

与老公吵架后 她情绪失控开车撞围墙

这个季节容易得“悲秋”情绪病,怎么预防医生有话说

本报记者 杨渐 谢春晖 通讯员 修琳琳 王智 王建平

季节交替,早晚温差大,人们的情绪容易起伏,一些小事就可能引发情绪失控,做出冲动之举。小龙和小芳两人就是和家人发生争吵,冲动之下做出了出格的行为。所幸,民警及时救助,没有造成不可挽回的后果。



CFP 供图

与母亲闹矛盾,他爬上6楼阳台

9月22日晚上8点左右,白杨派出所接到市民报警,称其朋友小龙与家人闹矛盾,情绪很不稳定,现在人联系不上,担心其出意外。“他之前和妈妈打了通电话,两人大吵了一架,还在电话里表露出了轻生的念头。”

接到报警后,民警立即赶到现场,从其同住的朋友口中得知小龙的近况。“最近他和家人有些矛盾,情绪一直不稳定,整个人挺消极的,喜欢找个角落躲起来。”朋友说,当天晚上小龙和母亲通话后,就一个人出去了,一直到晚上8点多也没回来,“我给他打电话、发微信,一直都没回我,就怕他做傻事。”

了解情况后,民警一边组织小龙的朋友们在附近寻找,一边去调取附近监控查看。由于晚上天色比较暗,监控画面并不清晰,担心漏过关键信息,民警紧盯着屏幕反复查看,最终成功发现了一丝线索。“他之前在附近一

幢6层楼的楼道里出现过。”

有了线索,民警赶赴该楼寻找,最终在6楼天台的角落里找到了小龙。“他蹲的位置很危险,最多只能站两个人,背靠在一堵墙,三面都没有什么防护。”

小龙的情绪有些激动,民警不敢贸然上去,只能站在角落附近与其进行交流。“他还有些消极,我问他什么都没反应,一句话都不说。”在民警的不断安抚和劝说下,小龙的情绪逐渐稳定,慢慢开始有了回应。

“你有什么问题,我们一定会帮你想办法的,千万不要做傻事……”民警一边说,一边向小龙伸出了手,引导他从角落里走出来。民警的真诚和耐心打动了小龙,他终于表示愿意从天台上下来。在众人的合力协助下,小龙成功回到了安全区域,大家也算松了一口气。

与老公吵了一架,她开车撞向围墙

9月26日早上8点半左右,闻潮派出所接警,称一女子开车撞向小区围墙,还坐在车里割腕。

赶到现场后,民警看见车头已被撞得变了形,女子正坐在车内大哭。“她的头部和右臂上有擦伤,左手手腕处还有一道划痕,是用钥匙割的,流了不少血。”见此,民警立即上前,将女子搀扶下车,并联系了120急救车。

询问中,民警得知女子名叫小芳,之所以想不开是因为生活上和工作中的压力比较

大。“她丈夫因为工作原因,常年不在家,两人的关系比较紧张,经常争吵,而在工作上,她的压力也比较大,找不到人倾诉。”当天早上,小芳和老公吵了一架,坐在车里准备去上班时,情绪突然就失控了。

了解了小芳的心结后,民警在去医院的路上,不停地安慰她,还联系了小芳的家人和朋友,一同来劝说。经过大伙的耐心劝说,小芳的情绪稳定了下来,放弃了轻生的念头。

所幸,经过医生检查,小芳身体并无大碍。

新闻+

悲秋情绪病,怎么预防

针对近期各类因心理、情绪问题而发生的事件,省中医院下沙院区的全科医生徐素美分析:“每到秋季,忽冷忽热的气温,阴霾的天气再加上绵绵秋雨和萧瑟的秋景,很容易让人进入抑郁、焦躁的情绪之中。”徐医生告诉记者,秋季是一年中情绪波动较大的季节。如果不及时调整情绪,就容易出现“悲秋”的心理状态。

“从中医理论来说,人的五脏与气候是对应的,秋季五脏属肺,相对应的情绪就是忧和悲。”徐医生解释,秋季万木凋零、草叶枯落,再加上现代人繁重的生活压力,很容易让人触景生情,生出凄凉、忧郁之感。此外,秋

季干燥、寒冷的天气也会让人的各项机能随之下降,这时各类“情绪病”就容易发生。

“这时提前进行心理、情绪干预和调整就显得十分重要。”一般情况下,秋季的心理问题可以通过自身的调节得到缓解。“体育锻炼能使人体产生一系列的化学变化和生理变化。”徐医生告诉记者,譬如户外慢跑、登山,在家中可以进行瑜伽、拉伸等运动。

此外,在这个季节里如果遇到不顺心的事或是有解不开的心结,一定要学会向身边亲密的人倾诉,“把心里的不快快都说出来。”徐医生建议,情绪不太稳定的人群可适当参加一些人际交流活动。

大一新生粗心丢行李 热心的哥帮忙寻回

“师傅,我的行李箱忘在一辆出租车上了,你能帮我找一下吗?”9月24日晚上,下沙出租车的哥张永超师傅刚把一位乘客送到杭州师范大学生活区门口正准备离开。一名女孩敲开了张师傅的车窗。

原来,就在五六分钟前,这名女孩把一个行李箱落在了另一辆出租车上。“我下车的时候,接了一个电话,就把行李箱给忘了。等我反应过来,已经找不到那辆出租车了。”女孩子焦急地说。

“你别着急,我帮你一起找吧。”一听女孩子丢了行李,热心的张师傅停下了车,开始帮女孩子想办法。“你能不能想起那辆出租车的车牌号?或者有没有拿发票?”在张师傅的提醒下,女孩子才想起来,自己是通过支付宝付的车款。在张师傅的指点下,女孩子把付款记录指给张师傅看。

“这不是万师傅的头像吗?”在付款记录里张师傅发现,女孩子乘坐的是同一车队的另一名的哥万师傅。这下就好办了,他赶紧联系车队长找到了万师傅。此时,万师傅已经在文海南路地铁站候客了。“我送你去地铁站拿行李吧!”张师傅看到女孩身边并没有随行同伴,晚上前往地铁站取行李也并不是很方便,就主动提出免费送女孩前往地铁站。

在地铁站里,女孩子顺利拿到了遗失的行李,脸上也终于露出了笑容。她对张师傅说,自己是大一新生,刚来学校不久,幸亏遇到热心的张师傅才能这么快找回行李。

本报提醒:国庆假期临近,出行时一定要留意身边的贵重物品,不要将行李等遗忘在公共场所或公共交通设施上。

本报记者 谢春晖 通讯员 倪丽萍