

我帮你

为人民服务

民生服务

08

2019年1月4日

星期五

2382258

主编：廖晓梅

责编：杜晓辉

是生理疾病？还是心理疾病？

“心闷”困扰我10余年了

心理专家：建议对孩子们适度放手

“我这种状况持续10多年了，总感觉心闷、心慌，透不过气。”近日，市民兰女士来到本报心理咨询办公室称，她是《达州晚报》的忠实粉丝，晚报已然是她的生活必需品。看到晚报“心理课堂”栏目为市民排解各类心理困扰，她想找心理咨询师排解自己的“心闷”问题。



心慌
心闷
心难受

“心闷”10余年实在难受

今年55岁的兰女士育有两个孩子，两个孩子的年龄相差十几岁，大女儿已结婚生子，小女儿还在上中学。她40多岁就退休照顾孩子。

“2008年5月的一天，我在家看晚报，拿报纸的手突然抖个不停，心里也闷得慌。到医院检查，也没查出什么毛病。没几天‘5·12’地震来了，我在家感觉整栋楼摇晃得特别厉害，人在屋里晕得不得了，当时我的心跳也很厉害。”兰女士说。

自那以后，兰女士每天都感觉心跳很快，甚至都能听到自己的心跳声，在家里也呆不住。特别是一个人的时候，她觉得心慌气短，感觉屋里很闷，要么打开所有门窗，要么找点事做起来分散注意力，缓解心闷的

感觉。

兰女士每年都会到医院检查，每次都会检查心脏，医生看过检查单都说没生病，心脏也很好。

当问及孩子和家人的情况时，兰女士长叹了一口气说，“大女儿有自己的事业，但人在外地，离婚后一个人带着孩子过，她始终不愿意回来。小女儿正处于叛逆期，老公对小女儿要求很高，可小女儿有自己的主见，父女一见面就吵架。后来，小女儿干脆住校，一周回来一次，我就更加清闲了。实在无聊，就到朋友店里打工，早出晚归。”兰女士称，她觉得生活很充实，但每天还是觉得心慌、心闷、心跳加速，甚至觉得“病情”越来越严重。

建议对孩子们适度放手

达州市心理咨询协会蒲晓凤女士称，建议兰女士夫妻要学习如何对孩子的问题适度放手。可以给孩子适度引导与建议，但不要过度干涉孩子处理问题的方式；要尊重孩子，不要总是以家长自居，多鼓励与支持孩子积极的一面；对于孩子出现的问题，应及时提出建议，切记不可过于强势，让孩子有充分的成长空间。同时，要意识到，许多疾病的发生与个体心理素质有极大的关系。

夫妻是大家庭的第一关系，提升夫妻心理素质，放松心情，经营好自己的小家庭，让其充盈阳光与温暖，这样才能给予孩子们安全感与归宿感，家才能成为吸引孩

子们回归的乐园。

□本报记者 杨秀琴

晚报心理咨询热线 2382258

每周五晚
聆听您的声音

心理课堂

每周五 19:00—21:00，可拨打热线或到本报308室倾诉。



40岁以上人群

应尽早做肺结节CT筛查

近日，达川区人民医院医学影像科与胸外科合作，发现一例早期肺癌患者，并实施微创手术。目前，幸运的罗先生(化名)已顺利康复。

“治愈早期的肺结节患者，其实并不稀奇，关键是发现和作出准确的判断最为重要。”该院手术医生于主任介绍。据悉，罗先生因胸痛胸闷(无咳嗽咳痰)到该院做冠脉CT造影检查，在进行胸部CT平扫时，发现肺部有约1公分结节。影像医生高度怀疑早期肺癌，并立即导入人工智能软件测试，提示恶性率99%。

“要开胸？”一想到要在胸口开一条长长的口子，罗先生犹豫了。于主任耐心告知，将为他行胸腔镜微创术。只需借助2-4个小小的“迷你”切口，就能成功剔除病灶，创伤小，疼痛轻，恢复快，罗先生和家人商量后同意手术。术中，胸外科手术团队精诚协作，凭借熟练操作，手术非常成功。标本术后病检提示早期肺腺癌，周围肺野及局部淋巴结未发生转移。

据悉，该院自2018年初组建肺结节MDT团队以来，已成功运用人工智能软件筛查出数十个恶性肺结节，并给予肺结节患者手术治疗，还定期随访的合理意见。

该院专家建议，“烟龄”超20年、每天吸烟或吸“二手烟”超20支、年龄40岁以上，以及胸痛、咳嗽、消瘦、体重下降、不明原因痰中带血等人群，应尽快做肺结节低剂量CT筛查，争取早发现、早诊断、早治疗。

广告

□黄欢 黄跃军

为人民服务

请拨打民生热线 2382258

我想结婚啦

男，年龄53岁，身高168厘米，体重70公斤，离异。在达州一家事业单位工作，居住西外。个性成熟稳重，空闲时喜欢和家人在一起，或和朋友聚会等。

欲寻一位年龄40多岁，形象气质较好，通情达理，爱家的女性携手余生。

请有意者拨打2382258，确认你的眼神，非诚勿扰。

失物招领台

向朝中(男，住宣汉县南坝镇龙门村)，你的身份证被市民捡到，已交到达州晚报市民热线办公室；

刘太兵(男，住开江县普安镇罗山槽村)，你的身份证被市民捡到，已交到达州晚报市民热线办公室。

请见到信息后，尽快到本报市民热线办公室(308)领取。

□本报记者 杨秀琴 采访整理

我帮你打听

市民：我和丈夫结婚5年了，因孩子的出生和家庭琐事，我们的矛盾日益突出。孩子1岁时，丈夫因公经常在成都居住，偶尔回家，没住两天又走了，我们几乎处于分居状态。我们这种聚少离多的夫妇能否起诉离婚？

律师：据法律规定，“因感情不和分居满两年”为法定准予离婚的条件。其次，夫妻双方分居的前提必须是因为感情不和；分居时间必须是年满2年。当然，即使符合以上离婚法定条件，也只能通过诉讼离婚或者是协议离婚。也就是说，分居满2年只是判断感情是否破裂的一个方面，是人民法院判决夫妻感情是否破裂的法定依据之一，最后认定还需结合证据进行综合判断。

本报特推出免费便民信息专栏——“为人民服务”，“知民意、解民忧、帮民难、促民富、得民心”，全心全意帮助老百姓解决生活中的实际问题和困难。
重要的事情说三遍：所有信息，**免费！免费！免费！**
我们的宗旨：全心全意为人民服务！