

疑为“心脏病”，原是焦虑症

□ 记者 朱娜

一名患者1周内“心脏病”发作3次，但她的心脏并未出现异常，接二连三被送往医院，患者被这奇怪的“心脏病”折腾得不轻。

魏女士今年52岁，是我市某单位的一名中层干部。两个月前的一天，她正在与同事谈工作，忽然感到一阵心慌，胸口像压了一块石头一样，闷得喘不上来气，她只好张大嘴呼吸。同事见状立刻拨打了120急救电话，医务人员迅速将魏女士送往医院。同事们都为魏女士担心不已，没想到两个小时后，魏女士却安然无恙地回到了单位。这令大家很奇怪，明明看起来是那么严重的疾病，怎么一转眼就好了呢？原来，魏女士到医院20分钟后就恢复了常态，虽然她坚持称自己肯定是得了心脏病，否则不会出现“快活不成了”的状态，并要求医生为她用治疗心脏病的药物，但是经过详细检查，确实没有发现其心脏和身体有何异常。更让人意想不到的事情还在后面呢！



绘图 仁伟

刚过了一天，魏女士的“心脏病”再次发作，救护车迅速将她送往医院，同样没有发现任何异常。事隔两天，她的“心脏病”第三次发作了。当医生告知魏女士她并没有患心脏病，并建议她到精神科看病时，她怒火

冲天地说：“我都快活不成了，你们的水平不中，才检查不出我的病！”

在家人的劝阻下，魏女士来到河南洛阳荣康医院看病。魏女士对该院主任医师任朝晖说：“我最近脾气特别不好，经常因

为一点小事就吵架、发脾气，动不动就出汗，经常大汗淋漓。我真的有心脏病，但医生就检查不出来，我快痛苦死了。”任朝晖通过检查，进一步确认魏女士没有患上心脏病，但她患上了惊恐发作症。任朝晖说，此病属于焦虑症的一种，多发于中年女性，近段时间，该院已经接诊了10余名女性患者。许多女性患此病时，都是先检查心脏，而忽略了精神方面的问题。该病的主要表现症状有急躁、精神高度紧张、发作时会出现濒死感，但很快就能恢复常态，同时伴有哮喘和大汗淋漓的现象。在为患者进行药物治疗的同时，要对其进行心理治疗，要让患者明白，症状并不是疾病导致，而是由自身过度紧张和焦虑引起的。

起初，魏女士对任朝晖所讲的半信半疑，并不太配合治疗。但在她服药一周内，“心脏病”再也没有发作过。此时，她才相信自己的问题是由精神紧张造成的。此后，魏女士经过治疗，病情已经得到控制。

老年人需要有“话伴儿”

□ 记者 李永高

俗话说“树老根多，人老话多”。不过，有关专家认为，让老人有话痛快说，能延缓衰老，有利于其心理及心脑血管健康。

人们一直认为，爱唠叨、喋喋不休是老年人心理与生理功能退化的表现。近日，中国中医科学院李跃华教授则表示，人老话多并非坏事，它可以“激活”大脑皮层，起到延缓大脑衰老的作用，在某种程度上能帮助人们延长寿命。

河南科技大学第一附属医院神经内科的主任医师王德清指出，人说话的过程不仅是思维的过程，也是齿、舌、咽、喉、心、肺等多个器官协调配合、综合运动的过程，可增加

大脑皮层活力，预防大脑早衰和老年痴呆症等心脑血管疾病。

为什么许多丧偶老人寿命短？这和他们没有“话伴儿”有很大关系。

“老人唠叨是好事，可释放其心理压力。”据资深心理咨询师张素霞介绍，语言是释放心理压力不可或缺的因素，说话的过程就是宣泄情绪的过程，老人随着生活圈子的缩小，加上一些老朋友的离开会让他们对衰老有恐惧感和孤独感。子女多陪老人说说话，有利于激活老人大脑皮层中一些不活跃的部分，通过回忆、唠叨，让他们找到昔日的感觉，回味过去的美好，获得好心情，在满足沟通需求的同时，他们会感

觉年轻人认可了自己的人生经验，也就获得了成就感。

老城区的张兆明先生这样总结“话疗”与健康的关系：话疗真奇妙，防病效果好。一聊消误解，二聊心情好，三聊降血压，四聊肿瘤消。话疗解郁闷，话疗胜百药。日聊三四起，心舒容颜俏……（夫妻）共进和谐餐，经常做话疗。

王德清提醒年轻人，老人唠叨与其经历多、对许多事物有一定预见性有关，他们的唠叨更多的是对后辈的关心。面对老年人的唠叨，年轻人要认识到那是关爱与叮嘱，即使不采纳他们的意见，也应该“心不服而口服”。鼓励老人有话就痛快说，也是尊老爱老的表现。



绘图 仁伟

玩收藏别老想暴富

要捡就捡生活的漏

“捡漏”、“打眼”，近些年成了人人皆知的时髦词，《鉴宝》、《天下收藏》、《收藏中国》……一批鉴宝栏目紧跟潮流纷纷登场，将古董收藏鉴定活动捧得日益红火。全民收藏热里究竟潜藏着怎样的心态呢？北京大学精神卫生研究所中教授、亚洲积极心理研究院首席研究员汪冰带您解读。

“收藏类节目的热播，是民间收藏活动兴盛的一种表现。”丛中表示，收藏行为对人的心理有诸多好处，最主要的有两点：一是陶冶情操、怡情养性。收藏本身就是一种兴趣爱好，能给人带来成就感和愉悦感，起到放松身心、安抚心灵的作用。二是收藏能满足人自我实现的心理，藏品能带给收藏者满足感和价值感，让人觉得为收藏所做的努力

很值得。

不过，现在许多电视节目中涉及的收藏活动，已经偏离了收藏的原本目的，出现了一些不良心态。首先是投机心理。节目中，不少参与者会专门拿着从古玩市场淘来的“宝贝”，请专家鉴定其价格。这些人对物件的文化价值并没有太大兴趣，关注的只是价格，他们参与节目就是期待能够淘到“珍宝”，一夜暴富。

其次是炫耀心理。一些参与节目者，常常抱着自己从拍卖会上巨款买来的文物请专家鉴定，对他们来讲，文物就是为了装点门面，附庸风雅，他们参与节目主要为了标榜身份或炫耀财富。

再次是从众心理。看到电视节目中许多人购买收藏品、收藏市场比较火，于是自己也“随大流”，不管懂不懂，都上来跟

风购买。

汪冰指出，在这些负面心态的驱使下，藏品的艺术价值大大减弱，收藏成了赚钱工具，这会使收藏者过于渴求经济利益，陷入恶性心理循环。

此外，鉴宝类节目还有一个共同点，就是鉴真伪。有的节目甚至将赝品一槌敲碎。这一手段

满足了观众的猎奇心理，吸引不少眼球，但专家表示反对。“感受收藏过程的快乐才是最重要的，藏品的文化内涵远远超过经济价值。”汪冰说，“要捡就捡生活的漏。”从收藏过程中发现文化之美、生活之美，才是正确的收藏心态。

（陈芸）



托住下巴 精力集中

就像罗丹的著名雕塑作品《思想者》一样，很多人陷入沉思的时候，都会无意识地用手托住下巴。实际上，手接触面部的动作不同，背后的心理含义也有所不同，常见的有以下两种。

一是在思考。动作的共同点是人们在无意识地用手固定住头部；有的人用手托下巴，有的人用手抵住上颌，还有的人用手掌或拳头托住半个脸颊，或者用手指紧紧按住额头或太阳穴。这些动作的真正意图是让自己的注意力高度集中，以便全神贯注地思考。与此相反，摇头晃脑、左顾右盼则代表注意力不集中。

因此，演讲的时候，如果听众用手掌或拳头撑住脸颊，那就意味着他们正在聚精会神地听你讲话。约会的时候，如果女孩做出了手托下巴、目不转睛的动作，那就表示她对你很有好感。

二是在掩饰。种种掩面的动作代表想要掩饰自己即将显露出来的表情或行为。比如害羞或尴尬的时候，人们会用双手捂住脸颊来掩饰自己的脸红；想发言又害怕说错话的时候，人们会无意识地把手放在嘴唇上或用手捂住嘴唇，把自己的话“憋回去”。如果你是领导，看到下属捂住嘴唇，那么你就知道，这位下属肯定是有话要讲，这时不妨征求一下他的意见。（张晓）



心理词典

眼见未必为实

一名美国青年曾莫名其妙地被指控强奸而蹲进监狱，11年后才凭借基因检测洗清了冤屈，证明目击者当年辨认罪犯时“看走了眼”。

证人拍胸脯担保的话不可信吗？研究证明，人的记忆存在缺陷和误差，证人提供证词时具有个人倾向性，因此，证人的保证并不能决定证词的准确性。在上述案件中，由于证人见到的罪犯嫌疑人在里并没有真凶，与真凶相似的其他面孔则很容易与留在她脑中的记忆混淆。心理学家珀费可特和豪林斯利用心理测验，把人们对证据的记忆和对一般知识的记忆进行了比较。他们发现，信心不能说明对证据回忆得更准确。

这一心理现象提示我们，对一件事物做出判断前需要多方取证、全面分析，切不可武断行事，如果能找到客观的证据，那才是最可靠的。（刘波）