

# 当相亲遇到“爱情恐惧症”

春暖花开的季节,很多城市白领忙于工作而疏于感情生活,于是相亲成了这个季节最流行的爱情开启模式,然而很多人在相亲的失败经历中,有没有发现对方或是自己身上存在“爱情恐惧症”呢?



## 爱情恐惧症的症状表现

一、怕爱上别人;二、怕爱上别人后会深陷;三、怕受伤;四、害怕被拒绝;五、害怕在最爱的当下却失去;六、怕恋爱失去一切;七、怕伤害别人;八、怕自己失去一颗爱自由的心;九、怕恋爱后,就再也回不到以前;十、怕自己爱对方比对方爱自己还多。

恋爱恐惧的方式因人而异,根据恋爱进行的阶段范畴,大致分成三类,即恋爱前恐惧(拒绝型恋爱恐惧)、恋爱中恐惧(焦虑型恋爱恐惧)及恋爱后恐惧(又称受伤型恋爱恐惧)。

## 拒绝型:需建立自信

对于能够大胆恋爱的人来说,自信是向对方坦露自己内心的勇气,也是接纳别人的心的态度。自信者可自如地面对外界各种的不确定性,不断尝试,并努力追求自己想要的结果。做自己生活的导演,而不甘心只做那个按照别人剧本演戏的主角,或者,只作为观众。不尝试,永远没有胜算,没开始就宣告失败,你接受这样的安排吗?

## 焦虑型:学会往“情感帐户”中存款

每个在恋爱中的人都非常关注对方是否真正关心和爱自己,在他(她)心里,其实已有一个衡量的指标,我们把这个加减分的机制称为“情感帐户”,如果加分,就认为一方往帐户里存款,如果扣分,就是取款。可以这样理解,焦虑型恋爱恐惧的人,基本上是一个只提款不存款的人。在整个恋爱的过程中,他们就是这样不断提款,却极少往情感帐户中存款,使自己在对方的感情帐户中不断透支直至失败。

## 受伤型:不要无端地发泄与逃避

有些人经过一次或者几次爱情挫败后,就会把伤痛时刻铭记于心,在日后的生活中,出于对自己的保护,便不敢再次投入恋爱,且对爱情感到悲观失望。他们可能常作“恋爱军师状”,但在爱情的色彩中,他们看到的却是乌云密布,并以自己作为世界上唯一的经典例子苦口婆心地告诫对方,远离爱情。

本报记者 阎韵竹

## 相关链接

## 自我诊断 是否患上爱情恐惧症

在现今的生活中,很多年轻白领对于爱情都很焦虑和恐惧,有时甚至患上了爱情恐惧症。那么,您是否知道什么是爱情恐惧症呢?

1.我曾经有过一段非常糟糕的婚姻,也经历了一场几乎耗尽我全部精力的离婚。从那之后我再也没想过拥有什么爱情,那已经离我太遥远了。

2.我曾与我喜欢的人处得不太愉快,也曾多次被人拒绝,我不愿意再尝这种被拒绝的感受,那种滋味真的很苦,也令我难忘。

3.为什么要谈恋爱?我认为爱情这东西不可靠,即使结婚也不会长久的。50%的婚姻终究会以失败告终。

4.迟早你的爱人会欺骗你,背叛你的,所以我不想踏这个浑水。

5.我现在生活得很自由,很开心。我不希望任何人来影响我的这种生活,我觉得自己一个人挺好,不想做爱情的奴隶。

6.爱情会让人变成傻瓜、笨蛋,还会带来很多麻烦。我不想再做那样愚蠢的人。

7.爱情让我迷失了自己,我不希望别人告诉我该做什么,不该做什么。

上述占两项者,您便可能患有爱情恐惧症了,其实,爱情不仅会带来甜蜜也还会带来痛苦,如果自我一味地逃避爱情或者是爱情失败之后就恐惧爱情,这样的心理都是不正常的。只有及时调治才能真正拥有健康幸福的生活。

本报记者 阎韵竹 整理

# 糖尿病人服用蜂胶的八大功效

1.抗菌消炎,防治肠胃和呼吸系统并发症:糖尿病人坚持服用蜂胶可有效防治皮炎、口腔溃疡、气管炎、胃炎、前列腺炎、皮肤溃烂等炎症。

2.有镇静、麻醉和修复神经系统作用:蜂胶的止痛效果是目前常规用药的4倍;且能营养修复神经、促进睡眠。改善因神经受损而导致的便秘、腹泻、皮肤瘙痒、针刺烧灼蚁走感等病症。

3.有促进组织修复和受损组织愈合的作用:可用于治疗外伤、皮肤溃烂、下肢坏疽等。

4.有保护心脑血管系统的作用:尤其是糖尿病“三高”病人服用蜂胶能平稳血压、调节血脂、软化血管。有效预防和治疗血栓、脑梗、脑溢血、冠心病、肾病、眼病等血管病变。

5.保肝护肝作用:即降低谷丙转氨酶、消除肝炎病毒、保护肝细胞,有效降低长期

服用西药对肝肾的损伤。

6.抗肿瘤作用:即抑制肿瘤、预防糖尿病癌变。

7.清除自由基的作用:蜂胶既能抗氧化、增强细胞活性、延长糖尿病人的寿命,还有调节代谢和内分泌、增强免疫力,消除乏力和多尿,预防其它的并发症出现等作用。

8.蜂胶的无毒副作用:是纯天然物质,对人体没有任何毒副作用,适合以长期服用。

糖尿病患者惊喜地发现:蜂胶的这八大作用简直就是为糖尿病人量身定制的;一种蜂胶就能解决各系统、从头到脚的并发症。2005年国家食品药品监督管理局将蜂胶收入《中国药典》并标明:蜂胶能抗菌消炎、调节免疫、抗氧化、加速组织愈合;可用于高血脂症和糖尿病的辅助治疗。(即稳定血糖、消除并发症)蜂胶广泛而全面的保健和治疗作用,非常适合糖尿病人长期服用!

(阎韵竹)



<< 链接 >>

## 什么样的蜂胶 适合糖尿病人服用?

蜂胶原料含有木屑、铅、汞等杂质是不能服用的;必须把杂质和重金属清除,才能安全使用!由于蜂胶怕高温,活性成分易流失,传统和简单的蜂胶提纯方式很难保证其安全性和有效性。为了彻底去除杂质、保留活性成分,不仅需要专业的蜂胶提纯厂,还需要先进的提纯技术,这样才能充分保留蜂胶有效物质,适合糖尿病人服用!

(阎韵竹)

## 关节炎加痛风 得病十余年

名老中医用奇药 至今未复发

刘师傅榆中县人,患有类风湿关节炎,还有痛风,坐下就站不起来,周身关节疼痛,并且疼痛的部位不定,游走性疼痛。老专家给开了两个方子,一个针对痛风,一个针对关节炎,服用了半个月,刘师傅复诊的时候说:“浑身轻松,关节也不疼了,一下就好了,现在坐下,自己就能站起来了,也不用扶着了。这没花多少钱,也不用做仪器检查,三指一搭脉就知道啥毛病,四服药就给喝好了,真神!”老专家从医近五十年,一直致力于中医中药治疗强直性脊柱炎、股骨头坏死、类风湿、骨质增生、肌肉萎缩变形、坐骨神经痛、产后风湿、肩周炎、劳损性外伤性腰间盘突出、骨质疏松的临床治疗及康复研究。特别擅长各种久治不愈的骨关节病,经老专家门诊后,只需四服药,5年不复发,每天门诊量有限,就诊患者请务必提前拨打 0931-8441435 进行预约就诊。免挂号费 50元!

本报记者 阎韵竹 整理

# 恋爱食养:你要哪一款?

约会吃的超高能量食物,不管你是男生还是女生,乌龙面可以带给你许多和各样人邂逅的机会。

## 饮料类:各种茶饮好喝又好选

红茶:红茶是提升爱情的万能饮料,想要有约会就喝柠檬红茶吧!因为酸的东西可以让你掌握时机,让你在适当的时机提出约会的要求,且不容易被拒绝。

绿茶:绿茶同时拥有“木”气和“水”气,除了增加你的恋爱运以外,也可以提升你做事的干劲。

果汁:想提高约会运的人可以试着喝喝柑橘类的果汁,通常这一类的水果都充满了丰富的维他命C,多喝一点让你看起来更为漂

亮。若你厌恶悲观的自己,想重新改造一下自己,可以喝苹果汁,让自己看起来精神气爽。

花果茶:近几年流行喝花果茶,这些茶除了可解渴养身之外,还是无时无刻都可以为你带来新良缘的好茶。

## 零食、点心不可或缺

水果:水果带来缘分的力量很强,特别是桃子!另外,水果最好是早餐吃,这样让你一整天下来都会能量充足。例如柑橘类、草莓、樱桃都是不错的选择。

口香糖:是一种带有很强“气”场的零嘴,如果你很胆小,常常在临时退怯,嚼嚼口香糖或许可以让你约会紧张之余轻松很多。

本报记者 阎韵竹 整理



很多年轻人在相亲约会一提到吃饭,都不知道如何选择是好,本期就来给你罗列一些既利于恋爱发展又实惠、营养好吃的恋爱食物吧,单身男士不妨提前学习一下,为今后打好基础!



## 主食类:浪漫的面类请优先选择

面包:面包含有糖分与维他命,现在市面上的口味也很多变,尤其是含有水果的面包,更是面包中能增强爱情力量的面包口味之一,可以增加你的放电能量,想要对喜欢的人放电时,就吃个面包补充能量吧!

乌龙面:别担心吃乌龙面会让你的爱情摆乌龙。以小麦为主的乌龙面,是个能提升

# 知蜂堂® 蜂胶

- 卫生部批准具有:调节血糖、调节血脂、免疫调节三项功能
- 提纯方法及设备获国家发明专利:专利号ZL2006 1 0078650.3
- 2010年上海世博会期间获联合国信息发展组织千年金奖



健康热线: 8831958

专卖店地址:  
南关店:南关十字苏宁电器对面香满楼东门旁  
西站店:敦煌路159号阳光家园玫瑰苑大门对面  
西固店:合水路兰化三校旁边