

新书推荐

手足耳按摩速查手册

作者:李志刚

出版社:安徽科学技术出版社

定价:15元



本书分别介绍了手、足、耳按摩三部位的知识,按不同人群、不同病症进行分类。根据中医“同病异治、异病同治”法则,结合“辨证施治”的原理,书中提供手足耳三部位的按摩区域、穴位或点,每种保健和病症都配。有详细的定位和操作文字及图片,读者可以对照这些彩色大图随时随地查阅,对症操作,自我诊疗非常方便。

对症按摩速查手册

作者:李志刚

出版社:安徽科学技术出版社

定价:15元



本书分为经络按摩基础课、按摩治病、按摩养生三个部分。从经络到按摩,从养生到治病,详细讲述了如何通过按摩相应穴位来达到不同的养生、治病效果。本书通俗易懂、严谨科学,并采用了图文并茂的形式,清晰地将每个穴位展现给读者,以方便大家取穴按摩。

缘来
有你

●M.3598 男,合肥市直单位公务员,42岁,1.74米,硕士,宽怀重情,品貌修养好,离单,经济住房优越。诚觅35岁左右,1.62米左右,大专学历,肤白靓丽,形象气质佳的女士相识相知。

●F.6598 女,合肥金融单位高管,45岁,1.63米,大学文化,温柔秀丽,高雅脱俗,离单,车房俱全,经济优越。诚觅一位55岁以下,1.75米左右,综合素质高,有事业富爱心的男士牵手,永爱相随。

(以上征婚信息由安徽爱之桥提供。有意者电话咨询:0551-62839952。联系人:崇老师。条件合适的单身朋友可携本刊至爱之桥办公室,免费安排约见)

老人生病查不出病因 只因患上抑郁症

及早、规范治疗,70%~80%的抑郁症患者可治愈

□ 朱世玲 记者 李皖婷

有关数据显示,目前中国大约有抑郁症患者3000万人;全球范围内,有超过5亿人正在遭受抑郁症的折磨。预计到2020年,抑郁症可能超过癌症,成为仅次于心脑血管病的人类第二大疾患。在我们身边,有一些老年人也正承受着抑郁症的折磨,而他们却常被认为性格不好、老了记忆力下降而被忽视治疗。

故事:

老人患上查不出原因的“怪病”

王老爷子65岁那年,老伴去世了,儿子把他从皖南农村接到合肥,希望父亲能够在大城市安度晚年。

可老人远没有儿子想象中快乐。因为他浓重的皖南口音,菜场的小贩、楼下的邻居、小区里的保安,甚至连8岁的孙子,都几乎听不懂他在说什么。这让他在这座城市里变成一个“哑巴”。

王老爷子试着和儿子提过,想回农村一个人住,这个提议当然被否决了。好强的他不愿意再出门,只是固执地每天坐在家,等着儿子下班回家和他聊几句家常话。

老人很快消瘦下去,肠胃不适,吃不下东西。儿子第一时间带他去大医院做了全身检查,可检查结果显示老人的身体没有任何问题。

可这并没有让王老爷子的“病”好起来。让儿子奇怪的是,逢年过节,姐姐、妹妹都从外地赶到合肥一起吃团圆饭的时候,老人的肠胃似乎就好一些,也吃得下一些东西;可姊妹们一走,他就又恢复到老样子。

一开始,几个孩子非常紧张,他们又带父亲去检查了好几次,可怎么也查不出病因,这样的日子持续了3年之久。直到有一天,儿子无意间和朋友谈起父亲的“怪病”,朋友建议他带父亲去精神科看看。

在精神科门诊,父亲被诊断患上老年抑郁症。总也查不出原因的肠胃不适,其实罪魁祸首是“心病”。

征兆:

身心疲惫、自我评价低是抑郁症的重要特征

典型抑郁发作表现为情绪低落、思维迟缓及言语活动减少等,老年抑郁发作的临床症状则常不太典型,与青壮年期患者存在一些差别,认知功能损害和躯体不适的主诉较为多见。

情感低落是抑郁症的核心症状。主要表现为持久的情绪低落,患者常闷闷不乐、郁郁寡欢、度日如年;既往有的兴趣爱好也变得没意思,觉得生活变得枯燥乏味,生活没有意思;提不起精神,高兴不起来,甚至会感到绝望,对前途无比的失望,无助与无用感明显,自责自罪。半数以上的老年抑郁症患者还可有焦虑和激越,紧张担心、坐立不安,有时躯体性焦虑会完全掩盖抑郁症状。

老年抑郁症患者大多存在一定程度认知功能(记忆力、计算力、理解和判断能力等)损害的表现,比较明显的为记忆力下降。患者还会表现为行动缓慢,生活懒散,不想说话(言语少、语调低、语速慢),不想做事,不愿与周围人交往。总是感到精力不够,全身乏力,甚至日常生活都不能自理。不但既往对生活的热情、乐趣减退或丧失,越来越不愿意参加社交活动,甚至闭门独居、疏远亲友。

好烦躁啊!



提醒:

抑郁症有时藏匿于躯体疾病中

在综合医院的内科病人中,1/3伴有抑郁症。有资料显示,抑郁症状发生率在一般人群中是5.8%、慢性躯体疾病患者是9.4%、一般住院病人33%、老年住院病人36%、门诊癌症病人33%、住院癌症病人42%、脑卒中病人47%、心肌梗塞病人45%、帕金森氏病人39%。

“还有一些抑郁症患者,他们的症状表现为躯体疾病,比如头痛、胃肠功能不好、心脏疼痛、睡眠障碍、突然消瘦等。”安徽省精神卫生中心副院长王克永解释说,这样的抑郁症患者更易被忽视,他们辗转于综合医院诊治,但各种身体检查的结果都正常,找不出病因。

这些病症患者往往过度关注自身健康,其对躯体疾病的关注和感受远远超过了实际得病的严重程度,因此表现出明显的紧张不安、过分的担心。辗转于各大医院,遍寻名医,进行各项检查的结果是阴性或者问题不大、程度不严重时,会拒绝相信检查的结果。

痛心:

抑郁症识别率和治疗率都很低

“中国人要面子,一旦出现心理问题,往往产生很强的病耻感,回避医生,很少主动求助心理医生,更不谈来精神病院治疗。”王克永说,医院收治的抑郁症患者,有很多已经发展为重度了。

王克永表示,只要及早、规范治疗,70%至80%的抑郁症患者可以实现临床治愈,而且不会影响智力。相反,如果讳疾忌医,除了可能会走上自杀的“不归路”,还可能最终发展为慢性抑郁,大大增加治疗的难度,并影响患者的社会功能。

专家提醒,预防老年抑郁症,需要老年人自己和家人的共同努力。首先自己要多参加集体活动,多结交朋友,培养兴趣爱好,积极进行户外活动;其次子女多关心、陪伴、支持,营造良好的家庭氛围。

DZ 大志 DAZHI 大志投资 十年诚信

1.项目投资、房地产投资、投资管理、理财咨询。
2.快速办理有房产、车辆抵押贷款咨询,欢迎同行合作。
3.互联网理财;安捷财富:www.haoinvest.com 资金第三方平台独立托管(100%本息保障)
4.快速现金收购商业房产、土地及车辆等。
5.现有五万平米商业用房,对外出售或出租。
6.现有互联网股份上市公司,诚邀全国合作伙伴。
财富热线:0551-65596118 4009619558

分类广告咨询电话:0551-62649617 62612696 地址:杏花公园北100米润安大厦B座32层

牛市股票配资
出★合肥老牌配资公司,专业为股民提供融资炒股服务;
众★您的自有炒股资金可以放大5倍杠杆,5万可以配25万;
投电话:0551-65544354 15345693736
官网:www.ahgppz.com 地址:合肥市庐阳区濉溪路国金大厦1305室

信贷咨询
企业行息贷款
大额过桥代办信用卡提额
0551-68183166 13365699120
诚信办理信用卡
5-50万黑白户凭身份证均可办理,前期无费用下款快 15605517688

调查咨询
洪壮讨债
工程款 货款 死账 烂账
—专业律师 精英团队—
电话:0551-63656501 手机:18555018858
合肥市包河区庐州大道98号华府2号楼1622室 合肥洪壮投资管理有限公司

老年公寓 家教
蜀山区光明老年护理院(医护型)65887717 一线教师一对一免费试听可上门13033087885