

# 社区康复

# 为精神障碍人员撑起一片晴空

□ 倪艳 记者 戴雪燕

党的二十大报告提出，重视心理健康和精神卫生，推进健康中国建设。随着经济社会的高速发展，精神障碍人员不断增加，而精神障碍人员“康复难、回归难”，也成为困扰其家庭及自身的心头之患。2021年起，我区启动精神障碍社区康复服务项目，加快推进精神障碍社区康复服务发展，加强服务供给，不断满足精神障碍人员多层次、多样化社区康复服务需求。目前，全区已建成4家精神障碍社区康复服务点，为精神障碍人员撑起了一片晴空。

## 强化站点建设 扩大覆盖范围



礼嘉镇德康驿站



武进国家高新区德康驿站

精神障碍社区康复是以家庭为基础、社区为平台、机构为支撑的日间照料康复模式。今年7月，礼嘉镇精神障碍社区康复点——德康驿站投用，可为辖区精神障碍人员提供心理咨询、心理治疗、康复训练、就业帮扶等服务，帮助他们更好地融入生活、回归社会。

“我们把背挺起来，跟着音乐大声击鼓。”走进礼嘉镇德康驿站，记者看到，精神障碍人员在专业社工的带领下，正在接受园艺疗法、音乐疗法等多样化的康复训练。非洲鼓用最简单的节奏激发生命活力，帮助精神障碍人员释放负面情绪，接受正能量；多肉种植让精神障碍人员获得成就感，从中产生对生命的热爱。“类似活动每周开展两次，每次的主题和内容都不一样，从生活自理到职业技能培训，慢慢地让他们走上社会。”礼嘉镇德康驿站社工贡美玲说。

礼嘉镇德康驿站位于陆庄村卫生室内，整合了精神科医生、康复治疗师、社工、心理咨询师等专业力量，围绕服药训练、预防复发训练、躯体管理训练、生活技能训练、社交技能训练等多方面展开康复服务。

驿站还会开展一年3次的人户走访和评估，为精神障碍人员建档

立卡，及时了解他们的最新动态。“在走访过程中，我们发现很多家庭是因残致贫，所以我们也希望更多爱心人士能加入志愿者队伍，帮助他们共同渡过难关。”礼嘉镇德康驿站负责人张毅表示，精神障碍人员回归社会是一个修复过程，需要漫长的陪伴和疗愈，希望大众不要对他们进行标签化处理，而要更多地去倾听他们的声音。

武进国家高新区德康驿站依托龚家社区居家养老服务站为康复站点，自2023年创建以来，一直致力于为辖区康复人员提供优质、贴心的康复支持与服务。通过建立“社会组织+社区+家庭”联合康复模式，以职业训练作为主要康复手段，辅以服药训练、生活技能训练、社交训练、躯体管理等特色康复服务，将康复训练融入文体娱乐、劳作锻炼中，不断促进精神障碍人员恢复社会功能，回归家庭、社区，最终实现回归社会。今年上半年，武进国家高新区德康驿站共开展各类康复活动40余场。

依托全区残疾人托养机构、居家养老服务中心等公共设施，我区建设了4个德康驿站，为区域内的精神障碍人员及其家庭提供提供康复训练、心理辅导、就业帮扶等服务。



南夏墅街道德康驿站

## 引入社会力量 提供多样服务

在广泛建设德康驿站的同时，我区优选社会组织参与，引入专业力量，推进德康驿站项目的品牌化、连锁化运营。通过组建以社工、精防医生、社区工作人员为主的专业团队，对精神障碍人员及家庭进行入户走访和社区康复服务。

近日，武进区同心助残驿站邀请武进第三人民医院的精神科医生，分赴南夏墅街道的11个村、社区开展慰问，并进行秋季居家康复科普和一对一随访指导。

“要知道精神疾病复发的原因，了解复发前有什么征兆，才能提前做好应对措施。”来自武进第三人民医院的精神科医生严清章为到场的精神障碍人员作《心理健康管理及自我调节》科普讲座。他简要介绍了心理健康的概念、心理健康的表现、产生心理问题的因素、常见心理问题和心理健康自我维护方法。“精神障碍家庭不仅面临经济压力，还面临较大的心理压力。”结合40多年的精神科临床经历，严清章指出，精神障碍家庭心理建设对提升居家康复水平至关重要。通过科普讲座，现场群众对如何保持积极的心态、合理应对压力、建立良好的人际关系、保持健康的生活方式、适当宣泄情绪、提升自我认知等方面有了详细的了解。

精神科医生还对精神障碍人员开展随访指导，在一

对一交流时，他们详细询问精神障碍人员目前的服药、生活起居、参与劳动、社会交往、休闲娱乐等方面居家康复状态，并根据不同情况提出3至5点居家康复指导意见。

“精神障碍康复不仅仅是精神障碍人员及家庭的事，更是全社会的事，我们要积极构建高水平的精神障碍康复示范点。”武进区同心助残驿站理事长陈凯介绍，去年，驿站承接了“为精神残疾人及亲友科普居家康复，提升全社会精神障碍友好水平”项目，为全区所有镇（街道）的精神障碍人员及亲友举办培训班，科普精神障碍人员居家康复知识。

截至目前，我区精神障碍人员社区康复工作取得明显成效。洛阳镇德康驿站服务296人，开展站点服务48次，入户科普随访慰问2次；南夏墅街道德康驿站服务270人，开展站点服务105次，入户科普随访慰问12次；武进国家高新区德康驿站服务240人，开展站点服务35次，入户科普随访慰问1次；礼嘉镇德康驿站服务307人，开展站点服务8次，入户科普随访慰问1次。

接下来，区民政局将扎实推进“精康融合行动”，围绕“提质增效”目标，持续开展精神障碍社区康复服务工作，逐步扩大覆盖目标对象范围，丰富精神障碍社区康复服务形式，推动精神障碍人员早日回归社会，促进精神障碍社区康复服务工作高质量发展。



洛阳镇德康驿站