

医学心理学第四节 海员心理卫生 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/452/2021_2022__E5_8C_BB_E5_AD_A6_E5_BF_83_E7_c22_452457.htm

航海职业的特殊性，一方面培养和锻炼了海员的坚毅顽强精神，同时也给海员身心健康带来许多不良因素。适应与调节航海生活和自身功能，以维护海员的心身健康非常重要。

一、职业特殊性 由于航海远离家乡，在天水一色的大海上飘曳几个月以至近年，自然环境变化多端，危机四伏，所以海员的心理负荷极重。海员的活动范围狭窄，一年有80%以上的时间在这小天地里度过。虽然值班制度规定轮流休息，但不可能有大的环境变化，而且值班交替循环不已、作息时间不一、生活节律无常。每航行两天，时差为一小时多，昼夜节律不断变化、季节不断迁移、海员生物节律变更频繁，因而引起焦虑、厌倦和种种疾病。航行中船舶的噪声昼夜不停。1980年国际海洋协商组织制定的标准规定为：机舱内连续操作时噪声远远超过90分贝，间歇操作时不超过110分贝，但实际情况往往超过这一规定。舱内噪声远远超过纺织、锻压车间。船上生活区与昼夜不停的主机、发电机和副机紧靠，它们产生的噪声和振动，持续作用于海员，使其并无片刻安宁。由于噪音持续作用，引起听力下降和精神疲劳。低频噪声还能减低海员对单调工作的适应能力。船体的振动和摇晃，使海员经常处于颠簸和震荡之中，轻者出现前庭-植物性神经综合征，重者则出现复视、意识模糊。空气污染、酷热、光照不足等都会加重海员心理负荷，使工作效率下降，视力疲劳、精神倦怠及其它不良反应。淡水缺乏、没有新鲜蔬菜、睡眠不安和不足

等等生活条件不佳也会影响海员情绪和健康。二、职能和角色 工作地点、社交场所和个人区域，在船上不能分开，而且是一成不变的。海员在船上几乎没有角色调适机会。以高级海员为例，在船上整个期间和所有场合，他都是海员的领导人。在等级制度中，人们按照他的地位，期待他的角色行为，使他不能摆脱这樊笼。没有角色转换的变化是不利于心理健康的。固定工作中的上下级关系、刻板的作息时间表、不变的生活环境和舱位、天天见面的伙伴关系等等形成了一种压力。三、事故与应激反应 海洋事故率相当高，1978年世界船只损失473艘，是近年来最高的一年。发生事故，一方面有海员心理因素、工作状态的原由，反过来又威胁航海安全，形成一种对海员的心理压力。1980年我国一艘一万二千吨级杂货船，先后与日本和南朝鲜货船相撞，对方船沉，我方受伤。事故发生后一天之内，发病率明显增多。当晚全船49人均失眠、1人心脏供血不足、2人血压增高、10人心动过速、心律不齐、16人胃痛、8人腹泻。在事故后出现心身障碍，虽然表现不同，但说明应激状态强烈影响海员的心身健康。1979年到1981年间全世界在海上沉没、着火、爆炸、相撞、触礁和原因不明失踪的船只平均每天一艘。据荷兰海洋研究院和英国海岸警卫队的研究指出：约有四分之三的事故是人为失误所造成，由于种种原因形成心理障碍是肇事之源。四、主要的心身障碍 单调的工作、单一的男性社群、单调的环境造成海员的性压抑、厌倦、疲劳、不安全感；他们情绪不稳，易激惹、攻击、争吵殴斗、冷漠、固执、退缩、迟钝、种种心理困扰，引发不良行为和疾病。由于性压抑和对家庭的怀念，加之某些画片和镜头的性诱惑，使一些海员手淫成

习。有的由于手淫导致休假期夫妻生活中出现性功能障碍而影响家庭和睦，有的染上性病。酗酒是海员堕落的表现。酒精破坏大脑功能，视觉、共济能力和运动功能都受损害，因酗酒而发生事故占相当比例。酒瘾者虽然酒后中出现心满意足的欣快感，但责任感丧失，无视自身健康，对他人、家庭情感淡漠，毫不关心，只见酒亲。停止饮酒就变得颓丧、嫉妒，易激惹、粗野。酒精中毒引起人格改变通常与不适应航海工作有关。海员中抑郁症常见。主要症状是情绪低落、消沉沮丧、自觉脑子迟钝、思路闭塞和丧失了工作以力；动作迟缓、活动减少，常有类似心肌梗塞病人一样的感觉和焦虑、气短、恶心、呕吐、无力。严重的有自杀意向，且计划周密、行动隐蔽。海员中“不明原因”的跳海，多为病态行为。躁狂症和反应性精神病也时有发生，症状性精神病多表现为谵妄状态。在海员中的心身疾病以溃疡病、心血管病和肿瘤较多见。消化系统疾病占海员发病率的15.7%~30%，比陆上居民发病率高。心血管病发病率和死亡率高于陆上同年龄组的居民。特别是船长、高级船员和驾驶员发病率高，这和他们责任负荷高于一般海员有关。

五、影响海员心身健康最主要的因素

1. 长期航海带来的冷漠、消极和无聊感，这种情绪状态十分有害。
2. 人际关系难处。严格的等级制度和固定的角色，特别是多种国籍海员之间的言语障碍和文化差异因素。
3. 环境的不安全感和多种有害因素。
4. 作为终身职业的海员，自觉无力改变处境，适应困难。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问
www.100test.com