

关注心理健康 共享美好生活

我市多家医院开展世界精神卫生日主题宣传活动

文/本报记者 黑晓晓 图/本报记者 张海 田雨 牛红岩

今年10月10日是第33个世界精神卫生日,宣传主题为“共建共治共享,同心健心安心”。当天,长治医学院附属和平医院、长治市精神卫生中心、长治市安神专科医院举办了2024年世界精神卫生日主题宣传活动,旨在提高全社会对精神卫生工作的关注,营造心理和谐的社会环境,引导群众正确认识和处理精神疾病以及心理卫生问题。

活动现场,医护人员通过健康科普宣教、心理健康咨询、健康义诊、开展心理健康知识讲座等多种形式,向广大市民普及了精神卫生健康和心理健康知识,倡导全社会共建心理健康体系,共治心理健康问题,共享心理健康成果,提升各行业心理健康服务水平,提高公众心理健康素养。



长治市精神卫生中心

“针对失眠的问题,我们应适当开展睡前放松训练,必要时去专业的精神科医院进行检查……”精神卫生日当天,市精神卫生中心走进惠丰社区、走上街头,积极开展心理健康知识普及,通过生动案例分析、现场问答等方式,深入浅出地向大家讲解心理健康的重要性以及睡眠和睡眠障碍等常见心理问题。该院还举办了主题文艺演出,在轻松愉快的氛围中传递积极向上的精神力量,帮助患者排解压力、舒缓心情,重回健康生活。



长治医学院附属和平医院

通过健康义诊,为前来咨询的市民提供心理健康评价和服务,帮助他们及时发现潜在的心理问题,并提供相应的建议和解决方案。



活动现场,医务人员通过悬挂横幅、发放宣传资料、健康咨询等形式,向居民介绍了精神卫生相关知识和政策,普及了抑郁症、焦虑症、失眠症、儿童青少年心理障碍等精神卫生知识,传授了自我心理调适方法、日常生活保健方法等知识,提醒大家要正视精神卫生问题,一旦出现精神卫生问题应提前干预,及时治疗。



长治市安神专科医院

