

她是全国首例治疗抑郁症使用新方法的门诊患者

喷一喷，快速治疗抑郁症有了新方法

近日，吃完晚饭，李女士(化名)在家人的陪伴下来到了浙江大学医学院附属精神卫生中心(杭州市第七人民医院)。

经过专业评估，医生给她使用了艾司氯胺酮鼻喷剂。间隔喷了两次，又留院观察了4小时，穿过清晨的薄雾回到家，李女士情绪平稳，连日来无缘由的低落和伤感，暂时消失了。

这是浙大精中(杭州七院)开出的艾司氯胺酮鼻喷剂的浙江省首方。李女士也成为了全国首例治疗抑郁症使用新方法的门诊患者。

全球有超过3亿人被抑郁症“困”住。抑郁症甚至已经超越了癌症和心脏病，成为了全球疾病负担排名第一的病种。

情绪低落、思维迟缓、自责自罪……扑面而来的负面情绪常常让人“画地为牢”，举步维艰。

为了让患者走出阴霾，科学家和临床医生长期努力，不断探索。继无抽搐电休克治疗和快速经颅磁刺激治疗之后，快速治疗抑郁症有了新的方式方法——艾司氯胺酮鼻喷剂。只需在医生指导下喷一喷，可以在数小时内起效。新方法为最终战胜抑郁症带来了曙光。

写好遗书也寻过短见 新治疗让她想要改变

十多年前，李女士患上抑郁症，刚开始以为只是“悲秋”，没想到情绪低落一直在持续，整天愁眉苦脸，兴致全无，甚至影响到了工作。家人带她来到了浙大精中(杭州七院)，李女士被确诊为抑郁症。

悲观的态度让她“雪上加霜”，“这个病治不好了。”

但是家人始终没有放弃，带着她辗转多地四处求医，长期使用各种药物，让她病态尽显。尤其是去年，孩子面临高考，她也跟着紧张起来，情绪再次波动，天天以泪洗面，睡眠困难。曾经好几次，因为担心拖累家人，她写好了遗书，想给自己一个了断。好在都及时抢救了过来。

在各种尝试之后，李女士对治疗失去了信心。在得知有了艾司氯胺酮鼻喷剂之后，她想改变的愿望比较强烈。各种评估后，李女士成为了“第一个吃螃蟹的人”。

虽然这是浙江首方，但是去年4月，艾司氯胺酮鼻喷剂获得了国家药监局批准，用于治疗成人抑郁症。该药已经在欧盟国家、加拿大和美国上市。

浙大精中(杭州七院)重症医学科主任罗伏钢介绍，传统抗抑郁药物作用机制针对血清素和去甲肾上腺素系统，艾司氯胺酮针对的谷氨酸神经递质系统，可以拮抗N-甲基-D天冬氨酸受体，帮助修复大脑细胞的神经递质传递。艾司氯胺酮鼻喷剂和口服抗抑郁药物联合治疗，起效时间从几个小时到2天。“这款药物的管理和使用都属于‘高级别’监管。患者在得到专业医生的评估后才能使用，每周需要使用两次，每次都需要在医院的特别监护室留观。”

艾司氯胺酮鼻喷剂常见的副作用是头晕、恶心、血压升高。所以在服用药物当天或次日不应驾驶机动车等。患有高血压、动脉瘤血

管性疾病者不能使用。

多一种选择多一线希望 抑郁症治疗有了新曙光

艾司氯胺酮鼻喷剂的使用，无疑给抑郁症患者带来了福音。

“在快速治疗抑郁症上多了一个选择，作为医生，我感到非常高兴。”浙大精中(杭州七院)抑郁障碍科主任谭忠林博士感叹道。从医多年，他常常心急如焚，“看到患者的痛苦，恨不得直接给他们打一针‘止痛针’。可惜现有抗抑郁药物起效需要一段时间，而我们医学发展更需要时间。”

目前，治疗重性抑郁症快速起效方式主要有两种，无抽搐电休克治疗和快速经颅磁刺激治疗。谭忠林博士介绍，传统经颅磁刺激治疗持续周期长，通常每日一次，每次需要20~30分钟，在10~20次左右才能见到疗效。在优化了治疗参数后，快速经颅磁刺激治疗被大范围应用。这是一种新型无创、安全的物理治疗方法。主要原理是通过电磁感应产生磁场，透过颅骨进入大脑皮层，刺激情感神经环路关键节点的神经细胞，改变神经细胞兴奋性，从而产生情绪的积极改变，减轻消除抑郁症状。每次治疗时间只要数分钟，每天可以进行5~10次，一周五天可以进行25~50次治疗，因此可以快速起效。

而无抽搐电休克治疗时间更短，疗效显著，亦可作为部分患者可选择的治疗手段之一。“电休克治疗需要全身麻醉，放在头部的电极会将电流传递到大脑的一侧，引起大脑电活动发作，大脑调节情绪的神经环路会受到影响，进而情绪得到改善，抑郁得到快速缓解。”

虽然两种方式都对部分患者有良好的疗效，但是疾病的个体差异导致患者对不同的治疗反应迥异，亟需更多有效的治疗方式可供选择使用，以帮助到更多的患者。

据潮新闻

长期滴网红眼药水 她的视力仅剩0.1

医生：任何类型的眼药水都应按规定使用

27岁的应女士因长时间对着电脑工作，眼睛感到干涩难受并且发红。于是，她使用了从日本代购的网红眼药水。滴入几滴后，她感觉眼部冰冰凉凉，干涩症状有所缓解，眼里的血丝也能快速消除。

就这样，应女士长期使用这款代购的网红眼药水。后来，她感觉眼部异物感和充血越来越明显。经过医院检查，医生发现应女士的角膜上皮弥漫点状剥脱，视力仅剩0.1。经过查看眼药水，医生发现这是她长期使用网红眼药水导致的药物性角膜上皮损伤，其中的部分化学成分是罪魁祸首。



网红眼药水到底靠不靠谱?

对于网红眼药水到底靠不靠谱的问题，宁波市医疗中心李惠利医院眼科医师王瑞珺指出，这些网红眼药水中多款都含有一种叫“盐酸四氢唑啉”的成分，且含量不低。这是一种肾上腺素类药物，频繁使用可能导致一些眼部疾病的产生。

“‘盐酸四氢唑啉’其实也是一种激素，它能够收缩血管。因此，很多人滴了之后，会让已经充血的眼睛迅速减轻充血，让人感觉舒适。但如果长期使用，会使血管收缩功能受到损害。此外，这类眼药水中通常含有防腐剂，长期使用会破坏泪膜稳定性，影响眼表环境。时间长了，防腐剂甚至会影响到角膜上皮，引起角膜上皮的剥脱，导致药物性角膜炎。”

长期对着电子产品、工作压力大的人群，容易出现视疲劳症状，这也是此类眼药水销量高的重要原因。然而专家表示，轻微眼睛充血或细菌感染，其实是正常的现象。

“其实我们的眼睛需要血管充血，带来大量的炎症细胞来清除这些有害物质。当这时候用药物强制性地把这些血管收缩以后，反而可能掩盖了一些症状，最终使得疾病的治疗被延误。”

使用眼药水的这些误区，别再踩雷了!

误区一：眼药水可以长时间频繁使用

任何类型的眼药水都应按照规定的频率和治疗时间使用，达到疗效后应停用。过量使

用激素类眼药水易产生不良反应，可能诱发青光眼、白内障，甚至继发严重的眼部感染，包括角膜真菌感染。长期使用应选择不含防腐剂的眼药水，并在开封一个月内用完。

误区二：多种眼药水混用效果好

根据病情需要，若需使用多种眼药水，应避免同时滴入眼内，并注意使用顺序。通常先滴刺激性较小的眼药水，如缓解干眼症的，再滴刺激性较强的，如治疗眼部疾病的滴眼剂。两种眼药水之间应至少间隔15分钟，以确保药效充分发挥，避免相互抵消。

误区三：一次性滴很多眼药水起效快

有人认为眼药水滴得越多越好，然而实际上结膜囊本身的容积和存量有限，每次1滴~2滴就足。起到湿润作用的眼药水可一日用4次~6次，而治疗眼病的眼药水，需遵循医嘱或按说明书使用。

滴眼药水的正确“姿势”，别再搞错了!王瑞珺提醒，滴眼药水的正确位置是结膜囊，而不是眼球。眼球表面光滑，会导致眼药水全部流出。此外，眼药水还会刺激到眼球。

正确的姿势应该是用食指扒住下眼睑往下拉，同时眼睛往上看，头轻仰，眼球和下眼睑中间形成的空袋，就是结膜囊的位置。眼药水悬空距离结膜囊2厘米~3厘米，滴一滴即可。

滴完后，中指按住内眼角2~3分钟，避免眼药水经过鼻泪管进入口腔。随后闭眼轻转眼球，休息5分钟~10分钟，就完成了滴眼的用药过程。

据宁波晚报