

灾难心理救援中不可缺位的“心理伤票”

史宇 王立祥 郑静晨

编者按:无论自然发生或者人为产生的灾难,都属于对人类及人类社会具有危害性后果的事件。灾难亲历者可能瞬间失去亲人及财产,产生严重的心理创伤。灾难心理救援作为医疗救援工作的一个组成部分越来越受到重视,受灾群众常会出现不同程度的应激障碍以及心理行为方面的反应。在搜救工作进行的同时,心理救援为灾区重建发挥了重要作用。但是其中尚存在一些问题,主要表现在救治阶梯不连贯、重复“验伤”,以致个体多次被动暴露造成“二次创伤”甚至“多次创伤”,直接影响救助的连续性和有效性。因此,寻求解决办法、完善灾后心理救援工作是非常必要的。本刊邀请专家对灾害心理救援中存在的问题进行点评并提出切实可行的解决办法,为进一步建立和完善灾难后心理干预体系献计献策。

人是由身心两方面构成的,当身体受到伤害的时候,心理自然也会受到不同程度的伤害。尤其在重大自然灾害面前,身心的创伤都十分严重,仅仅对身体创伤进行评估和救治是远远不够的。比如在汶川和玉树大地震发生以后,灾民中出现急性应激障碍和创伤后应激障碍屡见不鲜,进一步证明心理救援作为灾后救援的重要组成部分不可或缺。如何完善灾后心理救援工作需不断总结和反思,找出其中存在的问题则成为关键;这其中灾害心理救援工作存在的问题主要表现为救治阶梯不连贯及重复“验伤”,以致个体多次被动暴露造成“二次创伤”甚至“多次创伤”,直接影响心理救助的连续性和有效性。因此,寻求一种操作简单且易于被推广,能够有效避免重复“验伤”,也能增强治疗连贯性的客观记录心理创伤的方法,就显得尤为重要。

1 “心理伤票”(Psychological Tag)的提出

“心理伤票”的想法是源于战时军队救治伤员采用的“伤票”(Medical Tag),主要是用于灾难事件发生以后,对灾民或者被救助对象心理状况及治疗情况的信息记录卡。“伤票”在和平年代比较陌生,但是它已存在百余年的历史,最原始的“伤票”可追溯到第一次世界大战期间。它是军队战时救治机构用于记录和传递伤员伤情、救治过程的一种格式化的纸质表格或卡片式信息载体,为医疗后送文件中的一种。战时“伤票”的主要作用有以下3点:救治伤病员的依据;保持救治连续性和继承性;用于战后总结经验、教训和军事医学研究。

心理救援与战伤医疗救援有相似之处:时间紧

DOI: 10.3760/ema.j.issn.1003-0603.2012.06.001

基金项目:全军医学“十二五”重点项目(BWS11J076, BWS11J077)

作者单位:100039 北京,武警总医院急救医学中心心理援助室(史宇);100039 北京,武警部队卫勤灾害医学救援研究所急救医学中心(王立祥);中国国际救援队武警卫勤灾害医学救援研究所(郑静晨)

通信作者:王立祥,Email:wjjwlx@163.com

迫并且伤情严重,都需要为伤者争取有效的救治时间;伤者由于躯体受伤部位的限制或伤情严重身体虚弱不能开口说话,而心理的伤痛等原因不能很好地描述伤情;都需要连贯的后续治疗。不同点在于:大部分躯体的创伤不需要问诊便能够直观排查;而存在心理危机者并不都能够直观地简单筛查出来,必须问诊和“验伤”,这与伤员在受伤后不便陈述自己的伤情、或者受伤部位不明显时非常相似。对躯体创伤反复验伤不利于伤员创面愈合,在心理救援中对灾民或者被救助对象反复“验伤”的伤害同样十分严重。为灾民建立心理档案或者心理援助卡——“心理伤票”的应用,无论从伤员本身的康复还是减轻医疗人员工作量,减少不必要的资源浪费方面,都有很显著的良好效果。灾难心理救援采用“心理伤票”的方法可提高心理救援效率和准确性,保障治疗阶梯衔接连贯、有序,避免造成短时间内多次重复干预,使灾后心理救援更加及时、准确、有效,为建立起一套完善的救助系统做好充分准备。由此可见,灾后心理救援同样需要实现标记性的救治记录,借鉴战时医疗“伤票”的应用在灾后心理救援过程中实现“心理伤票”是完全可行的。

2 “心理伤票”的内容

在我国,为患者或者咨询对象建立心理档案十分必要,但缺少明确规定,灾后心理救援为灾民建立档案更无此前例,灾后实现为每一位灾民提供完整详实的信息记录非常困难。如果灾难心理救援工作中广泛使用“心理伤票”,在提前印制好的卡片上只需进行“打勾”或者“填涂”等简易操作,这样就可以大大完善灾后心理救援的内容,提高救援效率,按需施治,避免重复“验伤”,使救援更加有序,也能够更加有效地为灾民提供心理援助。“心理伤票”的内容和形式都没有固定的模式,可简亦可繁。借鉴“伤票”的经验,“心理伤票”的载体同样可以选择纸质的卡片、布片、金属片或者塑料制品等,如果系统完善也可以采用更加先进的电子设备。但是各有优缺点,例

如最先进的电子“伤票”，虽然转送方面占优势，但是操作需提前进行培训；纸质记录卡具有成本低、操作简单易行等特点，但是耐腐蚀性等方面的问题还有待完善。综合考虑，目前我们推荐纸质卡片作为“心理伤票”原型的载体，其内容包括灾民基本信息、既往病史、用药禁忌、心理评估、治疗措施、接受过心理救援的时间和次数，以及是否给予药物治疗和用药情况等等。“心理伤票”的模式很容易复制，完全可以从灾后的心理救援推广至临床心理工作中去，并且不仅仅要为个体咨询对象建立档案，团体性的辅导也需要建立档案，医患双方可各保存 1 份。如果临床反馈良好，“心理伤票”也可逐渐向电子产品方向发展完善，不仅患者本人受益，也会大大减轻医务工作者的工作量，还能有效为社会提供不同地区的居民心理情绪资料，有的放矢地开展社会心理工作。

3 “心理伤票”的应用

采用“心理伤票”模式对灾民进行心理干预，经访谈后由施救者或心理工作者填写卡片，包括对访谈对象的初诊印象、心理测评结果及自杀风险评估，以及本次给予治疗的项目，是否给予药物治疗等。将卡片贴在灾民帐篷较明显处，如果在灾民集中的区域也可以贴在外衣手臂处或者胸前较明显处。因灾后救援队的流动性较大，若不能保证由固定的心理工作者进行一对一的连续干预，那么随后到来的心理工作者可以参考救助卡即“心理伤票”上面的内容，有针对性地对灾民进行后续干预和心理援助。经过汶川地震的总结和反思，我们在玉树地震的救援过程中，对少部分灾民采取“心理伤票”的模式进行心理干预，通过观察及访谈的方法来评价“心理伤票”用于灾难心理救援的优势。发现利用“心理伤票”的模式进行灾后心理救援，极大解决了以往心理救援中存在的问题。例如，由于心理救援各团体之间缺乏有效沟通和统一的管理网络，很多心理工作者不清楚上一位治疗者对同一灾民干预的情况和救治进行到的阶段，于是重新操作一套完整的救助程序，不仅浪费人力、物力，还造成了重复询问“验伤”和被动暴露，对灾民身心恢复不利。所以，在没有条件为危机干预对象建立详细档案的情况下，不同心理救援队伍多次干预同一对象非常常见，造成一部分灾民得到了多次救治，一部分灾民又没有得到及时的心理援助。对于重复多次接受心理干预的灾民，救援人员不了解个体情况，容易造成受灾者“二次创伤”甚至“多次创伤”。据当地群众反馈，有少数灾民已经表现出了厌恶和敌对，排斥心理干预并已经泛化到排斥所有心理工作者。可见，治疗阶梯衔接不连贯对于心理救援有序、有效地实施形成了极大的阻碍，并很大程度上制约了公众对行业的认同。采用“心理伤票”的模式进行心理干预的灾民在日后回访中对此都表示了接受和肯定；施救者也认为灾后心理救援采用“心理伤票”的模式要明显优于传统的

心理救援模式。在临床接诊来访者的过程中进行大量实践观察，表明“心理伤票”的模式可推广至更广阔范围的临床治疗中去。

4 “心理伤票”的展望

“心理伤票”的建立对于完善灾后心理干预网络体系非常重要，欧美一些国家的灾后心理干预方面有可借鉴之处。美国在“9·11”事件发生以后，灾难心理服务(Disaster Mental Health Service)正式成为国家灾难医疗系统(National Disaster Medical System, NDMS)的服务项目之一。NDMS 的主要功能包括医疗服务、伤病员分类以及收容治疗，在各环节中均有心理卫生专业人员的参与。这些网络系统可以保障一旦出现紧急情况，能够迅速进行反应并立即运转。所以，每位灾民及心理救援对象完善的资料及心理干预记录和反馈是非常必要的。当一个国家专业人员力量不足时，一旦有灾难性事件发生，政府可迅速与本国心理干预组织取得联系，相关组织会尽快组织专业人员赶赴现场进行危机干预，本国的专业组织可负责进行督导和后援工作，也可以向联网的国际组织申请援助。如果这种网络体系建立较完善，则可以发挥重要的干预作用。所以，在我国有必要尽快建立并完善灾后心理干预系统，“心理伤票”在其中扮演了重要的角色。

“心理伤票”有益于扩大心理救援范围及对象。心理援助是一个长期工作，根据心理学知识及国内外积累的相关经验，类似汶川地震这样大型自然灾害后的心理援助至少需要 20 年才能完成。目前汶川等地已经建有心理救助站，更加需要由“心理伤票”提供长期的心理干预记录。对灾民的心理救援，按照受伤害程度可以分为灾难的亲历者、未受伤的目击者及未亲历但失去亲人朋友者。其实，面对突然爆发的大规模自然灾害，见证灾难的每一个人都会直接或间接受到创伤及压力的影响。根据国际上通行的计算方法，当事故导致 1 人死亡，此人周围至少有 10 名亲友会受到心理上的影响，需要进行干预。以汶川大地震造成的伤亡人数来计算，需要心理干预的人数会超过百万之多。正如白岩松所言：灾难的社会化，由于通讯设备的发展，即使发生在角落里的灾难都可能第一时间成为全世界的悲伤。所以，面对灾难不仅仅是灾民，更大范围的人们都是受害者，尤其是施救者的心理状况也要引起重视。可见，我们的救助范围也应随需要扩大，操作简单便于普及的“心理伤票”正适应了此发展趋势。

我军电子“伤票”已经批量应用于部队，“心理伤票”的研发也应给予足够的重视并且应用于战时以及灾后，甚至是平时的心理工作中去。用最简单的方法解决最复杂的事情，在纸质“心理伤票”基础上我们正在研发电子“心理伤票”系统，相信在灾难心理救援中它将发挥重要作用。

(收稿日期:2012-04-10) (本文编辑:李银平)