

心理健康问题已成为儿童健康成长三个最大阻碍之一

保护儿童心理健康需要全社会共同参与



儿童心理健康是社会发展的晴雨表,备受社会各界高度关注。10月10日是世界精神卫生日,今年的主题为“促进儿童心理健康,共同守护美好未来”。

当今社会背景下,由于多方面的压力倍增,儿童心理健康问题日益突出,根据《中国国民心理健康发展报告(2019-2020)》显示,全国中小学生在不同程度抑郁症状的总体比例超过24%,且随着年级升高而上升,处于中学阶段的儿童出现情绪不稳定等心理问题倾向的比例最高,达17.3%。心理健康问题已经成为目前我国儿童健康成长的三个最大阻碍之一,越来越多的孩子遭受着焦虑、抑郁、自卑、孤僻等困扰。

儿童心理健康问题是由遗传、社会、家庭、学校及个体的偶然经历等多种因素综合作用的结果,睡眠不足、社交焦虑、抑郁、学习压力、社会支持不足、父母关爱的缺失、校园欺凌经历等都有可能影响孩子的心理健康。保护儿童心理健康需要全社会的共同参与和努力,家庭、学校、社会都应更多地关注身边的孩子们,倾听他们的心声,给予鼓励和支持,尊重孩子的个性和需求,帮助他们建立积极的自我形象和正确的价值观,培养健康心态。发现问题及时寻求专业机构的帮助,这样才能真正做到家-校-社-医联动,共同构建一个安全、稳定、有爱的成长环境,为孩子们的心理健康发展保驾护航。(李颖)

带您探秘 PET/CT 的世界

PET/CT,是核医学先进的分子影像设备,可以一次扫描同时得到患者的解剖学及功能学影像,从而获取更多的信息,做出更精准的诊断。

那么,PET/CT 检查到底有哪些注意事项呢?一起走进 PET/CT 的世界,探寻其中的奥秘吧!



1. PET/CT 检查需要空腹吗?

需要空腹。检查前禁食至少4-6小时,可饮用白水;有糖尿病患者需提前告知医生。这是因为PET/CT检查时注射的显像剂是一种葡萄糖类似物,和我们体内的葡萄糖一样可以为我们提供能量。

细胞已经吃饱了我们因为进食提供的葡萄糖,就不能充分地摄取我们所注射的葡萄糖类似物,因此带来的显像效果也会变差。同理,在疾病治疗过程中,如果用的是含葡萄糖类的注射液,或使用降糖药物等,检查当天或前一天均需停用。

如果检查前进食,血液中真正的葡萄糖含量升高,这时候来做检查的话,身体里的细

2. PET/CT 检查为什么要多喝水

多喝水是为了促进药物的代谢以及保障好的图像质量。PET/CT检查前,受检者一般要禁食6至8小时,这时我们人体内的一些空腔脏器,比如胃、小肠、大肠等,会处于收缩的状态,而在CT扫描中收缩、聚拢的胃壁、肠壁无法清楚地显示,这会影响医生的观察和诊断。

而更多的显像剂将会进入病灶组织中,我们称之为病理性摄取。

当患者喝了足够的水,这些水就可以把胃和肠道“撑开”,使胃黏膜、肠黏膜显示得更清楚。正常情况下,少量的显像剂可以被胃肠道黏膜吸收,我们称之为生理性摄取;

如果胃肠道有病灶,当胃肠道黏膜处于收缩、聚拢的状态时,黏膜的生理性摄取无法和病灶的病理性摄取相区分,可能会影响医生对病灶的判断;喝水将胃肠道“撑开”后,黏膜的生理性摄取与病灶的摄取区别将会更明显。此外,注射药物后,患者按正常的饮水速度,间断地饮用500至1000毫升水,可促进摄取的显像剂更快地排出。

3. 注射显像剂后为什么要多休息少走动、少交谈

因为显像剂在注射了之后,需要1小时左右的时间循环运输到患者的各个脏器。这个时间内,如果患者走动或交谈频繁,肌肉血供增加,就会竞争性摄取显像剂,会导致显像剂过多地聚集在肌肉组织,

从而不能准确判断肌肉代谢增加是活动后导致,还是病变引起的。所以,在等待的时候,患者保持安静的休息,让显像剂正确分布,这样结果也更能反应您身体的真实情况。

4. PET/CT 检查可以随时做吗

需要预约。至少提前一天预约并做好准备后,方可开展检

查。预约热线:0724-8606025。(李姣)

专家信息



杨丽霞
副主任医师 科主任

曾到北京协和医院、美国华盛顿大学医院等交流学习。先后任湖北临床心理学会委员、湖北省心理咨询师协会儿童心理专委会委员、荆门市未成年人心理健康专委会特聘专家等。擅长儿童青少年心理障碍、情绪与行为障碍,成人睡眠障碍、心境情感障碍等的诊治与心理治疗。



施昊天
医师

从事精神卫生专业5年,2019-2022在北京大学第六医院(中国精神卫生研究所)学习。擅长儿童青少年情绪障碍、多动症、孤独症,老年抑郁、痴呆伴精神障碍,以及成人心境情感障碍、分离转换障碍、睡眠障碍等疾病的诊治。



徐启燃
医师

从事精神卫生专业5年,2020-2023在武汉大学人民医院学习。擅长青少年心境情感障碍、成人焦虑抑郁障碍、睡眠障碍以及精神分裂症的诊断及规范治疗,同时对儿童ADHD、孤独谱系障碍也有一定的诊治经验。

荆门市中心医院临床心理科

科室拥有专业精神科医生、心理咨询师、心理治疗师,为您提供专业心理咨询和治疗。

配备国内先进的心理测评系统,应用电脑化心理测量进

行科学评估,可开展包括人格测验、情绪问题、儿童和青少年行为问题、家庭养育方式等多种项目。以专业能力、专业设备,帮助你发现和解决孩子的问题。

坐诊信息

开诊时间:周一至周日

就诊地址:荆门市中心医院南院门诊四楼452诊室

预约热线:0724-8606269