

知名歌手李玟因抑郁症离世, 年仅48岁

明明看着很乐观, 为何会得抑郁症?

前晚, 歌手李玟的姐姐李思林在社交媒体发文, 证实年仅48岁的李玟离世。李思林披露的死因也令人痛心: “CoCo于数年前不幸患上了抑郁症, 经过长时间与病魔抗争, 可惜近日病情急转直下, 于7月2日在家中轻生, 送院后一直昏迷, 经医院团队努力抢救及治疗, 最终于7月5日返魂乏术, 与世长辞。”

李玟因为抑郁症去世的消息震惊了很多, 不少网友表示难以接受, “明明那么阳光乐观的一个人, 怎么会得抑郁症呢?”

□数说

我国有9500万人患抑郁症

据世界卫生组织(WHO)统计, 全球约10亿人正在遭受精神障碍困扰。中国精神卫生调查显示, 我国成人抑郁障碍终生患病率为6.8%, 其中抑郁症为3.4%, 目前我国患抑郁症人数9500万, 每年大约有28万人轻生, 其中40%患有抑郁症。

杭州25岁女“网红”, 重度抑郁轻生

击引起的反应性抑郁形成鲜明的对比。微笑型抑郁体现的是在别人面前微笑, 而内心可能是抑郁痛苦。”

谭忠林说, “千万不要觉得这种抑郁少见, 其实离我们很近。”

昨日上午, 浙江医院三墩院区急诊科接诊了一名因服用大量安眠药出现昏迷症状的女性。

据悉, 该女子叫小英

(化名), 今年25岁, 是杭州一名主播, 在“圈内”是小有名气的“网红”。5年前, 小英第一次尝试轻生, 被家人及时发现并送医, 被确诊为重度抑郁症。

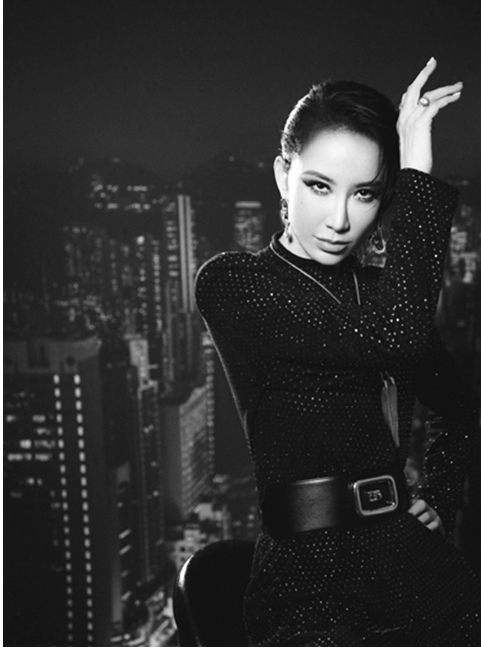
“别看她主播的工作光鲜亮丽, 其实工作压力是蛮大的, 几乎每天工作到凌晨, 常年的夜班工作压力也是加重她病情的因素之一。”浙江医院精神卫生科

王磊医师说。

“小英平常给我们的印象是一个十分开朗的女孩, 真的体会不到她内心有多挣扎。”小英的朋友小李(化名)说道。

王磊表示, 根据朋友的描述, 可以初步判断小英和李玟一样, 都属于“微笑型抑郁症”。

经过抢救, 小英目前已暂无生命危险。



歌手李玟

如何正确帮助 安慰抑郁症患者?

- 1. 多理解**
让抑郁症患者获得尊重和正在被尝试理解的感觉很重要。他们的很多痛苦不为人知, 也很难一次性表达清楚, 要不断地尝试多理解他们。
- 2. 多倾听**
倾听对抑郁症患者最重要。倾听过后, 我们最好不加评价、不加分析、不加指责。
- 3. 多关心**
抑郁症患者通常很脆弱, 需要被关心和爱护。
- 4. 多配合**
在患者需要独处时, 我们给予一些空间和自由; 在患者哭泣和发泄时, 我们给予陪伴, 允许他在不伤害自己的限度内发泄。
- 5. 不盲目建议、鼓励和督促**
抑郁症患者处于疾病的状态下, 承受力和对外界的敏感度异于日常状态, 各类微小的事情都会带给他们压力和崩溃感。不应强行带患者运动、聚会、旅行、读书及尝试各类网上查阅到的治疗方法和调整方式。
- 6. 不指责**
抑郁症患者最害怕被贴上不努力、不负责、不认真、不坚持等标签。
- 7. 不询问原因**
不要直接问“为什么大家都有压力, 就你脆弱, 就你生病”。抑郁症是一种病因复杂的疾病, 我们无法选择自己是否要患病。
- 8. 找专业医生做依靠**
专业的精神心理科医生会根据患者的疾病状态, 判断患者是否需要药物干预、目前最该做的和最不该做的事情等, 并给出相关治疗方案。

李玟离世最让人震惊的是, 在很多人的印象中, 她性格开朗, 甚至离世前, 发给粉丝的语音中, 都是鼓励和正能量的言语。

对此, 浙大邵逸夫医院精神卫生科李一飞提及, 在抑郁症中有一种情况被称为“微笑抑郁症”: 患者平时看起来没有异常, 甚至性格

开朗活泼, 乐于和人交流, 但实际上已经是抑郁症了。

不过, 浙江省立同德医院身心二科主任马永春表示, 根据现有的信息, 也很难判断李玟是微笑型抑郁。“我们看到的都是她在镜头前和舞台上的表现, 真正清楚她状态的应该是她身边的人。”

谭忠林说, 从临床上来

看, 某些人群更容易患微笑型抑郁。这些人群往往非常重视在他人面前的形象, 有情绪问题不想让外人知道, 也不愿意求助医生, 延误了治疗。

中国人民大学管理心理学博士杨柠认为, 具体如何应对抑郁症, 方法有很多, 也要结合症状的程度、

病程和一些个体因素等方面来考虑。

从宏观层面上看, 做好抑郁症等心理健康知识的普及, 增加社会心理服务资源供给, 甚至考虑将相关治疗纳入医保范围, 都是值得探索的方向。而这些努力的目的, 都是为了“看见”抑郁症。

许多人对抑郁症存在误解

误解一 抑郁症就是心情不好

浙江医院精神卫生科主任吴万振副主任医师介绍, 抑郁是一种情绪反应, 心理学研究表明: 抑郁可以对人的身体造成不良刺激, 但抑郁往往具有一过性, 当生活中的压力减轻时, 抑郁可以自行缓解、消失。

抑郁症是一种精神疾病。如果一个人的情绪长期

低落, 注意力无法集中, 记忆力衰退, 夜夜失眠, 每天早上无精打采、昏昏欲睡; 在没有进行重体力劳动的情况下, 却经常感觉疲倦、乏力等不适感; 经常无缘无故地哭泣, 经常感到伤心、悲哀、紧张、恐惧, 认为自己是一个失败者; 经常感到力不从心, 感到自己事事不如他人, 讨厌自己做过的每一件事情, 认为自己什么也做不好; 对朋友、家人、恋爱丧失兴趣, 那么, 他

(她)就很可能患上了抑郁症。

误解二 抑郁症无法治愈

抑郁症永远也不会好? 它是一种常见病, 被称为“心理疾患中的感冒”, 它和平常的感冒一样可以被治愈。

对中度以上抑郁发作的患者主要采用药物治疗, 对有明显心理社会因素作用的抑郁发作患者, 在药物治疗

体彩开奖公告

中国体育彩票福建36选7第23075期开奖公告

开奖日期: 2023年7月6日

本期开奖号码: 16+21+22+24+29+30+36 11

本期出球顺序: 16+30+21+29+22+36+24 11

奖级	本地中奖注数	单注奖金
特等奖	0注	0元
一等奖	0注	0元
二等奖	2注	14066元
三等奖	29注	500元
四等奖	349注	50元
五等奖	609注	20元
六等奖	11129注	6元
幸运奖	0注	0元

本期销售金额: 784468元
61959612元奖金滚入下期奖池。

本期兑奖截止日为2023年9月4日, 逾期作弃奖处理。
第23076期开奖时间: 2023年7月6日20:10:00。 止售时间: 2023年7月8日20:00:00。

中国体育彩票福建31选7第23177期开奖公告

开奖日期: 2023年7月6日

本期开奖号码: 05+06+08+12+14

本期出球顺序: 14+12+05+08+06

奖级	本地中奖注数	单注奖金
特等奖	0注	0元
一等奖	192注	50元
二等奖	3202注	6元

本期销售金额: 1313102元。
本期一等奖出自: 南平3507051001门店(1注)。
55635元奖金滚入下期奖池。

本期兑奖截止日为2023年9月4日, 逾期作弃奖处理。
第23178期开奖时间: 2023年7月6日20:10:00。 止售时间: 2023年7月7日20:00:00。

中国体育彩票福建22选5第23177期开奖公告

开奖日期: 2023年7月6日

本期开奖号码: 05+06+08+12+14

本期出球顺序: 14+12+05+08+06

奖级	本地中奖注数	单注奖金
特等奖	0注	0元
一等奖	192注	50元
二等奖	3202注	6元

本期销售金额: 106024元。
2313976元奖金滚入下期奖池。

本期兑奖截止日为2023年9月4日, 逾期作弃奖处理。
第23178期开奖时间: 2023年7月6日20:10:00。 止售时间: 2023年7月7日20:00:00。

中国体育彩票排列3(福建省)第23177期开奖公告

开奖日期: 2023年7月6日

本期开奖号码: 7 0 9

本期开奖号码: 7 0 9

投注方式	全国中奖注数	本地中奖注数	单注奖金
直选	32476注	372注	1040元
组选三	1013注	101注	346元
组选六	28177注	337注	173元

本期全国销售金额: 208664970元。
143391730.52元奖金滚入下期奖池。

本期兑奖截止日为2023年9月4日, 逾期作弃奖处理。
第23178期开奖时间: 2023年7月6日20:10:00。 止售时间: 2023年7月7日20:00:00。

海峡都市报

分类广告

2023年7月7日

0591-87811583

招租

东街口闽辉大厦

部分店面、写字楼招租

电话: 13950363922, 13799989800

仓库 厂房

青口仓储 3500 平方每平方 12 元,

联系电话: 15505911237 李

收购 邮票

诚信收购邮票, 纪念钞等 13400577737

白蚁防治

白蚁专线★87601116

声明公告

李红不慎遗失中国人民解放军文职人员证, 证号: 文字第 2020BG0522822 号, 特此声明作废。

无拖欠农民工工资公示

由厦门中联永亨建设集团有限公司承建的福建邮政广场第2标段(施工)项目已于2020年1月20日竣工验收, 工程已按时足额支付农民工工资, 如有疑异, 请在本公告之日起30日内拨打监督电话: 1、企业劳务负责人电话: 0592-8061565, 2、鼓楼区劳动保障监察大队电话 0591-87710583

厦门中联永亨建设集团有限公司 2023年7月7日

漳州市三古文化艺术有限公司遗失电子营业执照一枚, 特此声明作废。

结婚启事

新郎王睿与新娘汤冰冰于公历 2023年07月07日正式结为夫妇。 特此登报, 敬告亲友, 亦作留念。

拍卖公告

受委托, 本公司定于2023年7月18日10时在中国拍卖平台(https://paimai.caa123.org.cn)公开拍卖: 福建邵武科踏高纯石墨有限公司的废旧物资一批, 拍卖成交后重量以实际过磅为准。本次拍卖标的价格按成交价与评估总价计算出总溢价率, 再以实际过磅重量计算出实际结算价格。参考价6.55万元, 竞买保证金2万元。有意竞买者请于7月17日17时前缴纳竞买保证金2万元(以到账为准)并办妥竞买登记手续, 逾期不予办理。 看样时间: 即日起至2023年7月17日, 看样地点: 标的物所在地, 联系电话: 0599-6219988、18960646999, 公司地址: 邵武市五一一路104号二、三层201室 福建方圆拍卖有限公司南平分公司 2023年7月7日

公告声明 ● 登报电话: 0591-87811583