



总是微笑的人 为什么也会抑郁

爱笑的人就不会得抑郁症吗?

“抑郁症”是一种常见心理疾病,主要特征为持续情绪低落、对平时喜爱的事物失去兴趣或动力、自我评价低、有消极言行等。

大部分的人对抑郁症存在刻板印象,觉得患者都是闷闷不乐、对生活毫无兴趣的人,阳光、爱笑的人不会得抑郁症。实际上,抑郁症有其诊断标准,也有自己的发生、发展规律,并不是每个抑郁的人都会表现出悲观的状态,不能简单以人表现出来的个性判断。

部分抑郁患者患有“微笑抑郁症”。这是一个通俗的说法,指带有抑郁情绪的人把抑郁的一面掩饰起来,戴着微笑的面具,让人以为自己生活愉快,导致抑郁症状很难被发现。这类患者难以及时得到外界帮助,进而更容易陷入孤立无援的境地。

如何识别抑郁症?

抑郁症产生的最关键原因是动力缺乏和快感缺失,就像列车失去了燃料和动力装置,导致患者无法维系原来的生活状态。严重时,患者生活陷入停滞,不仅维持不了高级的社交工作能力,就连基础的生理状态如饮食和睡眠也出现问题,甚至产生精神类症状,想要自杀。

抑郁症的症状多种多样、千变万化,个体差异很大,但是大致可以归为以下几类。

心境低落:这是最核心的症状,主要表现为显著而持久的情绪低落和悲观,程度轻重不等。轻度患者会闷闷不乐、缺乏愉悦感、兴趣缺失,重度患者会感到悲观绝望、度日如年、痛不欲生。

思维障碍:患者常感觉思维变慢、脑子变空,反应慢、记不住事情。思维内容多悲观消极,严重时患者甚至出现妄想等精神类症状,比如因躯体不适而怀疑自己患有重病,也可能出现关系妄想、贫穷妄想、被害妄想等,部分患者还可能出现幻觉,常为听幻觉。

意志活动减退:表现为没有意愿和动力做事。比如生活懒散、不愿社交、长时间独处,严重时不顾个人卫生,甚至不语、不动、不食。

认知功能损害:主要表现为记忆力下降、注意力下降或学习费力,总是回忆过去不开心的事情,或者总是想些悲观的事。

躯体症状:常见症状包括睡眠障碍、乏力、食欲减退、体重下降、便秘、疼痛(身体任何部位)、性欲减退、阳痿、闭经和自主神经功能失调等。



7月5日晚,歌手李玟的家人通过社交媒体宣布,李玟于7月2日在家中轻生,送院后一直昏迷,最终于7月5日离世。家人表示,李玟于数年前患上抑郁症,与病魔经过了长时间斗争,可惜近日病情急转直下。

李玟离世的消息令不少网友痛心,也有人感到震惊。在大众印象中,李玟总是呈现出阳光、乐观的形象,甚至在7月2日当天还曾给粉丝语音留言:“感受到大家对我的爱跟支持,然后你们做我的后盾,我会加油。那这段时间呢,希望你们自己也身体健康快乐,我非常想念大家,我再努力努力,想念你们爱我。”

有网友疑惑:为什么看起来阳光开朗的人,也会得抑郁症?这其实是很多人对抑郁症的误解。

抑郁症可以治疗吗?

专家指出,作为一种疾病,抑郁症并非“不治之症”。通过寻求专业的帮助,大多数患者可以被治愈。

和大部分疾病都一样,抑郁症越早治疗效果越好。最好是在刚刚出现抑郁情绪的时候,及时寻求心理干预,从而避免抑郁症。

目前,抑郁症用药的普遍规律是从低剂量开始,逐渐加量,最后达到目标剂量维持,连续用药治疗时间多要达到两年甚至更长。尽管过程很漫长,但真正达到治愈的患者,完全可以恢复正常的工作和生活,而且在遇到挫折时,经历过低谷的他们有时会比普通入更坚强。

如何与抑郁症患者相处?

很多时候,抑郁症患者身边的亲友,因为对病情不了解,从而对抑郁症患者的各类行为产生误解。与抑郁症患者相处时,周围的人往往也会不知所措,生怕一不小心就伤害对方。

如何通过自己的言行,帮助和安慰抑郁症患者,和他们和谐友好地相处?

多理解 让抑郁症患者获得尊重和正在尝试被理解的感觉很重要。他们的很多痛苦不为人知,也很难一次性表达清楚,因此要多理解他们。

多配合 有的患者想单独待会儿,我们就要在约定安全后给予一些空间和自由。有的患者容易哭泣和发泄,我们就要给予陪伴,允许他在不伤害自己的限度内发泄。

不盲目建议、鼓励和督促 抑郁症患者处于疾病的状态下,承受力和对外界的敏感度异于日常状态,各类微小的事情都会带给他们压力和崩溃感。

没有专业的患者病情评估和医师指导,不应强行带患者运动、聚会、旅行、读书及尝试各类网上查阅到的治疗方法和调整方式。

不指责 抑郁症患者最害怕被贴上不努力、不负责、不认真、不坚持等标签。不要说“这算个什么事”“人家的处境比你难,也没有抑郁”。

不询问原因 不要直接问“为什么你抑郁”“为什么大家都有压力,就你生病”。抑郁症是一种病因复杂的疾病,我们无法选择自己是否要患病。

不战战兢兢地对待 尽力去做,带着爱去看护抑郁症患者就是最好的应对办法,不用背负太多心理负担,不要过于责备自己没有照顾好他们。

找专业医生做依靠 专业的精神心理科医生会根据患者的疾病状态,判断患者是否需要药物干预、目前最该做的和最不该做的事情等,并给出相关治疗方案。

(据央视新闻微信公众号 综合健康中国 科普中国等)

延期公告

本公司原定于2023年7月11日10时在江西省公共资源交易平台系统“网络竞价”拍卖会,因故延期至2023年7月14日10时,报名截止时间延期至2023年7月13日17时,其他不变。

江西润泽拍卖有限公司

江西东盛拍卖有限公司拍卖(租)公告

受产权人委托,我公司面向社会举行以下拍卖会:

(一)定于2023年7月17日10:00,在南城县胜利西路368号格林东方酒店会议室公开拍卖:南城县胜利西路盛世国际小区商铺、公寓等房产一批,其中:第一标段房产(临街商铺、酒店、公寓)共计120个,总建筑面积约7623.62㎡,起拍价:1275万元,竞买保证金65万元;第二标段房产(临街商铺)共计15个,总建筑面积约1568.13㎡,起拍价:425万元,竞买保证金25万元;第三标段房产(临街商铺、公寓)共计46个,总建筑面积约2378.95㎡,起拍价:595万元,竞买保证金30万元;第四标段房产(地下商铺)共计261个,该标段带租拍卖,租期从2022年1月1日至2032年12月31日止,总建筑面积约12528.11㎡,起拍价:680万元,竞买保证金34万元。各标段详情请见《拍卖资料》。

展示、报名时间:即日起预约看样及办理报名手续,报名及保证金到账截止时间至7月14日16:30止。

报名须知:1.有意竞买者凭有效证件和保证金银行进账单到本公司办理报名手续;2.竞买保证金进账单户名:江西东盛拍卖有限公司;账号:36050185015300000080;开户行:中国建设银行抚州市分行青云峰支行;3.本公告内容如有变动,以报名时领取的《拍卖资料》为准。

(二)定于2023年7月19日10:00在金溪县公共资源交易中心公开拍卖:金溪县第一中学校园超市3年期租赁使用权,建筑面积约:298㎡,起拍价:15万元/首年,竞买保证金3万元。

竞租须知:1.标的物租赁合同,原承租人参加在同等价位下优先;2.竞得者为首年租金,下年度租金在上年度租金基础上递增2%;3.参与竞租的申请人应是符合业主办方提出的竞租条件及认可学校管理的法人或个体户。

展示时间、地点:即日起在标的物现场进行展示。

报名时间、地点:即日起接受咨询报名,报名持有有效资质及保证金进账单(保证金截止时间以7月18日16:30前到账为准,只接受竞拍者本人转账方式,凡现金进账或代为进账的视为无效)到金溪县公共资源交易中心或本公司办理报名登记手续。

保证金交纳账户(二选一):户名:金溪县公共资源交易中心;开户行:中国建设银行股份有限公司抚州金溪支行;账号:36001550810052506471;开户行:中国工商银行股份有限公司金溪支行;账号:1511206019200095418。

联系电话:13970482066 黄先生 地址:抚州市背山路3号

招租

南昌市榕门路92号,面积:4203㎡,有效期限1个月,有意者请与我们联系。联系人:刘女士 联系电话:13807052266 监督电话:0791-87838327

招租

南昌市小金台路27号,面积:174.79㎡,有效期限1个月,有意者请与我们联系。联系人:刘女士 联系电话:13807052266 监督电话:0791-87838327

招租

南昌市叠山路547号,面积:509.31㎡,有效期限1个月,有意者请与我们联系。联系人:刘女士 联系电话:13807052266 监督电话:0791-87838327

招租

南昌市杨家厂23号,面积:238.88㎡,有效期限1个月,有意者请与我们联系。联系人:刘女士 联系电话:13807052266 监督电话:0791-87838327

招租

南昌市戴家巷62号,面积:495㎡,有效期限1个月,有意者请与我们联系。联系人:刘女士 联系电话:13807052266 监督电话:0791-87838327

招租

南昌市象山路24号9号楼-10号楼,面积:各824.53㎡,有效期限1个月,有意者请与我们联系。联系人:卢先生 联系电话:13870600778 监督电话:0791-87838327

声明

兹有我公司依法承建的“余干县社康镇新碑桥危桥改造工程”工程现已完工,请本工程所有债权人于本公告见报之日起一个月内向该工程项目部申报债权,逾期未申报,视为放弃债权,一切经济和法律责任均与我公司和项目部无关。 联系人:刘国庆 电话:13879355222 特此声明 江西广通建设有限公司 2023年7月7日

关于兴国县强发建设工程有限公司变更前的债权债务问题及股东变更事项的公告

经股东会审议通过,我司人员职位进行如下变更,现将具体事项公告:

一、变更前公司的所有债权、债务都由前股东、前法人承担;

二、免去胡强的执行董事职务,并解聘其经理职务。选举钟绪云为本公司执行董事,并聘任为公司经理。

三、免去方才生的监事职务,选举范小斌为本公司监事。

四、免去胡强的公司法定代表人职务。任命执行董事钟绪云为公司法定代表人。上述人员职位变更事项于2023年7月6日正式生效,并已完成工商变更登记手续。

兴国县强发建设工程有限公司 2023年7月7日

遗失声明

- 侯佳妮遗失二代身份证,证号:210682199706173585,声明作废。
- 李文娟于2023年7月4日遗失二代身份证,证号:430105200309307443,声明作废。
- 郑海丹于2023年7月5日遗失身份证,证号:33252219690720****,自遗失当日起不承担被冒用引发的法律责任或经济损失,特此声明。
- 李瑞于2023年7月1日遗失身份证,证号:510181199906231927,声明作废。
- 段期奎遗失商丘润居置业有限公司开具的定金收据,票号:0031590,金额:1000元,声明作废。
- 李国良遗失商丘润居置业有限公司开具的定金收据,票号:0036146,金额:110000元,声明作废。
- 吕玉洁遗失商丘市润居置业有限公司的首期收据,票号:0004018,金额:40000元;票号:0033202,金额:10000元;票号:0033281,金额:20000元,声明作废。
- 彭书杰遗失购买河南正弘实业有限公司开具的发票2张(编号:07507448,金额:328775.00元,大写叁拾贰万捌仟柒佰柒拾伍元;编号:07305913,金额:766000.00元,大写柒拾陆万陆仟元),声明作废。
- 何永华遗失杭州环北丝绸6楼39号转租押金收据,金额:10000,声明作废。
- 赵世遗失山西省大同市恒大翡翠华庭2号楼1单元704室定金收据,金额:5316515,金额:70798元,特此声明。
- 本人徐新平遗失广州探迹科技有限公司服务合同,合同编号:TJ202342543、TJ0236133、TJ0236134,声明作废。
- 李小芳遗失重庆阳光城未来悦项目契税收据,缴款时间:2021年4月1日,编号:0087498,金额:67506.21元,声明作废。
- 南昌县东新曼曼瑜伽馆遗失营业执照副本,统一社会信用代码:92360121MABQH9E662,声明作废。
- 南昌经济技术开发区麦科特面包店遗失营业执照副本,统一社会信用代码:92360108MA36UWRJ6R,声明作废。
- 芦溪县源南宏发出口烟花厂遗失江西省行政事业性收费票据1张,票号:2667393,金额:50000元整,声明作废。
- 萍乡市芦溪县出口烟花鞭炮厂遗失江西省行政事业性收费票据1张,票号:2667374,金额:150000元整,声明作废。
- 安义县粮油质量监督检验站遗失中国建设银行股份有限公司安义支行开户许可证,核准号:J4210010846701,账号:36001056000052505346,声明作废。

经济晚报各类公告声明全国刊登热线:18170034856