

# 参加工作13年，精神科85后主治医师几乎每一个春节都在岗位上度过—— 守护心“晴”，做患者最信赖的人



除夕，病区值班；初一，门诊值班；初二，急诊值班；初四，门诊值班……春节期间，南通四院精神科85后主治医师朱海骄一直忙碌在临床诊疗的第一线。“这几年的春节长假几乎都是这样

忙碌。现代人的精神卫生意识提升了，利用春节假期调整自己的心理、情绪、睡眠等相关问题成为一种趋势。”朱海骄说，这也从一个侧面反映了社会的进步——对于心理疾病，人们不再讳疾忌医。

## ► 越到过年越是忙碌

在大多数人的印象中，逢年过节，精神科应该会消停点。“其实，并非如此。节日期间的暴饮暴食、作息规律改变、饮酒、聚会等多重因素叠加，往往会导致一些突发性精神疾病的发生，也可能使原本处于康复期或稳定期的精神疾病患者复发或加重病情”。

参加工作13年来，朱海骄几乎每一个春节都坚守在岗位上。

正月初二一大早，20岁的女孩雯雯（化名）就被家人送到了南通四院。经过问诊，朱海骄了解到，雯雯在走亲戚时看到桌上的一把水果刀，突然受到刺激——认为亲戚要用这把刀对她一家谋财害命。经过进一步询问，朱海骄敏锐地捕捉到女孩情绪波动的原因：过年前几天，雯雯回到家中，旅途劳累的她并没有得到很好的休息，到家后又连接几天同学聚会，并且此前雯雯家与该亲戚曾

因为拆迁产生过矛盾。“这属于一种急性短暂性精神障碍，大多数是一过性的。只要经过充分的休息，加上服用小剂量药物，完全可以康复。”听完朱海骄的耐心解释，雯雯的父母终于放下心来。

有些老年人迷信“过年吃药不吉利”，擅自停药，这也成为突发精神异常的重要原因之一。“也是初二那天，一位到处乱跑、情绪激动的老大爷就被120送到了我们医院。老人家患有高血压，过年一高兴就停药了，又连续几天过量饮酒，5天打牌没合眼了，这是典型的器质性疾病引发的精神异常。”经过朱海骄的对症降压处理后，老人家的症状很快得到改善。

怀孕5个月出现孕期抑郁症状的准妈妈，未能和子女团聚、频频出现濒死感的空巢老人，拿着手机对着医护人员不停拍摄的精神分裂症男子……春节期间，朱海骄一人就收治入院10多人。

## ► 医患之间温情陪伴

正月初四，朱海骄坐诊“早期干预专病门诊”，全天接诊30多人，因为没时间上厕所，她甚至不敢多喝水。

记者注意到，一人看病，多人陪诊，成为专病门诊上的常见现象。“特别是孩子、老人患病后，在初诊时，家中的多位亲属往往都会陪同来院，这时候做好患者及家属的心理疏导非常重要。”朱海骄说，家庭的支持对于精神疾病患者的治疗和康复至关重要。在门诊上，除了问诊、开药外，她更愿意花时间“话疗”——与患者及家属共同理清疾病发生的原因，并给出家庭支持的建设性意见。她告诉记者，从去年起，该院精神科专门开设“早期干预专病门诊”，旨在改变社会上对精神科的刻板印象，鼓励更多人在发现自己或身边亲友出现早期精神异常

后，及早到正规医院进行干预和治疗。

除了门急诊的日常工作外，春节期间，朱海骄和同事们还要照顾好留在医院过年的130多名精神科患者。“春节期间，病区的来访者比平时多了好几倍，容易导致病人情绪波动，我们要比平时工作更细致，才能确保平安过大年。”朱海骄说，精神科的一些重症患者住院长达十几年甚至几十年，医护人员就是他们最亲近的人，也正是这份沉甸甸的责任，让她不敢有丝毫懈怠。

“除夕那天，我们在学科带头人严琦主任的带领下，在病区组织患者一起包饺子、看春晚，但还是要确保他们在晚上10点前入睡。充足的休息、规律的生活起居是他们病情平稳的重要保证。”这份用心的背后，是朱海骄过年都顾不上陪父母聊聊家常的默默付出。

## ► 收获串串新年祝福

“朱姐，新年快乐，告诉你一个好消息，我刚刚找到工作了！”“朱医生，过年好，感谢您这些年对我的关照，我现在一切都好，祝您全家蛇年大吉！”……春节期间，朱海骄的微信提示音不断响起，她笑着说，读到这样的新年祝福，再苦再累也值得了。

“很多人认为像精神分裂症、重度抑郁症这类精神疾病很难痊愈，但其实不然。在我的病人中，就有好几个经过五六六年甚至更长时间与疾病抗争，最终成功回归社会的。”

今年春节期间，朱海骄和一名已经

痊愈的女患者重逢，并收获了一份意外的惊喜——该女子成功嫁人生子，专程带着刚出生的宝宝向她拜年。

前不久，国家卫生健康委将2025—2027年确定为“儿科和精神卫生服务年”。“守护广大市民的心灵健康，我们要做的工作还有很多。”身为南通四院公共卫生科副科长，朱海骄说，新的一年，她和同事们注定会更加忙碌，这是责任，更是动力！而他们都有一个共同的心愿——把“特别的爱送给特别的你”。

本报记者 冯启榕 王政 本报实习生 徐施颖

## 立春不等于入春 本周最低气温-6℃

### “小俞聊天气”

**晚报讯** 前天，我们迎来了二十四节气中的第一个节气——立春，昨天又进入“数九寒天”的“六九”，但天气并没有像数九歌中所描述的“五九六九沿河看柳”那么温暖，随着新一轮冷空气的准点“上岗”，本周依然是寒意十足。

从气象意义上来说，立春并不等于入春。当连续5天日平均气温稳定大于或等于10℃，才能将这5天的起始日称为入春日。南通常年入春时间为3月22日，即便2023年“闪电入春”创下最早纪录，也已经是3月初了。眼下，通城依然处在“寒意未退盼春来”的季节中。

乍暖还寒时节，冷空气依旧活跃。本周平均气温1℃~3℃，偏低；最高气温9℃左右，出现在5日；

最低气温-6℃左右，有冰冻，出现在8日。也就是说，从今天开始，最低气温和最高气温将持续走低，尤其是这个周六，不仅最低气温有可能创新低，最高气温也仅有1℃，寒冬的感觉又要回来了。提醒大家，一定要做好防寒保暖工作。

风力方面，本周多西北风，且风力总体较大，一般为陆上4~5级、沿江江面4~6级、沿海海区6~8级，其中7日前后风力可达陆上和沿海江面5~7级、沿海海区7~9级。

**【今明后三天天气预报】**5日：晴到多云，北到西北风4~5级，气温-3℃~9℃，有冰冻；6日：晴到多云，西到西南风3~4级夜里转偏北风4~5级，气温-4℃~7℃，有冰冻；7日：多云到晴，北到西北风5~6级阵风7级，气温-4℃~2℃，有冰冻。

记者 俞慧娟

（合作单位：南通市气象局）

## 西寺新春活动精彩纷呈 传统艺术绽放魅力



市民体验传统民间艺术的制作乐趣。

**晚报讯** 春节期间，西寺文化展览馆热闹非凡，一系列别开生面的文化体验活动在此盛大开展，吸引众多市民和游客前来参与。

此次活动涵盖木版画印制体验以及“青风白韵”雅集活动，为新春佳节增添浓厚文化氛围。

西寺天王殿内四大天王彩泥壁画由江苏理工学院教授、传统壁画研究所所长王岩松老师及其团队精心绘制，其形象源自山西宝宁寺水陆画。南通大学艺术学院袁淑敏老师以此为蓝本，制作出一套别具一格的木版画。“四大天王”所蕴含的“风调雨顺”美好寓意，承载着对广大市民及游客的新春祝福。此外，套色版画以及甲马版画体验活动也同步开展，让参与者全方位领略木版画艺术的多元魅力。

大年初四下午，西寺携手格帐艺术空间，共同打造“青风白韵，新春雅集”主题活动。活动现场，专业舞者身着精美服饰，分别扮演青蛇与白蛇，带领游客穿越时空，领略南宋文化与艺术的独特韵味。在活动过程中，游客们不仅能够亲身

体验年画、糖画、剪纸等传统民间艺术的制作乐趣，还能一同参与创作一幅“清供图”，以传统艺术形式共贺新春佳节。

此次西寺新春文化活动，将传统艺术与新春佳节巧妙融合，为市民和游客带来一场精彩的文

记者 李波

通讯员 李理