

E

落出来才能好

症状，希望大家敲响警钟：比如常为了一些小事感到苦闷、愁眉不展；整天无精打采，对未来失去信心；善感多疑，总怀疑自己得了大病……如果大家有以上症状就需要及时调节自己，保持友善、乐观的心态；多读书、多听音乐、多参加社交活动。因为心理问题，就像发了霉的东西，抖落出来晒一晒才好。