

二胎妈妈生完孩子以后 极度的疲劳+自责,健康出了大问题

极度的疲劳+自责 她的眼睛出了大问题

“那天,我看完前一个病人叫了下一个病人的号,看见一位年纪大的妇女搀着一位中年女子走进来,奇怪的是中年女子双眼紧闭,一边走还用手在前面摸排障碍,我一度还以为她是位盲人,后来仔细问诊了才知道其中的缘由。”徐莲莲医生说。

俞秀今年36岁,第一胎生了个女儿,已经有5岁。但全家人“重男轻女”的思想

根深蒂固,她总是暗暗跟自己较劲:“别人能生出儿子,我也可以。”终于,一年多前,她顺利生下二胎,如愿以偿是个儿子。

然而,好景不长,小宝宝被检查出患有先天性心脏病,要等孩子长大点才能手术。可怜的俞秀好像一下子从天堂掉进了地狱,并陷入深深的自责当中。

此时,老公还在外面忙着赚钱养家,而婆婆也有忙不完的家务,她就独自一人承担起了照顾小宝的重任。

月龄小的孩子本来晚上醒来的次数就多,再加上小宝的身体又不好,起夜就变得更加的频繁。她经常是刚睡着就得醒来,毫无睡眠质量可言,精神状态也是日

渐萎靡。

一段时间之后,她开始觉得眼睛酸涩,起初以为是劳累所致,休息几天就会好的,没想到情况越来越严重,从酸到干再到完全睁不开眼。

因为眼睛的问题,她没办法继续照顾小宝了,一个人躲在房间里也不敢出门,怕人家笑话她是个废人;也因为眼睛的问题,她多次与婆婆争吵,矛盾就在于,她坚持要把眼睛治好,而婆婆认为这只是小毛病,不看也没什么关系。

就这样,她在家里闭着眼睛生活了半年。之后,还是母亲心疼女儿,领着她到杭州市七医院试试。

“爱是女人的氧气,缺少了它,女人就会窒息。”国际知名的婚姻问题专家爱默生·艾格里奇(Emerson Eggerichs)在他的书中如此写道。

确实,女人生来最需要的就是爱,如果严重缺爱的话,还会影响到她们的健康。来听听杭州市七医院心理科的徐莲莲医生跟大家分享的诊疗故事,或许你会有很多的共鸣。

今天是俞秀(化名)出院回家的日子,离开前她与相处了两个多月的病友们一一道别:“我已经好起来了,你们也很快就能回家的。”看着她如今安慰人的这副架势,谁也想象不到她入院前的样子。

性格好强+坏情绪憋着 容易得抑郁症

“我相信她眼睛确实有不舒服,但肯定不至于到连灯光都怕而不能睁开。从问诊及相关检查的情况来看,她应该是得了非常严重的抑郁症。所以,重点要解决的还是心理的问题。”徐莲莲医生说。

俞秀是一个性格好强的女人,头胎没生儿子,她心里已经憋着不爽,好不容易二胎生了儿子,却有严重的先天疾病,她的心里就像是吃了黄连一样苦。但要强的个性决定了她希望把所有的事情都自己扛起来,所以再苦她都往肚子里咽。坏情绪就这样憋着,转而表现为眼睛不适这样的躯体

症状。

当然,这里讲到的只是俞秀个人的原因,她之所以会抑郁,其实家人也脱不了干系。当她头胎生女儿的时候,家人给予的不是理解而是没生儿子的可惜;当她出现眼睛不适时,家人给予的不是关心而是认为小毛病不用看。在这种缺乏爱的家庭环境当中,令她有了苦楚也没地方诉说,最后就导致疾病日渐加重。

徐莲莲医生说,女性在产后激素水平快速变化,情绪本身就易波动,易发生产后抑郁。加之俞秀又遭遇小宝患有重

病,心情就变得越加糟糕。此时若有家人的关爱,就有希望帮她走出灰暗,但她又恰恰很缺家人的关爱,这样的人就彻底崩溃了。

对于女人来说,爱真的是生命中不可或缺。徐莲莲医生曾经在住院的女性抑郁症患者中做过调查,发现有七成是离异、丧偶或是刚刚经历亲人故去的,可见缺爱真会影响健康。所以,记者特别认真地跟男人们说一句:“请一定要好好爱你身边的女人!”

钱江晚报 何丽娜 通讯员 徐康

杭州一对中年夫妻半夜不睡觉反复做一件事 只因得了一种被大家都忽视的病

到底经受了怎样的折磨才会变成这样?陪同来的老吴妻子道出了其中原委。

十多年前,老吴开始感觉到双腿酸、麻、胀痛,因为他是从事建议行业的,平时经常出差,抽烟和喝酒都比较凶,所以他起初以为是烟酒所致,也就没怎么在意,只是有意识地减少烟酒的摄入量。

不料,他得的这病根本就不是这么回事,过了一段时间后,病症开始加重,而且还呈现出一个明显的规律,就是活动的时候能缓解,可一安静下来就会加重,于是晚上就成了一夜中他最难熬的时间。

前一刻还睡得好好的,突然就因双腿的酸、麻、胀痛而惊醒,一定要按摩、捶打好一会才能缓解。据老吴自己说,那种难受的感觉就好像腿上有上万只蚂蚁在爬和咬一样。开始一晚上惊醒两三次就好,后来增加到七八次,最后甚至进展到每晚8小时的卧床时间,他起码有5小时不能睡觉。

当然,旁边的妻子自然也是没办法好

好睡觉的,开始她只是经常被老吴吵醒,后来老吴一个人按摩、捶腿吃长时间吃不消,夫妻俩就轮流干这事。所以,在就诊时,她的情绪也显得非常焦虑。

究竟是什么怪病在折磨这对中年夫妻?十多年来,他们也跑了很多医院,找过多位专家,但问题并没有得到解决。

比如,他们先是找了当地一位有名的中医,老中医经过一番望、闻、问、切之后,认为他的问题是肾亏,给他开了中药做调理,并嘱咐他要少活动,尤其是要少房事。结果他照着调了一年多,病情反而加重。

之后,他们也去找过神经科的专家,用了营养神经的药无效。找了精神科医生,用了镇静、安眠的药也是无效。

直到不久前因睡眠不好找到刘义医生,并建议他留院做了一个多导睡眠监测,在腿部肌电一项中发现,在睡眠状态下他的腿老是不自主的在动,这让他联想到了一种名叫“不安腿综合征”的疾病。

刘义医生说:“这种有原发与继发之分,原发的与大脑中的多巴胺系统不稳定相关,而继发的与铁离子缺乏及肾透析等多种用药有关,问诊后发现继发的危险因素,所以考虑是原发性,用了影响多巴胺的药,效果真可以说是立竿见影。”

而说到不安腿综合征,虽然大家觉得这个名字比较陌生,但在人群中并不少见,根据美国的一项调查,成年人中不安腿的发生率为7.2%。只是很多人在发生腿部酸、麻、胀痛时以为是普通的身体不适而没重视。刘义医生的建议是,如果你的腿部酸、麻、胀痛在活动后会缓解,但在安静下来时会加重,建议上医院做个多导睡眠监测,看看睡眠状态下的腿动情况,就能明确是不是不安腿在作怪。

钱江晚报 何丽娜 通讯员 徐康