

健康中国 立信先行

我们在行动

家庭伦理剧《都挺好》迎来高收视率

抑郁、孤独,这些心理隐患要重视

家庭伦理剧《都挺好》迎来收视狂潮,大结局正受到人们的热议。这部热播剧的背后,是亲情的扭曲还是道德的沦丧?是观念的冲突还是金钱的诱惑?请跟专家一起探寻中国式家庭“都挺好”背后的健康隐患。记者 蒋晓蕾



隐患一 春季气温转暖,要重视老人的精神需求

现实生活中,很多父母都像苏大强更多地,将“都挺好”挂在嘴边,让子女在外放心打拼。于是便有了很多像苏明哲这样长期在外奔波、没有时间陪伴父母的子女,他们为了弥补内心的愧疚,选择在物质上满足父母,而忽略了父母精神上的需求。

郑州市第八人民医院胡雄教授指出:“每年三四月是精神疾病发病率、住院率、门诊率最高的时候,比其他月份高出30%。”“孤独”是抑郁的温床,春季气温转暖,内分泌系统受到影响,容易感到胸闷、心慌,老年人关节容易疼痛,这些身体上的变化,处在“孤独”状态的老年人

多半以“忍”来解决,但这往往为抑郁情绪埋下了隐患。

作为子女,除了物质上的关怀,身体健康上的关注、父母的精神需求也要重视。

趁着天气晴好,多带老人出去晒晒太阳,尤其中午吃饱饭,晒晒后背是不错的选择。如果发现父母情绪低落,出现烦躁、焦虑等情绪,应安排老人合理作息,多走进大自然,或进行体育锻炼等。抑郁的人往往会有睡眠问题,这时候可以买点薰衣草的干花装入袋中放枕边助眠,平时喝些茉莉花、玫瑰花茶。睡前还可以用艾草加凤仙花泡脚。

隐患二

发泄是一种任性
隐忍可能是一种疾病

苏明成通过言语、情绪甚至暴力,将他内在的不悦表达了出来。而在有些家庭里,可能更多的是像苏明玉这样,被“都是一家人”的亲情牌裹挟着,为了顾全大局、做个懂事的孩子,为了家人的“都挺好”选择了“忍”。

在生活压力、工作压力都如此巨大的社会,“忍”住情绪成了人们的必备技能。有很多疾病可能就是这么给“忍”出来的,其中甲状腺癌、乳腺癌等钟情于女性的癌症的发生,与情绪的好坏有着一定的关系,值得引起每个人重视。

郑州市中心医院内分泌专家李清表示,女性甲状腺癌明显多于男性,发病率约为男性的3至4倍,除了和女性激素有关外,情绪也占有很大部分原因,不愉快或者敌对的情绪可导致肾上腺皮质激素、皮质醇等分泌增多,引起免疫系统功能紊乱,导致恶性肿瘤的发生。而保持乐观的情绪则有助于预防甲状腺癌。

行业动态

老板电器新品蒸箱亮相郑州



日前,老板电器在郑州举行“蒸味·中国”寻味十城新品发布会。发布会上,老板电器带来4款中式蒸箱新品:下嵌式蒸箱SZ01、嵌入式蒸箱S228、台式蒸箱ST01、蒸烤一体机C906,并针对非KA渠道,提供老板中式蒸箱SQ229、老板烤箱RQ019等多款专供机型。这些新品创新性十足,每一款都有独特的闪光点。据悉,今年举行的寻味十城系列发布会是老板中式蒸箱开年推广的一次大战役。除了郑州之外,今年老板电器还将在济南、南昌、唐山、昆明、合肥、青岛等10座城市举行发布会。“2019年,我们将以更大的决心和力度,联合更多合作伙伴,推动蒸箱品类迈向跨越式发展,让更多人拥有向往中的厨房美好生活。”老板电器蒸箱事业部CEO蒋凌伟在发布会上表示。李冬生

郑州中原科大医院
ZHONGYUAN UNIVERSITY HOSPITAL OF ZHENGZHOU

★河南省诚信医疗机构 ★河南省医疗扶贫定点医院 ★计划生育手术定点医院 ★河南省妇科疑难疾病诊治联盟单位

不止315保障
更是365天承诺!

看三甲名医 享诚信医疗 到郑州中原科大医院

◎预防保健科 ◎内科 ◎外科 ◎妇产科 ◎妇科 ◎计划生育科
◎皮肤(胎记)科 ◎急诊医学科 ◎中医科 ◎中西医结合科



专家咨询 挂号预约

健康专线: 0371-65855555

院址: 郑州市中原路与桐柏路口西100米路北

乘车路线: 乘坐B1、52、167、203、216、254路到中原路站 B13、B12、44、60、66、102、103、112、9路到桐柏路站

(郑)医广【2018】第07-09-153号