



青春期也是精神疾病高发期

孩子不合群,问题出在哪



高考、中考刚刚结束,在关心孩子学习成绩的同时,家长和老师请勿忽视他们的心理世界。青春期的孩子个性张扬,特立独行,大人们将此理解为叛逆,觉得孩子长大成熟后就好了。其实,很多人不知道,青春期也是精神疾病高发期。

焦虑症

女孩比男孩更容易焦虑

高考前,家长说话做事小心翼翼,孩子争分夺秒复习。这种紧张,是轻度焦虑,为正常的心理反应,不会产生什么严重后果。考完了,焦虑也就自然消失了。而且,适度的紧张可增加肾上腺素分泌,使人振奋。

心理学上的焦虑症是指客观上已经不存在或根本就不存在任何危险或威胁,也没有具体可以担心的对象,却出现了紧张焦虑、提心吊胆、恐惧不安。焦虑症主要分为广泛性焦虑和惊恐障碍。出现广泛性焦虑时,不少人会对未来莫名其妙地担心,坐立不安并伴有心慌、出汗、口干、尿频尿急、手抖、失眠多梦、食欲不佳等表现;而当出现惊恐障碍(又称惊恐发作)时,病人会突然发生强烈的恐惧感,甚至觉得自己马上就要死了、就要疯了,甚至高喊救命,一般持续时间不超过1小时,发作后恢复正常。

焦虑症在青少年生理上主要表现为经常感到身体不适,如头疼、肚疼、作呕等,老师讲的知识点记不住,睡觉时心跳加速、心悸、出汗。在心理上,表现为与他人沟通困难,动不动就发火,过后又会感到内疚;什么事情都看不惯,做事缺乏效率,自信心下降。据对高一某班56人进行的心理测验报告分析,具有焦虑、紧张易感素质的学生有13人,占全班人数的23.2%。其中,表现有不同程度生理反应的8人,心理承受能力指标为中、差的有12人。

美国专家发现,由于荷尔蒙雌性激素促使更多的血液涌向女孩子的大脑,导致她们患上焦虑症的可能性比男孩更大。血流差异最高的大脑区域与认知能力有关,涉及人的情绪、调节和社会状态控制等环节。

发现孩子出现心理问题,千万不要讳疾忌医,应及时到医院进行咨询、确诊,相信专业人员一定能给予最大的帮助。

双相情感障碍

15岁至19岁是首发高峰

近来,双相情感障碍为人们逐渐熟知,它可是青春期孩子的心理“杀手”。双相情感障碍,是指既有躁狂或轻躁狂发作又有抑郁发作,并伴有与异常心境相适应的认知、行为、心理、生理以及人际关系方面改变或紊乱的一类心境障碍,终生患病率为2.6%至7.8%,约占情感障碍的50%,具有反复发作的特点。抑郁障碍的复发率超过80%,双相情感障碍的复发率超过90%,只有7%的人终生只发作1次。

双相情感障碍多在45岁以前发病,15岁至19岁是首发高峰。首次躁狂发作一般发生在青年期,起病较急,可在数日内发展到疾病状态,相对来说,抑郁发作起病缓慢。躁狂和抑郁发作没有固定先后顺序,也可同时存在。躁狂发作的自然病程通常为两周至四五个个月不等;抑郁发作的自然病程较长,约6个月,很少超过1年,老年期患者除外。

双相情感障碍病程复杂,首发常以抑郁为主,往往一至数次抑郁发作后再出现躁狂或轻躁狂发作,60%的患者曾被诊断为抑郁症。患者从首次发病到确诊的平均时间是10年,该病具有高复发率、高致残率、高死亡率及低诊断率和低治疗率的特点。国内50%的患者在发病5年内没有得到治疗,36%的患者在发病10年内没有得到治疗。研究表明,20%至50%的双相情感障碍患者有至少一次的自杀企图,年轻患者首次诊断后的第一年尤其容易发生自杀。

双相情感障碍患者的具体表现有:抑郁相。患者常常不愿说话、不愿出门,以前爱干的事情现在通通没有兴趣,晚上睡不着,早上三四点就醒,感觉每分每秒都是煎熬。还有一些患者除了心情不好,更会有莫名其妙的疼痛感,如腰疼、背疼、肚子疼等,到各大综合医院检查都没有问题,可疼痛就是如影随形。抑郁症状特别严重者,常会有自杀念头。躁狂相。通常这类患者会表现得异常兴奋,每天兴高采烈,但一点儿小事不顺心就发脾气;话多,爱吹牛;晚上虽不怎么睡觉,但白天依然精力充沛;有好多计划,但做事虎头蛇尾、不计后果;花钱如流水,买大量用不着的东西。在疾病的高峰期,部分患者行为杂乱无章、冲动伴有攻击行为,部分患者存在伤人或伤己的风险。

强迫症

平均发病年龄9岁至12岁

有一位高中男生特爱干净,座位上都要垫一张白纸,总觉得周围都是细菌。因为“洁癖”,他和同学们的距离越来越远,心里很痛苦。

这个男生患的是一种常见的精神疾病——强迫症。儿童强迫症的发病率为0.5%至1%,青少年时期发病率会增加到1%至2%,平均发病年龄在9岁至12岁。儿童早期和青春早期是两个高发年龄段,成人强迫症患者中,约有1/3的人在儿童期发病。

强迫症状通常可以分为强迫观念和强迫行为两种。强迫观念是指某些想法不断重复出现,明知没有必要但就是控制不住。比如,反复怀疑是不是关上了窗户,怀疑考卷是否签上了名字。强迫行为则是指病人为减轻强迫观念引起的焦虑而不得不采取的顺应性行为。比如,反复洗手、出门非要先迈某一只脚、强迫数台阶和电线杆等。患有强迫症的人,明知没有必要但又非得那样做,所以非常痛苦。

患者的性格在疾病发生中起着重要作用,大部分人有这样的特点:非常爱干净,办事认真,犹豫不决,时间观念较强,遵守纪律和制度,对自己要求严格,十分在意别人的看法。参加高考的孩子都有好胜心,但如果规定自己每天必须几点睡、几点醒、几点吃饭,作业不能错一个字,这种过分的自我要求,很可能增加强迫症的发生风险。还有研究发现,儿童强迫症的发生与家长的教养方式密切相关,自身比较固执的家长,容易培养出有强迫症的孩子。

(据《人民日报》)

声明

●兹有信阳市上天梯华强珍珠岩厂在中国邮储银行有限责任公司信阳市南京路支行开立的账号为:100580858300019056的银行开户许可证(核准号:J5150001220201),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有广西中峡工程项目管理有限公司下属广西中峡工程项目管理有限公司信阳分公司营业执照正、副本(证号:411596000009141),国税税务登记证正、副本(证号:413001055980974),地税税务登记证正、副本(证号:41300105598074),行政公章壹枚,财务专用章壹枚,因不慎丢失,特声明作废。

公告

兹有徐雨,于2016年2月18日在河南华仪置业发展有限公司开发的富丽华城项目,订购58号楼2401号房屋,因徐雨逾期签约付款,根据双方签订的《商品房认购协议》第五条规定属于徐雨本人违约,现公告:富丽华城58号楼2401室房屋另售,定金没收。

河南华仪置业发展有限公司
2016年6月27日