

# 两月辞掉仨工作“跳槽狂”竟是多动症

## 专家解读:不爱动也可能是多动症 家长切勿忽视



“这是他两个月来换的第三份工作，在哪都呆不住。这孩子到底怎么了？”日前，一位心急如焚的母亲带着刚刚参加工作的儿子小于来到兰州西京医院精神疾病诊疗专科就诊，经该科潘主任悉心检查，最终确诊小于患的是多动症。

### “跳槽狂”两个月换三份工作

原来，小于自去年大学毕业后就一直赋闲在家。今年春节期间，其父母百般走动，终于为他找到了一份不错的工作。可好景不长，不到两周的时间他就因工作环境太吵，无法专心工作而辞掉了工作。面对父母的压力，小于不得不四处求职，结果却在短短两个月的时间里又先后辞掉了三份工作。

看着儿子“不同寻常”的表现，于妈妈焦虑万分。在朋友的提醒下，她开始怀疑儿子是不是心理出现了问题，于是便带儿子到西京医院精神疾病诊疗专科进行检查。经诊断，儿子竟然是名多动症患者。

在对小于的检查过程中，西京医院的潘主任发现他虽然不太爱动，甚至不太爱说话，但注意力却很难集中，眼神总是飘忽不定，他妈妈则说他从小就常常丢三落四，也不愿意参加各类活动。

“综合分析，小于很有可能是自青少年时期就一直患有多动症，导致大脑中枢

神经递质功能出现紊乱，才酿成了今天的局面。”潘主任借助先进的EFG脑中神经递质检测仪，很快就准确查明了小于大脑中紊乱的中枢神经递质，进而确诊了病因所在。潘主任介绍，大脑中枢神经递质在人体神经系统中起着控制人体调节情绪、记忆力、思考能力及睡眠、饮食等全部大脑生理活动的重要作用，包括多动症在内的绝大多数神经系统疾病，都是由于大脑中枢神经递质功能出现紊乱所造成的。

### 不爱动也可能是多动症

“他从小就不爱动，话也不是特别多，再说他也都这么大了，怎么还会有多动症？”面对一脸愕然的于妈妈，潘主任解释说，多动症可不是儿童的“专利”，很多成年人由于青少年时期多动症没有得到有效治疗，大脑中枢神经递质长期处于紊乱状态，导致其成年后神经系统疾病愈发严重，有些人甚至无法融入社会。像小于这种在青少年时期看起来安静，但却长时间表现出自制力差，注意力难以集中，丢三

落四这样的“小毛病”的孩子，是属于较为典型的注意力缺陷型多动症患者。但由于症状不明显，他们的病症往往被老师和家长所忽略。

“对有多动症的孩子进行心理疏导，虽然能够产生一定的效果，但很多时候还是无法根除疾病。”潘主任说，传统的药物治疗不仅会伤及人体健康的大脑中枢神经递质，更会对青少年脆弱的神经系统造成更为严重的伤害。

而区别于传统药物治疗，西京医院精神疾病诊疗专科所率先引进的“EFG脑中神经递质免疫再生疗法”，是目前治疗包括多动症在内的神经系统疾病极为有效的方法。因其能够通过先进的检测仪器准确诊断紊乱的大脑中枢神经递质，并利用尖端仪器设备对其进行精准的靶向物理治疗，极大地降低了药物对神经系统的影响，对青少年及成人神经系统疾病都是极为理想的治疗方案。（阎韵竹）

### 潘主任

西京医院精神疾病诊疗专科

潘主任从事精神疾病临床诊疗工作二十余年，凭借丰富的临床经验与扎实的理论基础，将西方的先进技术与中医辨证施治的理念相结合，并与兰州西京医院专家组其他成员不断发展和完善“EFG脑中神经递质免疫再生疗法”，在治疗青少年及成人多动症、睡眠障碍、失眠抑郁症、强迫症、精神障碍以及精神分裂症在内的各种神经系统疾病上取得显著疗效，获得金城百姓的一致好评。

### 成人也有多动症吗

成人也有多动症吗？答案是肯定的。西京医院精神疾病诊疗专科潘主任介绍，医学研究证实，大概三分之二患有多动症的儿童，症状能够持续到青少年期，甚至持续到成年期。

多动症在人的一生中间会带来什么影响呢？潘主任表示，在学龄前多动症孩子只是出现行为问题，到了小学阶段则会在出现行为问题的同时，出现上课时注意力不集中，无法融入集体等问题。到了初中、高中以及大学阶段这些问题则会变得更加明显。而当这些孩子最后走向社会，应对日常生活会显得比常人更加的困难，容易产生自卑情绪。同时，成年多动症患者在工作中还常常会表现出情绪混乱心不在焉、难以长时间阅读文件，经常丢三落四等情况。

潘主任提醒说：多动症是一种疾病，而非仅仅是思想问题，致病原因有很多，不仅包括遗传等先天因素，还和家庭、社会等后天因素有着密不可分的关系。

在谈及多动症的治疗时，潘主任表示，“大多数的多动症患者，只要采用科学的治疗方法，及时有效地治疗疾病，也同样能够成功成才”。（阎韵竹）

兰州西京医院精神疾病诊疗专科  
预约热线: 0931-2315333  
网址: www.xjjsk.com  
地址: 兰州市七里河西站东路27号  
(黄金大厦向南50米)

# 产后抑郁 新妈妈要了解的一种病

## 性激素、心理、情绪的变化让她们抑郁



资料图片

### 完美主义女性要多加注意

产后抑郁症是女性精神障碍中最常见的类型。是由于女性生产之后，性激素、社会角色及心理变化所带来的身体、情绪、心理等问题而引发的，发病率在15%~30%。典型的产后抑郁症在产后6周内发生，可在3~6个月自行恢复，但严重的也可持续1~2年，再次妊娠则有20%~30%的复发率。

除了内分泌、情绪、身体所引发抑郁症状外，那些在平时生活中要求完美的女性也属于产后抑郁症的高发人群。由于她们对产后当母亲的期望过高，以至于无法实现，很可能就会感到失落痛苦，认为自己无法适应妈妈的新角色。在这种情况下，如果产妇亲属无法在精神、生活上给予支持的话，巨大的压力很可能让她们患上产后抑郁症。

### 产后抑郁也可遗传

和其他的精神类疾病一样，产后抑郁也具有遗传性。如果有精神病家族史，特别是有家族抑郁症病史的产妇，产后抑郁的发病率就相对较高，说明家族遗传可能影响到某一妇女对抑郁症的易感性和她的个性。还有研究显示，产后抑郁症患者家族中，单、双向情感障碍的发病率均较高。

### 避免得病 家人要做坚强后盾

如何避免产后抑郁症的发生呢？可以

说产妇的家人是一个重要的因素。因为家人的关心、温馨良好的产后保养环境、睡眠的质量、合理的膳食都可以很好地让新妈妈们从产后身体和心理的不适中调适过来。其中，丈夫对妻子的关心以及良好的沟通非常重要。要让产妇感受到丈夫的体贴、关爱，保持她们情绪稳定和愉悦。而作为产妇，也要有意识地控制自己的心理变化，多和亲人沟通，这样有助于排解不良情绪。

### 治疗要从多角度切入

在对产后抑郁症的治疗中，除了药物、物理和常规治疗外，心理治疗也是重要的一个方法。心理治疗可以通过音乐、角色的交替、倾诉宣泄、行为的调整等方式进行。音乐疗法是抑郁症心理治疗方法中最受患者欢迎的一种，因为大脑边缘系统和网状结构，对人体内脏及躯体功能起主要调节作用，而音乐对这些神经结构能产生直接或间接影响。而行为调整法是通过一些适当放松的活动来转移患者的注意力和改善情绪。

在使用这些治疗方法的同时，产后抑郁症的患者也应该从自身进行心理

今年3月，福建省一名30岁的母亲陈某在生下女儿两个月后割喉自杀，其两个月大的女儿在家溺水而亡。而这起悲剧的原因，是陈某在生产5天后就患上了严重的产后抑郁症，虽然一直在接受治疗，但也没有化解悲剧的发生。在查看新闻后记者发现，近几年因为产后抑郁症引发的悲剧不在少数。而很多人对这种病却并不了解，尤其是那些新妈妈们。

### 男性也会得产后抑郁

虽然男性不直接生产，但是他们也会得产后抑郁。特别是一些性格脆弱、敏感的新爸爸，在妻子生育前后，容易因生理和心理上适应不了角色的转化，以及无法承受来自生活和工作上的双重压力而产生严重的挫折感，患上抑郁症。男性易患产后抑郁症的比例为10%，除了自身没有调整好新角色以外，不良的情绪传染也是诱因之一，因为妻子产后如果患上抑郁症，其配偶患抑郁症的几率可高达50%。

在生活中，虽然更多的男性没有发展到抑郁症的程度，但也会出现不同程度的紧张、焦躁等情况，出现这种情况，心理调整很关键。新爸爸也要学会多和家人，尤其是妻子沟通，疏导不良情绪。但如果症状严重，就一定要去正规医院就医了。

本报记者 阎韵竹

暗示，可以通过自我鼓励和自我实现的途径，走出抑郁的阴霾。

### 相关链接

### 产后抑郁的判断标准

产后抑郁症的诊断至今无统一的判断标准，目前应用较多的是美国精神病学会在《精神疾病的诊断与统计》(1994年)中制定的：具备下列症状的5条或5条以上，必须具有1或2条，且持续2周以上，患者自感痛苦或患者的社会功能已经受到严重影响，就表明已经患上了产后抑郁症。

- 1. 情绪抑郁。
- 2. 对全部或者多数活动明显缺乏兴趣或愉悦。
- 3. 体重显著下降或者增加。
- 4. 失眠或者睡眠过度。
- 5. 精神运动性兴奋或阻滞。
- 6. 疲劳或乏力。
- 7. 遇事皆感毫无意义或自罪感。
- 8. 思维力减退或注意力涣散。
- 9. 反复出现死亡或自杀的想法。

(阎韵竹)