

### 徐汇区精神障碍人员职业技能康复训练项目试点5年来喜忧参半

# 87:4, 他们的归来很沉重

■记者 郭爽

徐汇区创建全国精神卫生综合管理试点工作开展以来,徐汇区疾控精卫分中心负责精神障碍人员职业技能康复训练项目,从2013年开始尝试引进社会专业力量,组织康复期精神障碍人士接受职业技能方面的培训。



### 从提心吊胆到满怀期待

“一开始推进这个项目的时候,整个科室都感觉压力很大,说实在的,当时我心里也没有底。”徐汇区疾控精卫分中心职业技能康复训练项目负责人周卿坦言,“一些合作过的职业技能培训学校多是短期项目合作,没有长期周期性合作的经验,校方对精神障碍康复人员接受职业技能培训的效果信心不足,对原有就读学员心理上的接受度也存在顾虑。虽然校方对精神障碍人士也满怀同情,但依然对管理上的难度顾虑重重。”为了打消校方的顾虑,周卿和同事们在深入调研的基础上,细化方案,专业医生组逐一进行综合评估和筛选,最终确定87名学员参加了首批为期十周的短期职业技能康复实训。

技术培训学校的校长在接受记者采访时回忆道:“我们评估了区疾控精卫分中心的方案可行性,合作方案做得非常细致周到,主动承担了大部分的难点工作。首批中有两名学员经过职业培训后,参加上

海市技能鉴定考核,一举以高分拿到了五级面点师和五级园艺师的职业资格证书,这让学校和老师们都很受鼓舞,从智力上来说,精神障碍康复人员职业技能培训的接受度远远好于低智商人员,职业能力鉴定结果和效果也证实了这一点。”

在徐汇区精神卫生中心主任王青青看来,2016年区民政、残联、卫生计生等部门借鉴国际先进的社区康复理念和经验,通过政府购买社会服务,启动了精神障碍人员综合康复能力建设项目。区精神卫生中心承担项目实施主体,与本市职业技术学校签约开展“扬帆起航,我们在一起”职业康复技能训练,助力精神障碍人士回归社会。87名学员经过强化训练,6名学员获中西面点师五级证书,5名学员获得花卉园艺师,10名学员获学校颁发超市收银结业证书,全区12名学员完成职业回归,“从我们的初衷出发,呼吁徐汇区残联、民政、街镇等相关部门通过区域阳光工场、心园实习岗位设置为精神康复者创造更多的庇护就业、辅助就业等过渡性就业岗位、社

会独立就业岗位。”

“康复精神医学”曾经是上海市卫生计生系统重要薄弱学科建设项目,徐汇区的这个项目在某种程度上,迈出了意义重大的一步。在学员中,有一位爱好哲学的青年特别优秀,同期的学员们都爱叫他“哲学青年”。他从小爱好阅读,学识广博,思维敏捷,习惯在了自己的精神世界里天马行空地“思虑”。自从报名参加了职业西式面点师的培训后,专业医生寸步不离引导他,辅导老师鼓励他,西点老师手把手教他做出美味可口、造型漂亮的各式点心。第一次参加上海市中西式面点师的职业资格考试,就顺利通过取得了资格。他做的点心不仅成了阳光心园的“网红”,更是对外交流时的“展示品”和“赏味手信”,后来经街道推荐成功就业。3年多来,“哲学青年”有了固定的工作,每月稳定的收入,凭借“一技之长”自食其力。

### 有色眼镜让数据难掩尴尬

徐家汇街道有一个“王牌主持哥”。他因为父母早逝,家庭离异又

没有工作,生活一度没有希望,在自己的日记本里反复默默咀嚼着他黑暗无边的人生。徐家汇街道“阳光心园”的老师发现他口才不错,不停鼓励他参与活动组织,担任主持人,渐渐地就走上了区残联大型活动的舞台,经过9年的努力,成了人人夸赞的“王牌主持哥”。

他第一个报名参加了“职业康复上岗培训项目”职业培训,2015年初区疾控精卫分中心推荐他参加区域社会招聘,他被录用了,成功地“转型”成为职场新人。虽然是一家福利性的小型便利店,但两年里良好的工作表现赢得了周围人的肯定。虽然,便利店后来因故倒闭,但他又马上被一家建筑行业的公司录用了。一年后,因为周围的人得知他一直在吃药治疗,开始歧视他,他最终迫于压力辞职了。随后一直在从事志愿者服务。

徐汇区各类重症精神障碍患者6300余人。随着现代医疗水平的不断发展和完善,越来越多的精神障碍患者得以康复出院,但“重返社会”时他们却不得不面对各种误解、歧视甚至排斥的困境。据近期市精神卫生信息管理系统统计数据,徐汇区精神障碍康复人员有过职业就业经历的仅有6.4%。

截至目前,共有87名学员参加了康复实训,但是目前仍在工作岗位的学员仅有4名。徐汇区精神卫生中心党支部书记、精神科主任医师占归来呼吁,除了社会、医院、社工等多方努力外,所有的公众也应该抛弃有色眼镜,试着去接受他们,关爱他们,多给精障康复患者一些机会。

【本期导读】

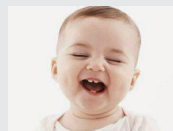
网上消费,这些猫腻你知道吗?



第02版

我们总觉得网上的商品比线下便宜。然而,真的是这样吗?商家总能想出一些招数,蒙住我们的眼睛,让我们一不小心就掉入他们的陷阱。

家长需懂得如何护理宝宝长牙很辛苦



第10版

长牙是宝宝成长中一件很辛苦的事,会导致宝宝出现如流口水、乱啃咬、情绪暴躁不安、发烧等不适,家长们要及时发现并护理。

成大事者绝不与烂人烂事纠缠



第16版

咸丰三年(1853年)八月,长沙城里的正规军绿营士兵围攻曾国藩。事情源起曾国藩这条鲶鱼,搅乱了湖南官场一潭死水……

上海市卫计委授权发布  
合理用药  
上海医药集团特别支持

## 紧急避孕药一年能吃几次?

上海市第一妇婴保健院  
张海

避孕药有哪些分类?

从服药时间上来说,分为事前避孕和事后避孕。事前避孕药又分为短效避孕药和长效避孕药,其中最常用的是短效避孕药,比较常用的有优思明、达英-35、妈富隆等,所谓短效指的是药效,因为其药效比较短,所以要每天服用,其主要成分是孕激素和雌激素,通过抑制排卵起到避孕效果。一般从月经第1天开始服药,每天晚上服1片,连续服22天,可避孕1个月。事后避孕药也就是紧急避孕药,常见是左炔

诺孕酮片,主要成分是孕激素,一般需要在房事后72小时内服用,通过抑制排卵、干扰精子穿透宫颈、精子与卵子结合、受精卵着床等生殖环节起到避孕作用。

紧急避孕药一年能吃几次?

目前对于避孕药最大的误区就是很多女性把紧急避孕药当成常规避孕药来使用。需要特别提醒的是,紧急避孕药尽量不要服用,实在要服用,一年最多也不要超过2次。紧急避孕药可使子宫内膜变薄,萎缩退化,多次使用可造成后期难以受孕。

其主要成分是孕激素,且含量远远高于事前避孕药,在一定程度上还会影响染色体,造成胎儿畸形。未婚女性尤其不要乱服用紧急避孕药。

服药期间怀孕了怎么办?

如果按照规定正常服用事前避孕药,怀孕的可能性较小。由于事前避孕药相对比较安全,就算因为服药过程中出了问题导致怀孕了对胎儿也影响不大,但要密切观察。服用紧急避孕药后仍然怀孕了,新生儿畸形、发育异常的风险相对较高,需要慎重考虑。

所有女性都适合服用避孕药吗?

不是所有女性都适合服用避孕药,比如有高血压、糖尿病或心脏病的女性,在服用避孕药的时候要特别当心。一般来说,如果雌激素水平对本身的基础疾病影响不大的话,可以服用避孕药,否则就会造成药物相互作用,需要特别当心,应根据个体情况进行系统评估,建议采取其他避孕方式。

中国医药工业信息中心采编

张海 上海市第一妇婴保健院药剂科副主任,副主任药师,硕士生导师