

34岁女子为啥变成“3岁孩子”

平时生活压力太大,最后被确诊为癔症

近日,浙江宁波34岁的徐女士被送到宁波大学附属康宁医院普通精神科病房时,她像3岁的孩子一样哭喊着要妈妈抱抱她,随后被确诊为癔症。

据了解,该病区近年来收治的患癔症的年轻女性增多,这些女性通常承受着较大的生活压力。



1 两个孩子接连患了肺炎流感,年轻妈妈哭喊着“找妈妈”

徐女士儿女双全,还能很好地平衡工作和家庭,方方面面都料理得妥妥当当,很多朋友都称她是人生赢家。

可真实的情况是工作和家庭之间,她感到压力重重,只能取舍和不断压榨个人的其他时间。

几年来,徐女士觉得自己像陀螺一

样,在家庭和工作之间打转,不能停下。

前不久,原来勉强维持的平衡也被彻底打破。家里两个孩子先后感染了支原体肺炎,高烧40摄氏度,住院循环往复。肺炎刚痊愈没几天,两个孩子又先后感染了乙流,高烧不退。这样一来,工作自然受到严重影响,搭班的同事怨声载道,岗位也有了调动。

“我是谁呀?我要找妈妈。”近日的一天早上,徐女士醒来后,像孩子一样哭闹,喊着要“找妈妈”。

这让丈夫又惊又怕,妻子的心智突然变得和小孩一样。徐女士的母亲从老家赶来陪伴。但一看不见老母亲,徐女士就会大哭大闹。家人无奈将其送到医院接受治疗。

2 全职妈妈精神紧张,称自己是“神仙下凡”

同样,在普通精神科的朱女士今年35岁,也因癔症被收治入院。

朱女士和丈夫早年到宁波打拼,目前,两个人在宁波买了房子,两个孩子分别读初一和小学一年级,是老乡眼中的成功模板。小儿子出生后,朱女士就辞职,改做全职妈妈,专心照顾家人。

不过,全职妈妈的日子并不容易。一方面,几乎没有了朋友和社交,又因自己不能赚钱,自卑。另一方面,两个

孩子在学校的表现都不太如人意,经常和同学起口角或肢体冲突,学习成绩垫底,屡次被同学、老师和其他家长投诉。朱女士多次向丈夫抱怨,自己管教不好孩子,也并不擅长做家务,还是出去工作更好。丈夫却认为她是“身在福中不知福”,做家务总比在外面工作要容易。

上学期期末考试前,两个儿子的多位老师联系朱女士,让她抓紧孩子

的学习,这更让她觉得焦头烂额。到后来一听到微信的提示音,她的心跳就会加快,十分紧张。

突然有一天,朱女士对家人说:“我是‘神仙下凡’,就是来保佑我家两个孩子的,他们一定会读书进步,身体健康。”自此,她就沉浸在自己“神仙下凡”的幻想里,要家人向自己跪拜,说要保护孩子。一天中,偶尔会清醒一个小时左右,过了一会儿又自诩“神仙”。

3 患者下意识让自己精神逃离

癔症又称分离转换性障碍,是由精神因素,如生活事件、内心冲突、暗示或自我暗示,作用于易病个体引起的精神障碍。癔病的主要表现有分离症状和转换症状两种。

朱女士表现得“神仙附体”,徐女

士则表现为像个幼儿一样。某种程度上,癔症是当事人面对难以解决的压力或困难时,肉体无法逃离,就下意识让自己的精神抽离。

医生表示,前些年,病区里癔症患者相对少见。这几年,癔症患者占到了

20%左右。

从临床看,女性癔症患者的比例要明显高于男性,尤其多见于个性内向的女性。这些女性往往承受着家庭、工作的较大压力,以多孩母亲居多,年龄多在26岁—40岁。

4 多表达,培养自己的兴趣爱好

入院治疗以来,通过多种治疗方法,徐女士和朱女士的症状已经有明显好转。

一般治疗1周—2周后,患者就可以出院,但回归家庭后,如何巩固治疗效果,防止复发也很重要。住院期间,医生会和患者本人、家属一起分析癔症的诱因、发病过程,症状背后的意义,建议个人目标、家庭分工、家庭角

色等做相应的调整。

比如,朱女士的丈夫经过妻子这次发病,真切了解到妻子平时的不容易,表示以后会在孩子教育上多分担。朱女士自己也表示,鉴于孩子的实际情况,会和老师沟通,降低对孩子学习成绩的要求。

医生认为,癔症本质上是压力积蓄到一定程度的集中爆发。日常给自

己减压非常重要。尤其是多孩妈妈,在工作、家庭中都往往负重前行,更要学会给自己减压。

可以尝试在这几方面做努力:多表达,争取家人理解与支持;培养自己的兴趣爱好;给自己留一个空间;当负面情绪来临时,转移注意力。必要的时候,寻求专业人士的帮助。

据宁波晚报

健康

观点

维生素软糖要少吃 会对身体造成伤害

维生素软糖和普通软糖没有太大区别,因此最好别吃太多。

现在,膳食补充剂的选择太多了。无论你想补充什么东西,维生素C或是钙铁锌,你都能找到对应的软糖。比如,胶原蛋白桃子味软糖、草莓味和西瓜味的软糖,以及蔓越莓味的益生菌软糖和热带风情口味软糖。

此外,还有些软糖声称能促进新陈代谢,增强免疫系统,对头发、皮肤和指甲有好处。对于孩子,商家还开发出了变形金刚复合维生素软糖和小马宝莉复合维生素软糖。

可以说,现在是软糖的“黄金时代”。这似乎是件好事。比起吃药,谁不想吃桃子口味的软糖呢?但健康食品可以与糖果一样好吃的说法,也太令人难以置信了,不过事实确实如此。

吃一点糖不是世界末日,但过量摄入保健品中过多的维生素和营养物质对身体有害,尤其是儿童。

还有一个重要的问题在于,与其他形式的补充剂相比,软糖是一种更不可靠的给“药”方式。

相比于传统的药片或胶囊,凝胶质地的软糖对热、光、湿度和其他污染物的抵抗力更弱,因此维生素和许多其他化合物在软糖中降解的速度更快。

——科普中国

隐形眼镜佩戴不当 可能导致眼部问题

当下,很多人都在选择佩戴隐形眼镜,它不仅可以为佩戴者提供清晰的视力,还能让人摆脱框架眼镜的束缚。如今,已有不少女生将彩色隐形眼镜作为美妆必备单品使用。

如果选配或使用不当,就会给佩戴者带来一系列眼部问题。

比如,购买的产品透氧量较低,会导致佩戴者发生角膜缺氧,轻则眼部不适、眼球布满红血丝,严重了还可损伤角膜,留下不可逆伤害。又或者佩戴者自身泪液分泌异常,没有检查就自行购买产品,误以为含水量越高越水润,结果越戴眼睛越干,甚至后来摘隐形眼镜时都出现了困难。

由此可见,正确选择和使用隐形眼镜,才能保证佩戴的安全,让美丽和健康并存。

——科普中国

“长寿吃豆”有科学依据

过去一直流传着一句话:“短寿吃肉,长寿吃豆”,意思是经常吃肉的人寿命偏短,而经常吃豆类等植物蛋白质的人则更长寿。这个说法到底有没有科学依据?

吃太多肉确实不太健康。2023年5月,一项发表在《欧洲心脏病杂志》上的研究显示,红肉消费与心血管疾病、冠心病、中风、心力衰竭、2型糖尿病和妊娠糖尿病风险增加有关。慢性疾病风险的增加,无疑会对健康和寿命产生不良影响。

吃豆类等植物蛋白质会有改善吗?2024年2月,加拿大麦吉尔大学的研究人员,在《自然·食品》上发表了一篇研究显示,增加植物蛋白食品的同时,减少红肉和加工肉类的摄入量,可以降低慢性疾病风险,并延长寿命近9个月。

——健康时报

只是一场小感冒 不料引发心肌炎

医生:运动不当是诱发的“导火索”

明明只是一场感冒,最后却住进了重症监护室。近日,这类案例在多地陆续发生:湖南衡阳一位34岁女子,感冒一周后吃药和输液都未见好转,医生诊断为暴发性心肌炎,转入重症监护室抢救。

湖北武汉34岁的宋女士感冒后熬夜,感觉心慌乏力,后突发心源性休克,及时送往医院才从死神手里抢回一命。

病毒感染为啥伤及心脏

一般来说,急性心肌炎多与感冒等感染因素有关。呼吸道感染除了引起发烧、

咳嗽等症状,还会侵入血液,损伤心脏。

如果已经感染病毒并累及到心肌,在此情况下仍进行剧烈运动,就容易加重心脏负担,导致心跳加快,出现胸闷、心悸、胸痛等不适。

暴发性心肌炎病情进展极为迅速,患者很快会出现心衰、严重心律失常、心源性休克等。

医生提醒,运动是诱发心肌炎的“导火索”。心脏受到侵犯后没有充分休息,难以调动免疫系统抵抗病毒,并完成修复。若此时继续劳累,诱发暴发性心肌炎的风险就会大大增加。

出现这些信号要警惕心肌炎

出现以下症状,极有可能是病毒性心肌炎,一定要尽快就诊排查:

胸闷、胸痛 因心肌受损,患者会出现胸痛、胸闷、气短等表现。

心跳过快或过慢 因发热或心肌受损,部分患者的心跳会加快,若病毒影响到心脏传导系统,则会出现心率减慢。

血压下降 心肌受损严重会诱发心功能障碍,导致血压下降。

据生命时报

健康

2025年1月10日 星期一
责任编辑 朱静

技术编辑 乔文英
责任编辑 马玉梅

13

沧州晚报

健康热线: 3155679