

解决三代人精神障碍问题 在朋友圈关注他们的生活细节

工作18年的精神科医生徐佳：我和1000个精神障碍者是微友

文/摄 生活报记者 徐日明

2日下午,哈尔滨市第一专科医院心理中心主任徐佳接待了14岁的小女孩,女孩是因为心理疾病被送医的,她的母亲和外婆也曾经因为精神障碍问题得到过徐佳的帮助。现在,一家三代和徐主任都是微友。42岁的徐佳在心理中心工作了18年,打开的微信,她说自己有1800余位微友,这其中至少有1000位是现在或是曾经的精神障碍者。

“他们多数的时间都很安静,他们很礼貌,轻易不会在休息的时候打扰医生,只是在他们闹腾的时候,他们的家人会很急切地打电话找来,让医生帮他们打一个证言;还有焦虑症的患者,他们会一遍一遍地打电话过来,反复向医生求证,自己的病是不是不要紧……”说起这些微友,徐佳如数家珍。



外婆 母亲 女儿 解决三代人的精神障碍问题

2日,一中年女子带着一个14岁的小姑娘来到了哈市第一专科医院心理中心,心理医生徐佳很客气地请她坐下。

医生:“我看你状态还不错,又复发了吗?”

女子:“不,不是我的问题。”

医生:“那是你母亲又睡不着觉了吗?她怎么没来呢?”

女子:“不是我妈,她现在睡得挺好,这次是我女儿,她吵着不想上学……”

哈市第一专科心理中心主任徐佳说,在15年前,这名中年女子的母亲因为睡眠问题而走进了诊室,当时就是她陪着母亲一起来的。她们一直保持着很好的联系。在5年前,这名女子因为生意失败而抑郁,母亲又陪着她来到医院,经诊治为抑郁症。因为用药及时,母女俩的病都控制得不错,当天下来是因为孩子的心理问题。

一家三代都有精神障碍性疾病,会不会是遗传呢?对此徐佳

说,精神分裂症有遗传因素,而焦虑、抑郁以及强迫等精神障碍疾病和心理问题不存在遗传,同样的生活环境可能会引发类似症状。像这样一家几代都有不同程度焦虑、抑郁的患者也不鲜见。

“我和他们中的一些人成了网友,本世纪初联系用的是QQ,开始没觉得什么,因为不过只有几个人,但是后来人越来越多,现在打开微信,已经有1000多人了。”徐佳说。

忙着当证明人和调解员 经常半夜解“难题”

精神障碍者在发病的时候,他们的行为和言语是不受控制的,他们大多会选择到现实生活巾去闹。“于是我的工作就来了,因为他们的家人会打电话求我给他们打证言。”徐佳说。

“徐主任啊?打扰您了,我是小利(化名)的媳妇,他把人打了,现在在派出所呢,您能不能跟民警说一声,证明他的病呢?”有一次在凌晨两点多,有患者家

属打来电话,这名患者因焦虑症发作与人争吵,并升级成了肢体冲突,把保安打伤了。虽然伤得不重,但是对方报了案,民警正在调解此事。徐主任在电话里和民警讲了他的病情,当对方得知他是精神障碍患者时也表示了谅解。

有一次徐佳刚刚睡着,一个患者打来电话,称老公不理解她,当众把她患精神障碍的事儿

患者重度焦虑症发作 一天打了100多个电话

“绝大多数精神障碍者比较安静,除了焦虑症患者。他们在发作的时候会非常的烦躁,而为了缓解这种情绪,他们会一次又一次地打电话,最多的时候,我接过一个患者八九个电话。”徐佳说。

徐主任记得很清楚,那是一个周日,她正带着孩子去特长班学习,这个患者打来了电话,她说,自己睡不着觉,身上没劲,不知道是怎么了。徐佳告诉她,只是焦虑症发作了,按医生嘱咐服药就可以缓解。过了大约5分钟,患者的电话又打来了:“我已经吃了药,为什么

还没有效果?”徐主任只能再解释,服药以后要有一定的时间,需要静静地等待,把心态放平和,就可以起到效果。电话挂断后,没过两分钟电话又响了,这次直接问:“我身上这么难受,你说我会不会死?”

徐佳对记者说,当天,这个患者给她打了八九个电话,其实事情非常简单,就是焦虑症发作了,她在反复地向医生求证,她是不是安全的。然而却不知道越是这样,越会加重焦虑的症状,用药的效果也会越差。次日周一,当徐主任来到诊室的时候,这位女患者早早地

被家人送到医院了。

平时,家属将患者送到医院的时候都会说:“你快救救她吧”。而这次她的家人对徐佳说:“徐主任,你快救救我们吧,昨天她打了一百多个电话,其中最长的一个打了一个多小时,我们的电话都让她打没电了。”

“我经常会关注患者的朋友圈,看他们的状态。出院后这名患者的朋友圈好久没更新了。虽然被她打扰的时候挺无奈,但是没她的消息还真有点儿惦记。好在,她很快回了话,说现在挺好的,我也松了一口气。”徐佳说。

2018年10月1号,最新号单:

移动
13836099999...75万
13936609999...面议
13936606666...26万
13604810000...37000
13946101777...37000
13796201777...32000
13936069666...33000
13703639666...28000
13936090555...23000
13946033555...28000
13836110555...24000
13936202111...14500
15124613999...7800
13895777778...48000
13945038789...8800
13946098789...9800
13945177678...9000
188.0451.9678...16000
13945678077...19000
150.4567.6789...15万
135.0364.6789...35000
15776622789...6800
15776633789...6800
139.0451.0544
139.0451.2014
139.0451.3919
139.0451.8209
151.0451.4051...1800
151.0451.1540...2800
151.0459.5001...2800
151.0451.3913...2700
151.0450.1349...2800
137.9603.2019...2800
137.9608.2018...2800
151.045678.57...1300
下边1349组合
15045.34.14.93...9千9
15045.43.49.14...8千9
15045.43.14.49...6千9
15045.43.91.14...5千9
13945670517...1600
13845058341...1600
18745178341...900
15104512003...3000
联通:
13115511111...22万
15604811111...18万
13101511111...180000
15646091555...8000
15604806789...29000
18646338888...13万8
13134506999...1万6
15561891999...1万6
18503679678...1千8
18503679789...1千9
13.0451.30005...1千8
电信:
199.6969.7979...3万8
18903655555...43万
17745655555...36万
13313617777...23万
17303659999...85000
17766597777...85000
17766579999...85000
17766510000...28000
17766512222...38000
17766572222...38000
17766592222...43000
18145168888...138000
18946076666...136000
15304606666...115000
18903652222...76000
18145661111...98000
13304601111...89000
18945634444...48000
18088788788...5万8
18945678077...6800
18945678599...8800
座机:
59555555...30万 县座机
53677777...138000 市区号
84277777...128000 市区号
88817777...1万8
82989999...49000
86611111...96000
8888.5868...28000
55.181818...28000
87693555...3800
87183777...5800
82921234...6800
88661144...3800
51132888...6000电信
51132999...6000电信
纯一手手机卡:

公司地址:道里区钢铁街副68号
电话:13904519696
信:13904519696
公 司:0451-59555555
高 价 回 收 哈 市 靓 号
回 收 电 话 13904519696



加微信看价格
微信里面有更多号等你来拿

2018.11.4 星期日 本版主编 静伟 编辑 王晓晨 版式 于海军



◆老有所乐



酷爱写作83岁仍笔耕不辍

自费印刷文集 总结“我的一生”

生活报记者 于海霞 文/翻拍

“老爷子啥也不喜欢,就喜欢看书写文章,都83岁了在家里一写就是一天,这不自己还印了一本文集呢!”近日,家住哈市南岗区科大小区的赵志强大爷挺忙碌,他打算把刚刚印完的200本自己的作品集分发给亲朋好友,让他们分享自己写作的经历。同时他还为“哈尔滨之夏”音乐会、戏剧汇演写歌词、剧本,银幕剧《一把刀许》还获得过哈市优秀剧本创作奖。赵志强一下成了厂里的才子和名人。

赵志强今年83岁了,但头脑非常清晰,他说这可能跟自己酷爱读书,每天练笔写作有关,毕竟大脑越用才越灵活。上个世纪50年代,赵志强高中毕业就到哈尔滨电机厂工作,虽然干的是体力活,但他被选为组长,负责组织带领全厂职工学习文化知识,丰富业余文化生活。

今年正值他金婚五十周年,赵大爷和儿子儿媳商量,想出版一本自己的作品专辑,把这些年来自己写的文章和人生故事印到书里。他的想法得到了家人的支持,赵大爷说,后来他支援三线建设调到甘肃兰州综合

电机厂,但他仍然坚持读书和写作,在《甘肃日报》副刊,陆续发表了《保健站里的故事》、《神奇的眼睛》等作品。1982年调回哈尔滨,赵志强又在省内外各大媒体上发表了散文小品,并取笔名“强毅”。“若志不强毅,意不慷慨,徒碌碌滞于俗,默默束于情,永窜伏于平庸,不免于下流矣……”赵大爷说,写作是他一生的爱好,他要把笔握到人生的最后时刻。

今年正值他金婚五十周年,赵大爷和儿子儿媳商量,想出版一本自己的作品专辑,把这些年来自己写的文章和人生故事印到书里。他的想法得到了家人的支持,赵大爷说,写作让他晚年生活精神头,让生活变得有滋有味,有奔头。

今年正值他金婚五十周年,赵大爷和儿子儿媳商量,想出版一本自己的作品专辑,把这些年来自己写的文章和人生故事印到书里。他的想法得到了家人的支持,赵大爷说,写作让他晚年生活精神头,让生活变得有滋有味,有奔头。

◆老年游

楠溪江,醇香的美酒千年流淌

夏明

楠溪江,是一坛醇香的美酒。我没有时间考证它窖藏了多少年,因为一踏进永嘉的山水就醉了,醉的酩酊。

但是我知道,楠溪江的山水诗情已流淌了一千六百多年,波光粼粼,都是山水田园的浅唱低吟。有山林的气息,有谷禾的清甜,有鸡犬相闻的袅袅炊烟;书声墨香绵延三百里,永嘉诗派永嘉学派永嘉画派永嘉医派永嘉昆曲融汇一体。

是艺术也是自然,是遥盼也是渴望,是山水更是文化。楠溪江,有清丽脱俗的容颜,更有人间烟火的温暖。用出水芙蓉比拟你犹显单薄,桃花源般的气质一一童真,而鲜艳。那是最初扯满的风帆,带着大山深处的质朴和清纯,向着梦想向着远方,张开。

坚韧而顽强,像两岸的百姓,像逆流而上的舴艋船和冲浪的竹筏,也像挺拔高耸的石桅岩,留在了故乡。

日夜泊泊,愈酿愈浓,历久弥香。怎样传承,怎样发扬光大而又推陈出新,楠溪江早已有自己新的设计和规划。

一一山水永嘉,想起读到过的苏东



坡的诗句:自古长官如灵运,能使江山似永嘉。

远道而来的客人啊,您只有一件事:品味楠溪江山水的灵动甘润,醇香悠长,然后陶醉。

袅袅婷婷,弯曲有致,美目流盼,清澈透明。楠溪江,令我意乱情迷。

款款地流淌,吟诗咏唱,起伏跌宕;有飞身跃起的潇洒,也有碰撞溅起的呼声和激情。

那么,请允许我做你怀里的一朵波浪吧,楠溪江。你能否传授我祖传的秘方和操作的手艺,让我把河流清澈和芳香的要义,也传授四方。

邹积慧

东南胜地梦魂牵,千里登临放眼看。
晴雨瞬间云出没,葱茏四百路盘旋。
虬松迤逦缠重雾,险壑氤氲响万泉。
莫道真容难识得,情怀不老自青山。

登庐山

邹积慧

高阁登临纵远眸,飞檐欲卷赣江秋。
万楼垂幕青云合,千艇斜晖雪浪游。
两岸霓虹争夜彩,一川秀水弄情柔。
鬼才若在新篇续,豫笔生辉耀斗。

花卉保姆

生活报

哈尔滨花卉大市场

花市蝴蝶兰

为啥家里养不住

生活报记者 李丹 整理

1、换盆:作为商品蝴蝶兰,商家一般不会给蝴蝶兰配制好的基料,大多为了暂时的销售,因此在蝴蝶兰买回家后一般都需要换盆。花盆绝对不要用瓷盆,虽然好看但是蝴蝶兰死亡的原因之一,因为它不透气。可以选用瓦盆、泥盆、陶盆、多孔兰花塑料盆(建议尽量别用),有条件的可以用紫砂盆。

2、基质配比:蝴蝶兰栽培介质主要以水草苔藓为主,因为是附生兰,最好不选单纯表土或园土,而选用如水苔、树皮、树蕨根、碎砖瓦、椰子壳、纤维、陶粒等基质为宜,可以适当混合,营造疏松通气的基质环境。

3、浇水:浇水一直是入门花友造成花卉死亡的最大原因。因为喜爱,所以溺爱,经常观看,难免浇水,所以有的花友说“花都是浇死的,很少有旱死的”。蝴蝶兰尤甚,水多容易烂根,但是如何把握却是比较难。花木君经验是:应该经过放置一天以上,去除氯气;蝴蝶兰新根生长旺盛期要多浇水,花后休眠期少浇水。春秋两季每天下午五时前后浇水一次,夏季植株生长旺盛,每天上午九时和下午五时各浇一次水,冬季光照弱,温度低,隔周浇水一次已足够,宜在上午十时前进行。



征稿

如果您有精彩的老年故事,可以为本版提供线索;如果您有丰富的出游体验,可以为《老年游》栏目投稿;或是您有满意的书画作品、旧体诗词也可以为《书画斋》《东篱诗香》栏目投稿;本版设立《贺寿》栏目,家中老人寿辰,可以刊发照片及祝福文字,留作纪念呦!

地址:哈尔滨市道里区地段街1号 生活报乐龄生活 150010
邮箱:shbxxy@163.com
(注:本版《书画斋》栏目只接收电子版或复印件,投稿人请留下联系电话)