

生过一个娃就有经验了？

心理专家：别再把产后抑郁当“公主病”



一名年轻母亲怀抱婴儿坠落，两人不幸身亡；“新晋妈妈”服毒自杀……两起事件均直指同一问题——产后抑郁。

事实上，近年来由于产后抑郁症引发的悲剧时常出现在公众视野中，但仍未得到公众的足够关注。不少患上产后抑郁症的新妈妈，只能靠“硬撑”度过病程。更令人担忧的是，她们中的很多人被家人、朋友当做“心眼小”“公主病”，得不到理解。

“我现在自己都不认识自己了，简直跟疯了一样。”在采访中，这是市场星报、安徽财经网(www.ahcaijing.com)记者反复听到的一句话。

安徽省精神卫生中心神经症科主治医师王安珍表示，由于认识不足、耻于谈病、周围人的不理解，没有及时就诊和接受心理干预的产妇，就很有可能走向扩大性自杀的极端。

■朱世玲 周洁 记者 李皖婷

现实案例：1

人物：彩霞(化名) 42岁
“希望他永远消失”

在外人看来，42岁的彩霞幸运地赶上了二胎的“末班车”。9岁的大儿子乖巧懂事，又生了一个可爱的小儿子，着实让人羡慕。可在彩霞看来，这个刚出生的二宝把她的生活全毁了。

决定要二胎时，彩霞特别想要个女儿。可孩子生下来，又是个儿子，彩霞一下子崩溃了。

亲戚、朋友去医院看她，都恭喜她，说她有福气，公婆也乐得合不拢嘴，可彩霞却觉得“糟透了”。

为什么别人想要儿子就能得儿子，想要女儿就能得女儿？为什么别人就能儿女双全？这些问题像恶魔一样缠着彩霞，最后她得出了一个结论：我没用。

出院回到家中，告别了医院病房的嘈杂，彩霞的情绪并没有得到好转。她开始失眠、早醒，整宿整宿睁着眼睛到天明。不想吃，也不想动，最常做的事就是躺在床上流泪。

出月子的第一天，彩霞就像逃似地从家里跑出去，她想外面自由的空气也许能让她好受一些。但她错了，她走在路上，感觉所有人都在对她指指点点，议论她“有两个儿子，负担好重”。

彩霞绝望了。她回到家，看着床上嗷嗷待哺的小儿子，没有看待新生命的喜悦，只有厌恶。

事实上，在二宝出生前，彩霞是公认的贤妻良母，她对9岁儿子的爱让丈夫都嫉妒不已。但现在，彩霞对二宝的怨恨波及到了大儿子身上，她甚至会放学前的大儿子推开。

“我现在希望这个二宝凭空消失，希望他从来没有在我的生命里出现过。”彩霞被自己的这个可怕念头吓到了，但她却又不知道自己到底该怎么办。

现实案例：2

人物：黄黄(化名) 28岁
“带走孩子，他们就不会再痛苦”

一大早，妈妈把大女儿送去幼儿园，小儿子喝了奶，在小床上睡着了。黄黄像往常一样打开QQ群，看看群里姐妹们的聊天记录。这是一个产后抑郁妈妈的交流群，只有在这里，黄黄才会觉得被接纳和理解。

回忆起来，黄黄似乎从怀二胎开始，性格就发生了变化。“我以前其实是很开朗活泼的人，后来却变得特别不爱说话、不爱出门，甚至连电话也不愿意接。在家里，除了跟女儿说话，我几乎什么话都不说。”

为什么会变成这样？黄黄说，也许是怀二胎前，婆婆不经意的一句话让她压力很大：“他们都希望我生个儿子。”

自己怀的到底是不是儿子？肚子一天天大起来，黄黄每时每刻都在担心这个问题，她没有怀女儿时那种对新生命的憧憬和喜悦，只剩下无尽的焦虑。

黄黄生下了二宝。如所有人所愿，是个儿子，可黄黄的情绪并没有好转，反而更严重了。

儿子出生第二天就因为黄疸高住

院一周，黄黄也担惊受怕了一周。儿子回家后，黄黄发现他特别爱哭，一点不像女儿那时候那么好带，加上怕自己怀孕时情绪不稳定影响胎儿，她就怀疑儿子有病。

她不顾老公的劝阻，带着儿子去了好几次医院，可医生都说没事，只是让她回家观察。可是越观察她觉得问题越大，觉得儿子俯卧抬头不好、竖头不好、不会翻身、经常捏小拳头……“就是哪儿哪儿都不正常。”

老公说她有心理问题，说她“盼着孩子有病”，她却认为老公不理解她。

“我真是太担心宝宝了，我担心得要命啊。难道我不希望宝宝健康吗？有时候看他哭得很凶，真想一了百了了。现在我自己都很怕和宝宝单独在一起，怕抱他，我明明很爱他，可他让我产生恐惧，也怕我自己做出傻事。”黄黄在QQ群里发了这样一段话。

半夜睡不着的时候，黄黄甚至想过带着两个孩子一起去死，这样他们就不会再痛苦，因为“女儿长大后也会重复我这样的遭遇”。

原因解析：

生活压力大、性别期望落空……
二胎妈妈抑郁概率是一胎妈妈的1.5倍

记者在采访的时候了解到，二胎时代，去专业心理咨询机构进行咨询的二胎妈妈增多，而高龄产妇产后抑郁症的发病率比年轻产妇更高。

王安珍分析说，这可能是由于高龄产妇的身体素质和精力都不及年轻产妇，产后体内激素的改变对她们的影响更大，会让她们提前进入“更年期状态”。而照顾孩子日夜操劳，如果还要同时兼顾家庭和事业，会给她们的身心带来更大的压力。

除了生理原因，高龄产妇更担心由于年龄的原因造成胎儿畸形，担心照顾不好孩子，抑或担心和孩子年龄差距过大以后难以沟通，或是让孩子受到其他孩子的嘲笑。

“儿女双全”是绝大多数人的愿望，但未必每个二胎妈妈都能实现。

对二胎性别的不满意也有可能导致产后抑郁的出现。如果二胎妈妈碰巧在一个重男轻女的家庭中，对性别的落空导致的内疚、自责也会加重抑郁情绪。

除此之外，现在不少二胎妈妈都是独生女，在第一个孩子出生时，父母、公婆甚至祖父母都可以帮忙带孩子，自己不怎么操心。而二胎出生后，由于父母年纪大了，很可能帮不上什么忙，凡事需要自己亲力亲为，很多二胎妈妈出现了角色适应不良，这种不适应容易催生焦虑情绪，外在表现就是二胎妈妈变得不知所措、烦躁不安、易发脾气等。

“统计显示，二胎妈妈产后抑郁的概率是一胎妈妈的1.5倍。”王安珍说。



合肥城市泊车投资管理有限公司(国企) 大型专场招聘会

【公司介绍】合肥城市泊车投资管理有限公司(以下简称“合肥城泊”),前合肥市保安停车场经营服务公司,为合肥保安集团有限公司全资子公司,成立于2009年9月,是一家**国有独资企业**。合肥城泊主要经营业务是道路临时停车管理和服务,因发展需要,现向社会公开诚聘:

合肥市道路临时停车收费管理员: 200人

报名条件:身体健康,品行端正,吃苦耐劳,初中以上文化程度,男性55周岁以下,女性45周岁以下;

工作地点和时间:合肥道路临时停车泊位;每人每天上半天班,两人上下午

对倒班,上午7:30—13:00,下午13:00—19:00;

工资福利待遇:月工资2000—4000元,依法为员工办理社保五险,并增加人身保险,提供夏季高温津贴、冬季防寒津贴及员工关爱津贴等福利;

招聘会乘车路线:乘4、5、14、46、109、117、121、127、129、166、136、快1、快4、快5、K3路到“市府广场”下

招聘会时间及地点:2017年3月25日(周六),安徽省工商联人力资源市场(合肥市淮河路260号)D厅

咨询电话:0551-65111421, 62875215

金寨县广播电视台 电视广告经营权招租公告

一、出租标的基本情况

1、出租标的:金寨县广播电视台电视广告经营权(租期3年)。

2、出租标的广告经营权范围:金寨县广播电视台所有有偿电视广告业务[包括本台的综合频道及文艺频道中的画面广告、滚动及整屏字幕、冠名、挂角、栏目赞助、电视剧插播、点歌(不含互动点播)、天气预报背景、电视剧、特约播出等]对外承包经营,但不含新闻、专题及栏目中的主持人形象包装。

二、公告期限

2017年3月21日—2017年3月30日。

三、首年租金底价

人民币360万元/每年

四、公告其他内容详见安徽省产权交易中心网站

www.aace.com.cn

五、联系方式

联系人:陈先生(合肥) 电话:0551-62871614

龚女士(金寨) 电话:0564-7350836

特此公告。

安徽省产权交易中心

二〇一七年三月二十三日