

关注世界 镇痛日



让慢性疼痛患者不再“忍痛”

新华社北京10月19日电(记者刘祯、顾天成) 疼痛,是身体发出的预警信号。今年10月19日是世界镇痛日。如何正确认识疼痛?如何提高综合诊疗能力?记者采访了相关专家。

慢性疼痛是一类独立疾病

疼痛按病程长短可分为急性疼痛和慢性疼痛。数据估算,我国慢性疼痛患者超3亿,且以每年1000万至2000万的速度增长。慢性疼痛已成为一个重要公共卫生问题。

中日友好医院疼痛科主任、国家疼痛专业医疗质量控制中心主任樊碧发介绍,当疼痛反复持续3个月以上,就可称为慢性疼痛,常见类型包括颈肩腰腿痛、神经病理性疼痛、癌性疼痛等。

在专家看来,慢性疼痛并非单纯的疾病伴随症状,而是一类独立疾病。它发病率高、持续时间长,极易引发睡眠障碍、焦虑抑郁,但“疼痛忍一忍就过去”的观念仍普遍存在,不少患者对疼痛疾病认识不足,延误了早期干预的时机。

“对于轻中度疼痛,患者可通过药物和非药物治疗相结合的方式干预;重度疼痛患者则应及时就医,如果不控制,可能导致病情恶化。”樊碧发说。

专家提示,疼痛管理是一个长期而复杂的过程,不同的慢病治疗方案也不一样,患者应当引起重视,早发现、早治疗、早控制。

疼痛诊疗面临复杂挑战

近年来,我国疼痛医学不断发展,药物治疗、康复理疗、微创介入、心理疏导等治疗手段越来越丰富,但疼痛诊疗仍面临复杂挑战。

一方面,随着我国人口老龄化进程持续加深,各类慢性疼痛的发病规模还在不断扩大。

中国医师协会疼痛科医师分会会长、南昌大学第一附属医院疼痛科主任张达颖指出,老龄化带来慢性疼痛高发,疱疹、糖尿病、骨质疏松等都伴随着疼痛,这些疾病涉及的诊疗路径复杂、就诊科室多,对疼痛学科的诊疗服务能力提出了更高要求。

另一方面,我国疼痛医疗资源依旧存在区域发展不均衡问题。专家指出,我国县域及基层医疗机构承担绝大部分慢性疼痛患者的慢病管理任务,但当前相关人才储备不足,对疼痛的识别评估、综合干预、康复随访的服务能力存在明显短板。

“不少基层患者如得不到及时治疗容易发展为难治性疼痛,补齐这块短板刻不容缓。”中日医学科技交流协会常务副会长张燕生说。

让更多人在家门口享受疼痛诊疗服务

如何进一步提升疼痛诊疗服务水平?中国科学院院士、北京大学神经科学研究所名誉所长韩济生认为,要推动优质医疗资源下沉,提升基层医疗机构对疼痛的早期识别和规范处置能力,同时面向社会大众普及科学认知。

近年来,国家卫生健康委等部门印发《疼痛综合管理试点工作方案》,要求逐步推广疼痛综合管理,提升疼痛诊疗能力和相关技术水平;《关于加强基层医疗卫生机构特色科室建设的指导意见》明确,鼓励基层医疗卫生机构提升疼痛等专病专科服务能力。

为推动基层疼痛诊疗能力建设,国家卫生健康委卫生发展研究中心联合中日友好医院疼痛科2024年发起中国慢性疼痛管理网络建设项目,探索建立县域医疗机构慢病中心,目前已在16个省市建设25家试点单位。

“下一步将继续推动全国疼痛诊疗网络体系的建设,让老百姓在家门口就能享受到规范、优质的疼痛诊疗服务。”樊碧发说。

南国智库心理研究中心首批受聘专家：
整合资源优势育才护“花”

南国都市报10月19日讯(记者 王康景)10月16日,海南日报报业集团南国智库心理研究中心在海南日报大厦正式揭牌成立。中心将扎根海南本土,锚定建设区域性心理健康智库平台的目标,夯实本土心理健康研究的数据根基,聚力科普宣教、政策咨询、社会公益服务,为健康海南建设赋能。首批受聘的特约研究员、心理咨询师纷纷表示,将积极运用平台优势,发挥专长,为不同领域人群提供心理健康服务。

作为首批受聘的特约研究员,海南省心理咨询师协会会长、启愈心理创始人姚欢表示,多年一线服务让我坚信,家庭是孩子心理健康的土壤,面对青少年身心困扰,不能只关注孩子本身,家庭共同参与才是根本。养育者的状态、家庭互动氛围,直接影响孩子状态改善的长效性。

她希望依托研究中心平台,推广身心一体、家庭共同参与的理念,惠及更多困扰家庭,也期待平台搭建多元交流渠道,和各位专家多方协作。

她介绍,海南省心理咨询师协会已与南国智库心理研究中心进行了战略合作签约,协会现已培养60多名专业人才,包含精神科医师、心理治疗师、二三级心理咨询师等,愿意发挥团队力量,承接各类

公益心理服务,为海南心理健康事业贡献力量。

首批签约受聘心理咨询师章悦表示,南国智库心理研究中心平台很实在。加入中心最期待多方联动能真正落到家庭上,很多家长不是不想帮孩子,而是不知道去哪、该找谁。期待平台把医院、高校、机构和媒体串起来,能让家长少一点无助,多一点方向,也让更多孩子更早被“接住”。

“我平时主要做青少年厌学休学、自伤自残和躯体化困扰等问题的咨询服务,坚持‘身心一体、父母孩子同步’的家庭系统干预。”章悦说,坚持父母至少一方与孩子同行,这在医院诊断治疗上很重要,她更多是做家庭系统的辅助和衔接,让孩子回到家以后,环境改变也能跟上。

“海南日报报业集团南国智库心理研究中心成立,我由衷地感到高兴。作为一名心理咨询师,我每天倾听青少年和家长的倾诉,看到孩子们那么痛苦、家长那么无助,常常希望自己能有更大的能力为他们多做一些。”作为首批南国智库特约研究员,三亚中心医院(海南省第三人民医院)心理咨询师祁丽萍表示,南国智库心理研究中心整合了多方资源,这是一个很大的优势。

广告

中国建设银行
China Construction Bank

建行社保卡

一卡无忧乐享生活

人社服务 | 就医购药 | 交通出行 | 政务服务 | 旅游文化
免税购物 | 惠民惠农 | 教育领域 | 酒店住宿 | 住房公积金

扫码办理
海南建行
社保卡
»

下载海南一卡通APP 登录建行微信小程序 扫码关注海南建行公众号

中国建设银行
China Construction Bank

客户服务热线: 95533
网址: www.ccb.cn