

北京大学第六医院 简报

2021 年第五期

北京大学第六医院党委院长办公室主办

2021 年 5 月 14 日

中科院院士、我院院长陆林教授一行 赴武汉指导调研疫后心理服务体系建设相关工作

当前，全球疫情的反复牵动着每一个人的心，由疫情导致的精神心理问题也更加凸现。陆林院士团队研究发现，约有 1/3 的人受“疫后综合征”困扰，其中新冠肺炎确诊或疑似患者及其亲属、具有职业暴露风险人群的精神心理问题发生风险更高。为深入了解当前我国居民精神心理健康状况，分析疫情对我国居民精神心理健康的影响，总结我国心理抗疫的经验，推动疫后精神心理服务体系建设，应武汉市新冠肺炎疫情防控指挥部医疗救治与疾控组邀请，中科院院士、我院院长陆林教授一行赴武汉调研、指导疫后心理服务体系建设相关工作。

社会心理服务体系建设工作推进会

2021 年 5 月 7 日，武汉市社会心理服务体系建设工作推进会在武汉会议中心汉江厅举办，陆林院士一行应邀出席。此次推进会由武汉市人民政府副市长、武汉市社会心理服务体系建设工作领导小组组长陈红辉主持。出席会议的还有武汉市社会心理服务体系建设工作领导小组成员单位分管负责人等。

推进会上，武汉市卫生健康委副主任郑云提到，武汉市社会心理服务体系建设是市委、市政府部署的一项重要民生工程，自 2020 年 7 月武汉市启动全国社会心理服务体系建设试点工作以来，各部门精心谋划、全力推进，组织保障更加有力、服务体系更加健全、服务效果更加凸显。2021 年是社会心理服务体系建设试点工作的收官之年，希望能在我院及陆林院士团队的指导下，进一步健全线上线下社会心理服务平台、建立社会心理服务长效机制、培育社会心理服务人才队伍、提升社会心理服务能力、加强重点（特殊）人群心理援助服务，加快推进武汉市建设全国社会心理服务体系建设试点城市各项工作。

陆林院士针对中国社会心理服务体系建设情况，从精神心理健康的现状、现有社会心理服务体系的不足和中国社会心理服务体系的未来发展几方面进行专题讲座。他指出，伴随新冠肺炎疫情，各种精神心理问题不断凸显，部分地区精神卫生资源薄弱、精神卫生服务和培训不足等问题逐渐显现，精神卫生服务体系面临着巨大挑战。为减少新冠疫情对群众心理健康造成的长期损害，合理、有效利用精神卫生资源，我们成立了疫后精神心理疾病研究和诊疗中心，建立基于网络的睡眠及心理干预平台，同时在武汉市医院、社区、学校等不同场所对不同高危人群开展调查，积极采取个体化干预措施，将疫情带来的负面社会影响降至最低。他强调，要整合不同部门的心理服务资源，充分发挥精神科医师、心理治疗师、心理咨询师、社会工作者等专业队伍力量；立足社区，充分发挥社区功能；建立“三专”服务模式，将工作做实做细，多措并举，切实为人民群众提供有效、便利、精准的精神卫生和心理健康服务，进一步提高群众心理健康素养。

指导武汉市精神卫生中心相关工作

随后，陆林院士一行，武汉市卫生健康委副主任郑云、疾控处处长张尧，武汉市精神卫生中心领导班子全体成员、相关科室负责人在武汉市精神卫生中心二七院区开展了社会心理服务体系建设工作座谈会。会上，武汉市精神卫生中心院长李毅介绍试点工作进展，现场参会人员就武汉市社会心理服务体系建设工作进行交流座谈。

推进疫后儿童青少年心理健康工作

此次新冠肺炎疫情对青少年群体的心理状态和生活状态产生了较大影响，疫情期间常见的青少年心理问题，如果不加以妥善解决，将可能长期影响其学习、生活和人际交往。7日下午，陆林院士来到武汉市武昌医院，对当地有心理卫生服务需求的青少年患者进行会诊，为其制定个体化康复和心理干预方案。

在青少年心理卫生门诊前，陆林院士接受当地媒体采访。他强调，儿童青少年心理健康问题和负性事件发生频繁，呼吁社会重视并共同关注这一关键问题。

参访指导社区卫生服务中心工作

最后，陆林院士一行赴武昌区徐家棚街社区卫生服务中心，深入基层实地考察并召开座谈会，武昌区卫生局王辉副局长一同进行调研。通过参观走访，了解疫后重点人群心理状态，以及当地心理疏导、心理服务、健康宣教等工作开展情况并提出建议，为湖北省患者康复和心理疏导工作的推进和社会心态的平复提供帮助。

医院始终引领我国精神卫生事业发展，在精神疾病管理与治疗、推动社会心理服务体系建设方面开展了大量工作。2019 年国家十部委联合启动全国社会心理服务体系建设试点工作，并成立全国社会心理服务体系建设试点工作专家组，陆林院士为专家组组长。我院承担试点工作的日常管理，每年组织对全国 31 省（自治区、直辖市）的试点地区进行调研与指导，协助组织召开试点经验交流会，为社会心理服务体系向全国推广夯实了基础。（党院办 李怡雪）





中科院院士、我院院长陆林教授 受邀赴武汉市第一中学进行专题讲座

为进一步促进湖北省广大学子对北大医学的了解，促进北京大学特别是北大医学在湖北省招生工作的开展，2021年5月8日下午，中国科学院院士、我院院长陆林教授受北京大学委托，应邀赴武汉市第一中学进行“北大医学 逐梦远航”的专题讲座，武汉市第一中学500余名师生参加了本次活动。

讲座中，陆林院士首先从时代发展、历史沿革、人才培养和社会服务几个方面展开，介绍了北大医学的基本概况，全方位展示了北大医学深厚的人文底蕴、成熟完整的医学教育与学术体系、强大全面的临床医院体系以及国内顶尖的学科门类、世界范围的国际交流合作等优势，让更多优秀学子坚信，选择北大医学将会有无限的发展潜力与空间。

随后，陆林院士进一步详细说明精神医学的重要科学地位和社会地位、精神疾病的现状、新冠肺炎疫情带来的心理问题、精神医学的就业前景等。他提到，通过对5万余名居民进行线上调查，发现新冠肺炎疫情期间大众精神心理问题突出，疫情导致的次生灾害和长期社会影响需要社会各界的共同关注。希望同学们了解精神医学，加入精神医学团队，共同为疫后心理康复工作和心理服务体系建设献计献策。

“在祖国需要的地方、世界需要的地方，都有北大医学人的身影。”他强调，选择医学专业是时代赋予的契机，希望广大学子积极投身医学工作。讲座结束后，陆林院士与中学生们深入交流，现场气氛热烈，同学们还就感兴趣的问题提出自己的见解和疑问。

陆林院士此行给同学们上了一堂生动的医学课，在同学们心中播下一颗医学的种子，让北大医学走近中学生身边，让更多中学生和家长了解北大医学，更多优秀学生选择医学、加入医学队伍。
(党院办 李怡雪)





我院召开庆祝“5.12”国际护士节微视频创作大赛暨优秀护士表彰大会

2021年5月12日是第110个国际护士节，值此节日来临之际，我院在北院召开了庆祝2021年“5.12”国际护士节微视频创作大赛暨优秀护士表彰大会。我院陈斌斌书记、孙洪强副院长、张霞副院长、李秀华总会计师，各职能处室负责人及近50名护理人员参加了此次大会。本次大会还特别邀请了医院护理领域的老前辈王秀娟和马莉两位老师。

大会在我院护理工作人员的合唱中拉开帷幕。中国科学院院士、我院院长陆林教授采用了视频形式向昼夜辛勤工作在临床一线的护理人员致以节日的祝福与问候，对大家抗疫过程中的无私付出给予了高度肯定，并勉励大家在日后工作中再接再厉，取得更大的进步。

随后，医院护理人员代表向王秀娟与马莉两位老师献花，向她们在精神科护理领域所做出的贡献表达敬意与谢意，两位老师也分别对在场的各位护士送上了节日的祝福。

大会紧接着进入表彰环节，孙洪强副院长宣读了我院“优秀护士长”、“优秀护理工作者”的表彰名单，在座的各位领导和护理前辈们为获奖人员颁发证书并合影留念。

“守护身心健康，展望精神科护理的未来”护理微视频创作大赛得到了我院广大护理工作者的积极响应与热情参与，充分展示了护理队伍良好的精神风貌和职业风范。

此次微视频创作大赛共有10个护理单元参与。经过现场评委打分评比，最终，特诊科《心灵守护你和我》在比赛中拔得头筹；综合三科《疫情下的网课》和儿科《我的住院日记》获得二等奖；睡眠医学科《拥有好睡眠，健康永相伴》、临床心理科《夜空中最闪亮的星》和门诊科《感恩相伴，梦想同行》获得三等奖。

陈斌斌书记在总结发言中首先向大家送上了美好的节日祝福，并分享了观看微视频的感受，她指出镜头下的白衣天使们忙碌与温馨的工作瞬间非常令人感动。与此同时，陈书记带领大家一同回顾了国际护士节的起源，她强调护理工作是一份崇高光荣的职业，更是一项充满爱心的伟大事业，一直以来，六院护理队伍始终用实际行动传承和践行着南丁格尔精神，希望大家再接再厉，做出更好成绩！

此次活动展现出我院护理团队积极向上、蓬勃发展的精神风貌。六院广大护理人员会继续弘扬南丁格尔精神，彰显精神科护理人员风采，继续为医院的发展贡献力量。

本次活动得到我院工会的大力支持。

（护理部 王涌）





我院连续两年获得北京地区卫生健康系统网站测评互动交流奖

5月8日，北京市卫生健康委信息中心组织召开了2020年度北京地区卫生健康系统网站和移动应用测评总结暨部署动员会，北京市卫生健康委信息中心主任据文胜、副主任郑攀、标准与评价部主任张世红，全市各区卫生健康委负责同志、市卫生健康委直属单位和三级医疗机构的网站和移动应用主管领导或负责人参加会议。会议公布了2020年度北京地区卫生健康系统网站和移动应用测评结果，我院连续两年获得北京地区卫生健康系统网站测评互动交流奖。

据文胜主任在讲话中表示，网站和移动应用是卫生健康数字化的重要内容，测评工作是通过以评促建、以评促改的方式，促进数字、信息更好地惠民利民，既是适应互联网时代的要求，也是响应国家卫生健康委相关文件的精神，提升医疗卫生服务质量的重要抓手，各单位应以本次测评为契机，进一步完善网站和移动医用建设，拓展服务和互动功能，切实做到“让数据多跑路，让群众少跑路”。据文胜主任提到，今年是庆祝中国共产党成立100周年，各单位应结合党史学习教育，将网站和移动应用平台的便民惠民作用发挥到最大化。

信息中心标准与评价部白玲老师从2020年度北京地区卫生健康系统网站和移动应用测评工作的背景介绍、工作说明、结果分析和2021年度相关工作部署四个方面进行了总结报告。希望各单位高度重视、统筹规划网站和移动应用，推动信息化便民惠民取得实效。

我院将继续以网站与移动端的融合发展、不断提升群众智慧服务获得感为目标，不断拓展网站建设的广度和深度，进一步优化测评工作与智慧服务的衔接，处理好系统建设与应用效果之间的关系，真正做到提质增效，切实增强群众“互联网+医疗服务”获得感。
(党院办 李怡雪)



我院开展政府采购专项行动巡查

根据《国家卫生健康委关于进一步规范和加强政府采购管理工作的通知》(国卫财务函[2020]250号)的文件要求,为规范和加强医院采购管理,加快补齐采购管理短板和不足,建立健全医院采购管理制度,强化内控,完善监管措施和监管体系,形成工作长效机制,2021年4月28日,政采专项行动工作小组、纪检监察室、审计室等部门组成检查组开展了对涉及政府采购工作的重点科室进行了巡查,张霞副院长,党委副书记、纪委书记刘靖,李秀华总会计师,纪委副书记、人事处处长李晓霓,科研处处长陈冬雪,纪检监察室主任胡瑜,审计室陈冠丞老师等参加了此次检查活动。

本次检查中,检查组成员查阅了相关科室的制度建设、采购工作开展情况,询问了科室重点岗位负责人对医院有关政府采购制度、限额标准以及流程的掌握情况,集中探讨了采购实施过程中的重点难点、采购流程和合同审核流程的规范性以及如何规范和加强业务流程管理等问题。

此次检查是政府采购三年专项行动阶段工作的落地实施。医院各科室通过此次检查进一步发现问题,并以落实整改措施为工作目标,不断规范政府采购行为,形成依法、依规的政府采购长效机制,进一步健全采购管理制度体系和工作机制,促进采购管理与信息化建设深度融合,科学提升工作效率,形成依法依规、手续完备、运转高效的采购模式。(后勤保障处 王若忱)



我院保卫办公室于昌平院区开展反诈骗宣传进科室工作

据社科院发布《法治蓝皮书》披露,近年来,电信网络诈骗的运作模式呈现专业化、公司化趋向,犯罪分子的犯罪手段也越来越智能化,网络电信诈骗犯罪集团逐渐形成恶意注册、引流、诈骗、洗钱等上下游环节勾连配合的完整链条,也形成了电信网络诈骗的“新范式”。就诈骗犯罪的形式而言,交易诈骗、兼职诈骗、交友诈骗、返利诈骗占比较大,占电信诈骗案件总数的七成以上。

为了有效遏制诈骗犯罪,保障人们公私财产安全,2021年4月30日,史各庄街道办事处联合史各庄派出所召开了《打击电信网络新型犯罪专项工作联席会》。会后,昌平院区保卫办公室根据公安机关反诈骗中心要求全民安装并下载注册反诈APP工作指示,于当天下午召开科务会,传达内部会议精神,并现场要求保卫办公室所属保安队员、中控值机员当场下载反诈APP,并于门诊大厅大屏幕滚动播发《六个一律,八个凡是》防范诈骗常识。

5月7日下午,保卫办组织人力开展防范诈骗进科室工作,开展反诈骗宣教活动,并协助各科室工作人员下载注册反诈APP,院内工作人员及第三方合作单位约80人接受了反诈警示教育。(保卫办公室 郭雨辰)



我院研究生党支部联合北大口腔医院学生党总支等开展第三届心理健康教育讲座

2017年5月8日，我院研究生党支部与北京大学口腔医院学生党总支首次联合成功举办了学生心理健康教育讲座；2019年5月8日，双方联合举办了第二届心理健康教育讲座，该活动得到了师生的一致好评。

近期，我院研究生一、二党支部与口腔医院学办、学生党总支再次碰头商榷，开展第三次学生心理健康教育讲座。双方根据学生心理健康现状确定了活动主题，并特邀我院睡眠医学科副主任范滕滕老师作为讲者进行授课。

2021年5月8日18:00，第三届心理健康教育讲座在北京大学口腔医院教学楼三层报告厅举行。我院研究生一、二党支部10余名党员，北京大学口腔医院党委领导、学生党总支负责人、学生工作相关负责人参加了本次活动。

范滕滕老师以“大学生心理危机干预”为题进行报告。他从大学生面临的外部心理环境、引发大学生产生心理危机的应激源等方面入手，介绍了沟通的主要技巧，包括尊重、共情、倾听、提问等。同时向大家介绍了抑郁症、焦虑症、精神分裂症等常见精神心理障碍的识别与干预，并重点介绍了自杀危机的识别与干预。范滕滕老师叮嘱同学们要懂得自我关爱，合理调节情绪，保持良好睡眠等。课后大家就自己困扰的心理问题踊跃提问，范滕滕老师逐一进行了详细解答，获得了大家的一致认可，现场反响热烈。活动最后，现场进行分组，同学们就自己生活、学习中遇到的烦恼和困惑进行了一对一的咨询。

本次学生心理健康日活动的举办，充分发挥了我院精神病与精神卫生学的专业特长，普及了精神卫生知识，提高了学生对精神卫生和心理健康的认识，进一步推进了精神疾病防治的科普工作。

（研究生党支部 王婷 韩刚强）



学党史练体魄，我们永远跟党走

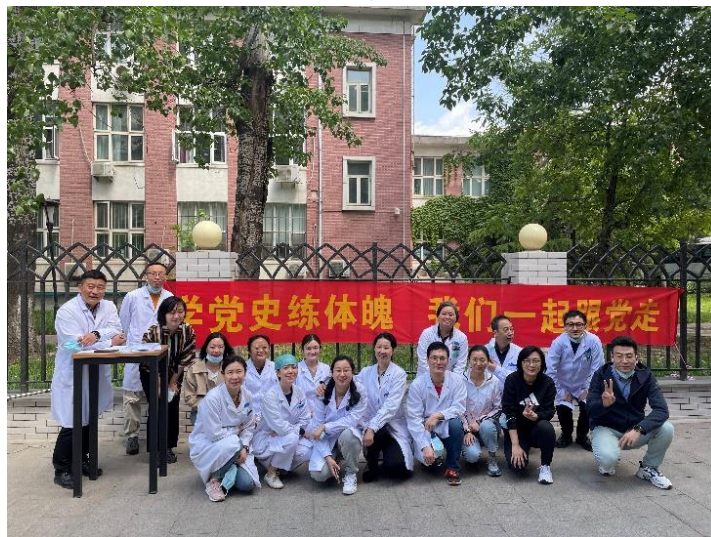
——记机关一支部、门诊一支部和门诊二支部联合主题党日活动

人间4月，春日正好。今年是中国共产党成立100周年，习近平总书记号召，在全党范围内开展党史学习教育，力求达到“学史明理，学史增信，学史崇德，学史力行”之效果。在医院党委指导下，我院机关一支部、门诊一支部和门诊二支部经过精心设计，大力组织，联合开展了主题为“学党史练体魄，我们永远跟党走”的主题活动。

活动包含两个部分：党史知识答题及跳绳竞赛。先答题，再跳绳，将党史知识的学习与丰富支部生活结合起来，将体力锻炼与脑力竞赛结合起来，受到了党员们的热烈欢迎。我院党委陈斌斌书记与党院办何小璐副主任也共同参与到活动的各个环节中，与支部党员们一同学习党史、锻炼体魄。最后，全体党员们还尝试了集体跳大绳，团结协作，默契配合，增强了支部凝聚力。

希望通过本次活动，一方面可以强化党员学习党史的意识，另一方面，也可以提醒各位医务工作者重视身体健康，为群众、为患者做好服务！

（机关一支部 门诊一支部 门诊二支部）





我院专家应邀开展留学生危机干预和情绪管理讲座

5月25日晚8时，中国儿童少年基金会发起的护航计划特邀我院马燕桃主任医师聚焦后疫情时代的海外学子心理健康，开展主题讲座，并与吴晓龙、靳宇辰两位同学进行互动答疑。马燕桃主任医师通过“压力与情绪对身心的影响”、“焦虑的心理成因”、“心态与自我认知培养和引导”与“自我心身状态测评”四个维度展开讲解，帮助留学生认识并缓解负面情绪及其带来的压力。

一、压力与情绪对身心的影响；

个人的焦虑情绪不仅是心理上的感受，还受到免疫系统、肠道菌群、神经内分泌系统和社会资源等多种因素的相互影响。常见的焦虑障碍——如社交焦虑障碍（SAD）——时常源自于负面的自我认知和对他人看法的过度关注，而这种情绪会使部分大脑功能下降，导致认知更为刻板且难调适。

二、焦虑的心理成因；

无论是长期、无特定对象的广泛焦虑（GAD）还是突发、表现明显的惊恐发作（phobia），焦虑的心理成因都是漂浮的，即内在的体验与外在的因素没有密切联系。不同于恐惧的确定性和客观性。能让人们产生焦虑的事物都伴随着预期和不确定性，这也使人们不易察觉到自己正感到焦虑。个人的心理防御机制，比如合理化、否认、麻痹、回避等行为，也会使焦虑情绪更不易被发现。因此，可以结合自身常用的防御机制来反思焦虑的来源。

三、心态与自我认知培养和引导；

焦虑不是一种完全负面的情绪，因为它一定伴随着恢复的动力和资源。马主任提到三点与焦虑共处的建议：

1. 接受而不逃避焦虑；
2. 增强对不确定性的耐受力；
3. 提高自我包容度。

除此之外，还可以求助于心理咨询师，或者尝试认知行为治疗和正念放松法缓解焦虑。

四、自我心身状态测评；

应当选择专业、可重复使用的心理量表进行测评。根据量表导语中建议的时间间隔进行动态监测。护航计划公众号中设有心理测评功能（见下图二维码），采用 SCL90 量表，可进行多维度的心理健康筛查。

最后，马燕桃主任医师对两位同学提出的问题进行了解答。涉及的问题包括学业和考前压力、情感困惑、社会融入、未来选择和药物使用五个方面。马主任建议通过分享和讨论从自身经验中学习舒缓焦虑的方法；优先解决最重要的问题；放开心态；不急于做决定但要相信自己的选择；和医生协商药物的使用。一

且出现情绪超过 6 个月不见好转、自杀倾向或睡眠不佳，应尽快求助于专业人士进行干预。
(黄紫菱)



精神疾病康复中心举办 2021 年第三期线上“患者-家属联谊会”

5 月 16 日上午，由我院康复中心组织的线上患者-家属联谊会通过微信群平台举办，有来自全国各地的 350 多名患者和家属参加了此次活动。

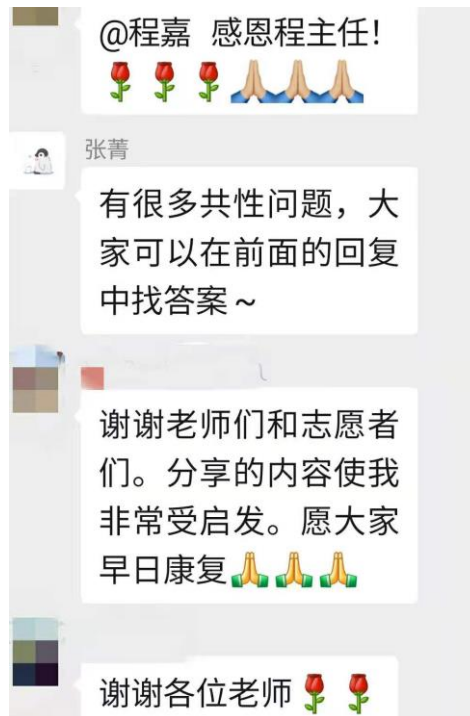
本次联谊会的主题是认识疾病的复发与应对。首先由康复中心程嘉医生、张菁医生讲解了相关内容，三位绿丝带志愿者结合自身的情况，讲述了在疾病和康复中如何看待和应对复发情况。精神疾病的复发是患者和家属们非常关心的话题，医生们就如何预防复发做了详细的讲解，包括按时服药、识别疾病复发的预警信号、做力所能及的事情获得价值感和成就感、工作时慎重选择一些适合的岗位、做一些减缓压力的放松训练等。随后，三位志愿者根据自己的自身经验进行了分享。

其中一位志愿者是患者的家属，她在照料孩子的过程中非常细心，把每次孩子复发的时间和具体表现都记录下来，以便及时掌握孩子复发的预警信号。她提醒大家，对于孩子的复发，家属不要过于担心和慌张，因为表现出来的负面情绪也会增加孩子的心理负担，应及早带孩子去看门诊，在日常生活中多带孩子运动、培养兴趣爱好，在陪伴孩子的过程中不唠叨、不骄纵。志愿者们的发言从自身经验出发，分享了很多切身体会，给参会的患者和家属带来很多启发和触动。

患者与家属联谊会康复中心提供的患者与家属间交流的平台。目的是通过讲解、分享、讨论与相互支持，向患者与家属传递疾病知识和康复经验，鼓励其树立战胜疾病的信心和希望。

欢迎大家关注我院康复中心公众号，及时获取科普知识与康复活动信息。

(精神疾病康复中心 李静静)



精神疾病康复中心参加北京市医务社会工作项目启动会议程

为落实市卫生健康委员会等五委办局联合印发的《关于发展医务社会工作的实施意见》（京卫权益〔2020〕4号）精神，按照《关于开展北京市医务社会工作试点工作方案》安排，市卫生健康委员会将委托中国社会工作联合会遴选一批有创新、可复制、能推广的医务社会工作示范项目。

我院康复中心积极参加了项目的选拔，并获得了项目优秀奖。康复中心于2021年5月18日参会北京市医务社会工作项目启动会议程，并参加了项目的管理培训。国家开放大学社会工作学院副院长姜微介绍了项目相关工作，项目的宗旨是建设一支专业化、职业化的医务社会工作人才队伍，全面提升医疗服务质量，促进医患和谐发展。培训中宣布了项目实施的计划和细则，同时也明确了各个获奖项目的工作要求。北京市公众权益保障处副处长姚秀军在会议中也作了重要讲话，对这项工作予以重大肯定，并鼓舞参与人员将后续的工作越做越好。

（精神疾病康复中心 王天姿）



我院北院保卫办公室开展 5.12 防灾减灾日宣传工作

每年5月12日是全国防灾减灾日。这一日期的设立一方面顺应了社会各界对中国防灾减灾关注的诉求，另一方面也提醒国民前事不忘、后事之师，更加重视防灾减灾，努力减少灾害损失。2021年5月12日是中国第13个全国防灾减灾日。

灾日，主题是“防范化解灾害风险，筑牢安全发展基础”。

中国是世界上自然灾害最为严重的国家之一，灾害种类多、分布地域广、发生频率高、造成的损失重。在全球气候变化和中国经济社会快速发展的背景下，中国自然灾害损失不断增加，重大自然灾害乃至巨灾时有发生，中国面临的自然灾害形势严峻复杂，灾害风险进一步加剧。在这种背景下，设立“防灾减灾日”，既体现了国家对防灾减灾工作的高度重视，也是落实科学发展观，推进经济社会平稳发展，构建和谐社会的重要举措。

根据上级机关工作要求，结合医院工作实际，按照院领导的部署，北院开展了防灾减灾宣传工作。5月11日，北院保卫办在门诊大厅出入口醒目位置悬挂了本次防灾减灾日的主体横幅，5月12日在北院门诊大厅大屏幕更新相关知识视频，增加了消防“四个能力”、消防“四懂四会”、消防“五个第一”等防火常识；位于北院一层二层挂号收费室、住院结算处、门诊药房的上方滚动条屏也同步进行防火常识宣传。
(保卫办公室 郭雨辰)



主 编：陈斌斌
审 校：刘 靖
责任编辑：李怡雪
编 辑：何小璐
孙思伟
白 杨
樊雨桐