

单身人士心态要平和 无需过分关注情人节

情人节现在已经成了许多人的“心病”。情人节前后,街头、报纸、广播、电视、网络等充斥着各种宣传广告,撩拨着人们的心弦。然而对于那些无爱的、缺爱的、错爱的或渴望爱的人,这样的日子却让他们的心越来越不安,容易产生孤独、失意、悔恨、焦躁、悸动等种种不良情绪。

“即使不是情人节,人难免会‘触景生情’,尽管由此诱发疾病的可能性较小,但是情绪波动会有。”长春市心理医院首席专家郑晓华教授说,作为西方节日,过情人节的人群主要还是集中为年轻人。当然很多找到幸福的另一半的人,把情人节视为甜蜜的、幸福的节日,但是对于失恋的人而言,联系到个人的恋爱挫折或者经历,这个节日可能难免伤感失落,甚至感到孤独,也存在借酒消愁甚至偏激的行为,但是这些行为都属于人的正常情绪调节,不必过分苛求。

每一个正常人,都有情感需求。大多数人的心目中都有一个理想化标准,但是现实

中并没有百分百恋人。大家要明白爱情的真谛是无代价的接纳,是适合自己,只有适合自己才是最好的。单身的原因各种各样,单身男女要调整好心态,摆脱孤独寂寞、焦虑、疲倦感、压抑感、挫折感等负面情绪的影响。每个人都有自己的价值观、生活方式,晚婚未尝不可,不用太强调“剩男剩女”。作为社会中的个人,首先要处理好正常的人际关系,以此为基础,处理情感关系、婚姻关系等各种更加亲密的关系。在婚姻关系中,最重要的基石为信任。只有彼

相关链接:

面对“情人节症候群”学会“移情别恋”

心理学上常说,积极的心理暗示能够影响人的情绪和身心健康,单身、失恋、感情受挫的人要相信爱情仍未走远,自己会越来越幸福。“心理学上还有一个方法叫做移情,简单的说就是把情绪转移到更有意义、更具实际性的事务中去,在这个过程中完善自我人格,找到归属感和满足感。”心理学上重视人的自我心理调适和合理宣泄情绪,有了郁闷、沮丧、悲痛等情绪,可以通过找朋友、找亲人大声说出来。

/ 记者 邵梁 报道

铭医慈善救助 重伤女孩重拾美丽信心

2015年11月,小滢滢遭继父砍伤毁容的不幸遭遇引来了媒体和市民的关注。吉林铭医整形美容医院第一时间来到医院了解伤情,会诊后连夜制定了详尽的救助计划,承诺将免费为小滢滢实施面部修复手术,并协助专业心理医生对小滢滢进行心理疏导,使其早日走出心理阴影。此后的一年半时间里,吉林铭医整形美容医院两年期间先后三次对小滢滢实施免费救助,对面部、疤痕、口腔实施手术。为小滢滢修复容颜创伤,注入面对未来的勇气。

2017年2月10日,在吉林铭医整形美容医院举行《公益救助小滢滢第四次专项会诊》,铭医外科、激光、无创、美容、口腔等院长级权威专家对小滢滢进行第四次的专项会诊。此次会诊主要针对小滢滢后续的康复治疗,由专家分别讲解救助方案以及商讨救助的相关细节,以达到最好的术后效果。铭医集团建设街总院业务院长杨晓光介绍到,经过三年来的一系列治疗,小滢滢现在面部基本恢复,身体状况良好,精神状态相比以前有了很大的改观!变得活泼开朗,成为一个健康的小女孩了!尤其面



部恢复的很成功,疤痕基本消失,但还需要后续的康复治疗。会上小滢滢父亲表达了铭医对小滢滢救助的感谢,也讲述了孩子的恢复情况以及心理上的变化。“孩子当时整个面部,手部被砍伤的非常严重,基本断定已经无法恢复,时至今日看见小滢滢恢复的这么好,也是我们没有想到的。”

35年来,铭医匠心传承,始终秉承着

“铭守医道,至诚至美”的执医理念,将最精湛的技术、最优质的服务、最高尚的医德奉献给广大求美者。以强烈的责任感积极投身公益事业,真情回报社会。不仅是救助小滢滢,铭医祝福300慈善救助基金会的成立,将竭力帮助所有需要帮助的人。铭医的每一个人,都会秉承这种公益信念,将爱传递下去。

/ 记者 刘施晶 报道

首例角膜交联手术成功实施 填补省内眼角膜疾病手术领域空白

2月7日,吉林省首例角膜交联手术在华正医疗集团旗下长春同仁眼科医院成功实施。一位30岁的女性圆锥角膜患者成功得到救治,该手术填补了吉林省在同类型眼角膜病手术领域的空白。

手术由医院特邀国内著名屈光及眼角膜病专家、眼科学博士后李莹教授操作完成。李莹表示,目前,圆锥角膜患者通过及早实施角膜交联手术,对控制圆锥角膜的发展,得到越来越多的数据支持,特别是随着角膜交联设备的不断发展,手术时间更短更安全。同时,由于屈光手术的发展,圆锥角膜患者的归宿不再只有角膜移植。通过角膜交联术联合多种屈光手术,不仅可以控制圆锥角膜的发展,甚至可以实现摘掉眼镜,回归清晰世界的梦想。

记者了解到,此次手术极大的解决了圆锥角膜患者治疗现实难题。对于交联手

术的原理和治疗范围,华正医疗集团长春同仁眼科贾会长从专业角度给出解释。贾院长表示“角膜交联手术是眼科界具有革命性的一项新技术,国外被广泛应用临床。圆锥角膜的病因目前在医学界尚无定论,疾病潜伏期长,发病缓慢,病情如得不到控制,可能导致角膜穿孔,造成失明。”

据华正医疗集团长春同仁眼科医院贾会长表示,此次长春同仁眼科施行角膜交联手术,是华正医疗集团在该领域的一次重大突破,今后医院将继续为全省眼疾患者提供与国际同步的先进眼科诊疗服务,为同行业眼科医疗机构提供有价值的参考和借鉴,将眼科医学技术水平推向更高水平,竭力服务广大吉林百姓。

据了解,圆锥角膜是一种少见的眼科疾病,以角膜扩张为特征,角膜中央区向前



凸出,持续性变薄,形成圆锥形改变,并产生高度不规则散光、近视,视力严重下降。角膜薄弱部位还可引起穿孔和瘢痕,大约20%的患者需要角膜移植来解决视力障碍,角膜材料的限制和移植手术带来的巨大心理创伤,因此,角膜交联对于圆锥角膜的治疗具有重要意义。

/ 记者 刘施晶 报道

开学在即 孩子扎堆配镜 “眼镜族”呈现低龄化

开学在即,近日有不少家长领着孩子去医院检查视力,更换或新配眼镜。记者在采访中了解到,戴眼镜群体正呈现低龄化,且青少年居多。

近日,记者走访了内蒙古呼和浩特市多家医院发现,眼科门诊、验光配镜部门前患者明显增多,患者中大部分是由父母领着前来检查视力的孩子。

在内蒙古医科大学附属医院验光配镜部门门口,排队等待的孩子有近20个,他们大多戴着眼镜。经询问,他们中最大的15岁,最小才6岁。市民王欢正领着戴着“试戴镜片”的儿子在楼道里走动。王欢告诉记者:“儿子上小学三年级,上学期说看黑板模糊,我们没太在意。过年时,孩子眯眼看电视,我们才过来检查,发现是近视外加散光。”

据验光配镜部副经理陈誉介绍,每年寒暑假期间,来医院检查视力、配眼镜的孩子很多,他们大多数是中小学生,且孩子们配镜的度数也越来越高。

眼镜店配镜的青少年也明显增多。呼和浩特市某眼镜批发市场配镜师刘晓霞介绍说:“这个寒假,几乎每天都有近30名青少年来配眼镜。”

陈誉说,现在出现的近视低龄化,除了遗传外,多与孩子日常的不良用眼习惯有关。此外,随着生活圈子“电子保姆”变多,也对诱发青少年近视有直接关系。

针对近视群体低龄化的问题,陈誉建议,青少年应减少近距离用眼,阅读或书写应保持正确的姿势,眼与读物保持约33厘米距离,周围光线不要太强或太弱。青少年要坚持做眼保健操,以增强眼睛的血液循环,解除眼部过度疲劳。同时,还要控制手机和电脑的使用次数,养成良好的用眼习惯,多参加户外活动,多望远。

陈誉提醒家长,孩子在5岁前是视力发育的过程,尽量不要接触电子产品,应该多看纸质图书,保护好孩子的视力。

/ 新华社

高三男孩脑出血 伴梗塞险丢命

前不久,对17岁的高三男孩小秦一家来说,差点经历白发人送黑发人的悲剧。小秦突然剧烈头痛,言语不清,多次呕吐。家人赶紧将他送到当地医院诊治。头部CT提示左颞枕部散在小面积出血,由于病情复杂,当地医院建议转至沈阳或大连的医院治疗。当晚8点半小秦踏上了来大连市中心医院求医的征程,凌晨12点左右,在经过东港时,孩子病情加重,频繁呕吐4次,焦急的家属电话求救,医生电话指挥,告知家属就近下高速,到附近医院治疗,经过再次复查CT后提示出血明显增多,出血区域伴梗塞,死亡离这个17岁的孩子越来越近。

经过短暂治疗后,第二天中午小秦乘坐的救护车出现在大连高速路口,一条通畅的绿色通道迅速开启,大连交警全程护送,大连市中心医院抢救医生等候在急诊门外,相关病房严阵以待,手术室也已经做好手术准备,经过CT复查和DSA造影后,诊断小秦为静脉窦血栓栓塞性出血,如此年轻的患者,静脉窦广泛梗塞并出血临床实为罕见,此时的小秦命悬一线,脑组织受压明显,已经处于昏迷状态,急诊手术刻不容缓!

当医生切开脑膜的那一刻,脑膜下面血管的状况着实让医生大吃一惊,脑回流静脉已经发黑,血管内可见血栓,脑出血合并静脉血栓,状况太糟糕了,患者的生命高于一切,再危险的状况医生们也不会轻言放弃,经过努力血肿清除,患者被送至ICU病房,初战告捷,接下来医生们还要面对更大的考验。

据参与抢救的医生介绍,脑出血和脑血栓是很矛盾的两种状况,经过神经内科、神经外科及其他科室的会诊,医生们的一致意见就是在造影下行静脉窦血栓取栓术,由于血栓非常广泛已经累及右侧横窦、乙状窦、颈内静脉、静脉血管壁薄弱,并且患者全身肝酶化,如果术中一不小心造成血管破裂和术后再出血,之前的努力就会白费,患者年轻的生命就会定格在17岁。经得家属同意后,静脉窦取栓的手术开始,手术十分顺利,经过术后积极治疗和护理,一周后,小秦病情明显好转,神智转清,问答合理,下地活动自如,并能很好地交流,恢复良好。

预防脑梗塞、脑出血等突发病,首先要纠正不良生活方式。同时,一些脑梗塞的细微信号要引起注意,例如一过性眼前发黑,头痛、头晕或眩晕,恶心,血压波动(可以升高或偏低)等短暂脑缺血的症状。由于这些先兆轻微,且持续时间短,很容易被人忽视。如果不幸发现家人出现脑梗塞症状,首先要保持冷静,尽快将患者送到医院进行治疗,如果能将救治时间控制在6小时以内,对身体各方面机能的影响,有机会降到最低。

/ 半岛晨报