



探望“肝硬化”堂哥后 他也“肝疼”

原来这名男子患了“疑病症”，是心理疾病的一种；今天是世界精神卫生日，专家提醒，出现身心异常要及时寻求帮助

N海都记者
林宝珍

今年40岁的福州市民刘先生(化名),近半年来很痛苦,因为他只要想起什么病,第二天身体就会出现该病特有的症状。尽管他到处求医,但都没有效果。日前,他到福建省级机关医院双心门诊咨询,被确诊为“疑病症”——轻性精神疾病中的一种,常伴有焦虑或抑郁状态。

10月10日是“世界精神卫生日”,今年的主题为“营造良好环境,共助心理健康”。专家提醒,当出现身心异常时,要及时寻找专科医生帮助。

听说别人得病 他也出现相应症状

据介绍,刘先生的“病”,最初缘于今年春节期间回老家探亲时,听说两个30多岁的邻居都不幸得了肠癌,他感到很震惊,为邻居的不幸遭遇叹息不已。刚好那时他有点便血,于是极为紧张,担心自己是不是也得了

肠道肿瘤。紧接着,他就出现了“腹痛”症状,直到去医院做了胃肠镜,排除了肿瘤,明确是痔疮出血后,腹痛才消失。

不久,刘先生去探望“肝硬化”术后的堂哥,看到堂哥骨瘦如柴,他唏嘘不已。第二天,他就自觉“肝

区”疼痛,去医院查了B超及肿瘤指标均正常后,“肝疼”才消失。

最近,刘先生又“犯病”了:听说叔父冠心病住院,他一喝水就感到心悸、心前区疼痛,为此他睡眠不佳、食欲不振,痛苦不已。

反复出现身体不适 检查却未见异常

在省级机关医院双心门诊,心内科副主任医师兼国家二级心理咨询师林建珍为刘先生安排了心电图、心脏彩超等检查,结合既往检查,排除心脏及消化系统器质性疾病;而心理测评则提示“中度焦虑”“轻度抑郁”。结合刘先生身体多处反复出现不适,但医学检查未见明显异常的情况,林医生考虑其为“疑病症”。

林建珍副主任医师介绍,疑病症又称疑病性

神经症,是指患者担心或怀疑自己患有多种或多种严重躯体疾病的持久先入观念,然后就出现躯体症状,虽经医学检查阴性,和医生解释也不能打消顾虑,或者症状此起彼伏。“是轻性精神疾病中的一种,患者常伴有焦虑或抑郁。”林医师说,“疑病症”多见于性格内向、敏感、多疑、主观、固执、对身体过分关注的人群。

在进一步心理咨询中,林建珍了解到,刘先生比较内向,几乎没有朋友,

平时生活比较单调。以前,他的生活重心都在儿子身上,儿子上高中寄宿后,他突然清闲下来。

结合刘先生的情况,由多学科(精神科医师、心理咨询师、心内科医师、专科护士)组成的“双心门诊”团队,给他开出包括认知行为治疗、支持性心理治疗、药物辅助(改善焦虑症状),以及运动疗法(改善不良情绪、增强信心)等的综合治疗处方,目前刘老师的疑病症状明显改善。



建隆/漫画

□小贴士

如何预防不良情绪?

林建珍副主任医师介绍,随着社会节奏加快,以及自身精力的下降,中老年人往往易出现焦虑感,同时更经常接触周边各种重病的信息,中老年人容易出现类似疑病症的心理疾病。那么,在日常生活中如何预防呢?他提出几点建议:

1. 每年定期体检 避免自我“盲目处理”及放大内向顾虑。
2. 远离“负面事件” 对于内心敏感人群,生活中尽量少接触负面事件,避免“触景生情”,诱发“自我投射”出现各种躯体症状。
3. 坚持有氧运动 每周150分钟中等强度有氧运动可以改善各种不良情绪障碍和躯体化症状,同时增强身体和心理素质。
4. 规律生活作息 平时要劳逸结合,避免加班熬夜,减少电子产品接触时间,多参加户外活动,减少工作压力。

体彩开奖公告			
中国体育彩票7星彩第22115期开奖公告		中国体育彩票福建31选7附加第22268期开奖公告	
开奖日期:2022年10月9日		开奖日期:2022年10月9日	
本期开奖号码:18 2 3 4 5 0+13		本期开奖号码:04+07+09+16+18+19+21 29	
本期出球顺序:18 2 3 4 5 0+13		本期出球顺序:07+19+18+21+16+04+09 29	
奖级	中奖注数	单注奖金	应派奖金合计
一等奖	0注	—	0元
二等奖	7注	77166元	540162元
三等奖	22注	3000元	66000元
四等奖	679注	500元	339500元
五等奖	15147注	30元	454410元
六等奖	409859注	5元	2049295元
合计	425714注	—	3449367元
本期全国销售金额:16960958元			
296655172.55元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
开奖信息查询网站:https://www.lottery.gov.cn			
中国体育彩票福建31选7第22268期开奖公告		中国体育彩票福建22选5第22268期开奖公告	
开奖日期:2022年10月9日		开奖日期:2022年10月9日	
本期开奖号码:04+07+09+16+18+19+21 29		本期开奖号码:01+05+13+17+22	
本期出球顺序:07+19+18+21+16+04+09 29		本期出球顺序:17+22+13+05+01	
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
一等奖	0注	0元	
二等奖	0注	0元	
三等奖	17注	1200元	
四等奖	67注	200元	
五等奖	2425注	20元	
六等奖	23427注	6元	
本期销售金额:1100284元。			
1078599.52元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	
特等奖	1注	34533元	
一等奖	123注	50元	
二等奖	2370注	6元	
本期销售金额:112048元。			
本期特等奖出自:南平3507050461门店(1注)。			
0.00元奖金滚入下期奖池。			
本期兑奖截止日为2022年12月8日,逾期作弃奖处理。			
第22269期开奖时间:2022年10月9日20:10:00。止售时间:2022年10月10日20:00:00。			
奖级	本地中奖注数	单注奖金	