质·····	李淑琴(408)
外伤病员在门诊的求治心理及对策·····	蒋子芬等(410)
心理护理在药物治疗中的作用·····	孙亚梅(413)
癌症病人的心理及护理·····	马艳华等(415)
浅谈门诊注射室病人的心理特点及护理·····	刘 磊(417)
浅谈心理护理的重要性·····	肖淑娜(418)
对疼痛患者的心理护理·····	张冬梅(420)
剖腹产后母乳喂养的心理观察与心理护理·····	赵永勤(422)
要重视和关心儿童心理卫生保健·····	孟宪秋(423)
老年人失眠的心理护理·····	潘继军(424)
产妇临产后的心理及护理·····	杨凤英(426)
临终病人的护理体会·····	花瑞云等(428)
浅谈基础护理工作中心理护理·····	李佳菊(429)
潜意识与人类健康·····	马天英(431)
变态反应性蠕虫病心理护理体会·····	韩 路(432)
初产妇临产后儿头未入盆试产体会·····	孙绍芳(434)
冠心病病人的心理护理与药物治疗·····	都培芹(435)
疗养院病人的心理护理·····	都培芹等(437)
浅谈住院离休干部的心理护理·····	盛云玲(438)
原发性青光眼发病的心理因素及护理·····	游秀玲(440)
心理护理在精神科的临床应用·····	李丽珠(441)
危重病人的心理护理·····	魏瑞璞(443)
浅谈当前精神科医务人员的一些心理状态·····	吕雪君等(445)
32例眼球摘除患者的心理护理·····	丁玉芹(446)

医学心理学与精神病的诊治及体会·····	李德顺(448)
十种心身疾病社会心理因素调查分析·····	张红玲等(450)
特殊情况下保持乳汁分泌的护理体会·····	潘荫媛(453)
甲状旁腺机能减退的心理护理·····	谢福萍等(455)
老年病人的心理卫生分析·····	靳永霞(456)
对 580 例献血员的心理护理体会·····	赵有清(458)

危机干预欠缺致抑郁症一例分析及思考

吉林市中国人民解放军第 465 医院 程静华

在竞争日益激烈的现代中国社会,抑郁症患者越来越多,目前多数综合医院基本上未建立精神科,专科医生精神卫生知识贫乏,不认识抑郁症,局限于对神经衰弱的一般性治疗。患者更多的也不知道自己患的是抑郁症,即使意识到患了此病,对就诊于精神病院有顾虑不主动求医,也不容易找到理想的心理诊断,失去治疗的好时机,甚至造成不可逆的后果,现将一例精神抑郁症患者的疾病发生、发展以及自助痊愈的资料报告如下:

一、临床资料

A. 一般情况:患者女性,32岁,大专文化,从事医疗工作,神经衰弱入院,有颈椎病和肌紧张性头痛病史。按入院时状况看,完全是由于连续紧张地突击性工作及伏案写作后,颈椎病复发,颈痛、头痛、失眠、精神不振情绪低落。用神经性头痛治疗仪和红外线照射及口服谷维素、正天丸、眠安宁、安神补脑液等治疗,效果甚微。

B. 精神抑郁症状:患者为典型 A 型人性格,干事情效率高,急躁,对自己要求事事按时完成,强加给自己很大的工作压力,疲劳过度和精神紧张焦虑。此时加上人际挫折事件和不利的环境刺激以及不良的暗示等致使患者出现精神危机,失神昏倒,表现为沮丧、压抑、自责、自闭,自信心一落千丈,失去价值感。对现实感到失望。此时医生和朋友的劝告开导无效。20多天后,自己要求出院,进入抑郁状态达4个月之久。

二、资料分析

(1)入侵期:生活事件发生在患者疲劳病痛的时刻,精神受到刺激。患者本人估计到事件本身的严重性,但无力抵抗,无处诉说,任凭刺激的侵入,本人充分体验到一种恐惧,是对根本没发生,却有可能发生的潜在的伤害和痛苦的折磨。哭泣、想诉说、寻求支持和依靠。原本很平常的事,被本人从自我臆想中放大了,甚至当成事实来折磨自己,沉浸在危机感中无法自拔。虽心理上不适却极力表现象正常人那样工作。结果却适得其反,注意力无法集中,记忆力下降,手写字发抖,易出错误,内心意识到自己的病症,加重缺乏

自信,精神活动闭锁,失去灵活反应,在人群中感觉不自在。独自又觉得乏味无所适从。由于失眠时间过长,生物节律紊乱,表情呆滞、失去正常的判断和决策能力。(从心理上拒绝精神病院这个去处)。此时除了在周围人们怜悯抑或是古怪的目光关注下无奈的拖延,仍没有预以有效干预和抑郁药物的使用。

(2)矛盾期,经过朋友和家人的支持和帮助、交谈、并接受他们的劝告,开始从情感的禁锢中松懈,能清楚地针对事件本身做出客观的衡量,找出自助的办法,便调整患者本人的生活目标,降低不现实的自己过高的期望值,把情志转移到家庭、孩子、家务做贤妻良母上来。

(3)消化期:经过内心斗争把残留在心理上的阴影印痕一点点吞噬掉,靠顽强的生存意识和健康的心理成份消融“残渣”把自己的眼光放远放宽,提高生活质量,化解和抒发了心中的郁闷,宽容自己和别人最后达到想开了的目的。

(4)再塑期:患者表现为心理环境重新建立,理解社会现实,正视现实,经过一场风波后心理结构较从前更坚强、更有抗危机性。患者恢复了从前的活力、重新找回了自己。

三、讨论

(1)首先在我们社会心理危机干预机构未健全之前如何让医生和公众认识抑郁症并学会自助,以及周围人如何帮助抑郁症患者摆脱困境是个急待解决的问题。

(2)本文所展示的病例从始至终未用抗抑郁药物这是我们的医生、护士和患者本人对抑郁症陌生,对抗抑郁药更陌生,没有很好的应用,这也许增加病症痊愈的难度。

(3)由于缺乏精神卫生方面的知识,医护人员和周围周围亲人缺乏有效危机干预能力和帮助患者的行之有效的具体措施,光有理解、耐心、爱心是不够的,还需要有科学的方法进行心理治疗,药物治疗和社会因素方面的支持方能奏效。

(4)抑郁症患者学会自助这很重要。主要在于放弃很难达到的目标,降低不切实际的期望,做力所能及的事,不要要求自己做的太多,这只能增加失落感;不要责备自己还没有达到正常人的标准。放弃消极思想,因为它正是抑郁症部分表现;没有明显情绪好转,也不要心烦意乱,要想获得好的感觉,需要时间。在抑郁症状没减轻之前推迟做出任何重要决定,要和信任的

人或十分了解你的人商量后决定。每个人都有可能患抑郁症，希望人人都认识它，并且学会自助及帮助他人。

浅谈离退休干部的心理及保健

吉林省公主岭秦家屯卫生院 姜连君

我镇离退休老干部大多参加工作较早，他们曾为党的事业而兢兢业业地忘我的工作，他们对理想的追求，事业的投入是极强的，为党奋斗终生的信念已成他们人生的准则。然而，岁月催人老，年令不饶人，随着年令增大，他们又不能不接受告别岗位，而退居二线。这是他们一生中的重大转折。由于社会地位，生活环境，经济情况等发生了很大的变化，必然会产生种种不同的心理变化，这是外因。

人所共知，生活在社会上的人，他即有一定的生物性又有一定的社会性，人的心态改变，受到生理和社会因素影响。对老年人来说，生理因素的影响更起着重要的作用，特别是中枢神经系统表现尤为突出，其中脑血管硬化在中枢神经退变中发生的更早、更快、加之烟、酒刺激，高脂肪饮食等而加速和加重其退变的到来。出现脑萎缩，重者可以出现皮层软化或灶性坏死，结果使脑功能减退。一般而言，额叶和颞叶是大脑皮层中发生衰退最早者，其生理功能主要是精神活动，具有思维认识、记忆、判断、推理、综合等功能，当其衰退时，便会出现一系列精神活动的障碍，如情绪不稳，记忆力下降，思维迟缓，固执保守，智能降低等。故老年人的某些异常心理，很大程度系中枢神经系统的病因所致。这是内因。故在进行心理健康保健时，不可忽视这两种重要的因素。为此，我们调查了我镇及干休所的老人共 801 人，并将其心理分为五型而采取不同的心理保健方法。

一、斗志不减型：共 84 例占 10.49%，这类老人对退居二线持正确态度，性情开朗，情绪乐观人老心不老，人退志不退，为党的事业贡献余热。他们能根据自己的特长，撰写革命回忆录，为社会公益事业服务或担任专业顾问，或总结几十年来的专业技术经验著书立卷，毫不保留地奉献给社会和青