

梅雨股市双“连阴” 他连自杀的心都有

入梅后，“抑郁体验”者增加两三成

湿润的梅雨天气，本来就会影响到人的情绪，前段时间股市曾出现了“十连阴”的罕见走势，在这两种现象的叠加下，南京脑科医院来了不少“抑郁体验”者。记者昨天从南京脑科医院了解到，入梅之后，因为出现悲观、焦虑、失眠、有自杀倾向等等心理症状而到医院就诊的“心病”患者，比入梅前增多了20%—30%。

梅雨天，股民的心情更低迷

40岁的陈先生就是这样的一名“抑郁体验”者。两年前，在朋友的怂恿下，他进入了股市，两年下来，他买的股票一直没涨，本来就不太愿意买股票的他，连连后悔。前段时间，股市出现了“十连阴”的罕见走势，他所买的股票更是一路下跌。在低迷的股市行情下，他已经亏损了30多万。

入梅后的那几天，他就感觉心慌、胸闷，开始还以为心脏出现了毛病，到医院做了心电图等检查，都没有问题。接下来的几天，他又出现了失眠，而且常常感到悲观、焦虑，有时竟然冒出自杀的念头。是不是有心理障碍了？于是，他就走进了南京脑科医院的心理门诊咨询。

入梅后，“心病”增多两成

南京脑科医院医学心理

科副主任医师陈建国说，陈先生这样的症状属于典型的“抑郁体验”。“抑郁体验”者还没有达到抑郁症的程度，但也相当于一个抑郁症的“准病人”，如果任由其发展下去，就很可能发展成抑郁症。

“入梅之后接诊的这样的病人明显增多，比入梅前增多了两三成。”陈建国说，这些“抑郁体验”者多是三四十岁的中年人，不少人还有炒股的经历。

据介绍，这些人之所以出现这样的“心病”，一是受梅雨天气的影响。空气湿度大、气压低，有些人就会出现情绪和行为异常。另外一个原因是前段时间股市的低迷。梅雨天气本来就严重压抑了人的情绪，再加上股市的“连阴”，一些心理素质较差的股民就出现了“抑郁体验”，出现失眠、焦虑、抑郁、自卑、自闭、嫉妒、疲劳、情

绪失常等心理问题，有些人还可能出现自杀倾向。

不妨多喝点绿茶和白开水

专家介绍，防范梅雨天气中的“抑郁体验”，应增加室内空气流通，减轻工作压力，尽量多吃清淡、易消化的食物，多喝绿茶和白开水；不要睡觉太晚，容易失眠者可尝试睡前喝半杯牛奶或百合莲子龙眼汤；在家也不应只是上网或看电视，长时间的人机对话，会加重抑郁情绪，可以多和亲戚朋友交流，不要把烦恼都闷在心里。另外，可以自己营造优雅舒适的环境，例如放一些自己喜欢的音乐、穿上明亮色彩的衣服、泡个舒服的澡、看本好书等，改善心理环境。

对于股民来说，最近更要注意心理变化。如果出现心理不适，应该及时接受心理疏导。

梅雨与抑郁

梅雨季节空气湿度大、气压低。当湿度增高时，许多人会缺乏自控力，烦躁不安；同时随着气压的降低，人体的血压、血沉、尿量都会随之产生细微的变化。另外，连续阴雨天气阳光少，大大影响了人的生理和心理，有些人出现沮丧、抑郁情绪，抑郁病人则会出现症状恶化。

对于工作压力比较大、长期处于紧张状态的都市人来说，梅雨天气对他们心理、生理上的影响尤为明显。有关研究还发现，湿度上升时，打字员的出错率会增加10倍。梅雨季节有自杀念头的人约比平时多出10%。

小链接

看一看，你是“抑郁体验”者吗

“抑郁体验”者常有无精打采、郁郁寡欢、兴趣下降、产生孤独感、自觉悲观和绝望等感觉。他们往往会向别人诉说“没有精神”“心里难受”等。有的人还会出现躯体症状，比如头痛、胸闷、心慌、食欲减退、腹痛、便秘、出汗、乏力等，但又检查不出器质性疾病。常见人群：30—40岁的炒股者

快报记者 张星

“冬病夏治”开诊

省中医院通过快报征集病人

快报讯(通讯员 冯瑶 记者 安莹)夏季是对各类冬春季好发疾病未病先防的大好季节，即“冬病夏治”，通过中药外治调养，针推按摩、中药内服、中药膏方、饮食药膳等扶助正气，增强抵抗力，到了冬天就可以少发病或基本不发。从即日起，江苏省中医院通过快报向社会征集病人，医院将于7月19日三伏头伏对上述病人进行中药敷贴。

江苏省中医院专家介绍，冬病夏治常采用药物和穴位敷贴相结合的治疗方法，它适用于阳气不足、肺气虚弱及虚寒

疼痛和一些免疫功能低下类的疾病。一些多发于冬季的支气管哮喘、风湿与类风湿性关节炎等疾病，以及儿童反复性呼吸道感染、过敏性哮喘、过敏性鼻炎等，都可以接受中医“冬病夏治”的疗法。

今年，江苏省中医院呼吸科、针灸科、儿科将开设冬病夏治门诊，即日起通过快报向社会征集病人，患有冬春季加重或好发的慢性疾病，如哮喘、老慢支、老寒腿、肩周炎、关节炎、经久不愈的慢性疾病都可来医院登记咨询，免除挂号费。咨询电话：门诊部 86618472

感觉咽喉长东西 总是怀疑得肿瘤

快报讯(通讯员 杜思 记者 张星)感觉咽喉里长了东西，做过喉镜检查咽部正常，尽管医生百般劝说，但仍然怀疑自己得了肿瘤。最近，东南大学附属中大医院门诊连续接诊四名这样的病人，多是没有工作的更年期妇女。

该院耳鼻喉科朱新医生介绍，一名50岁左右的女性患者，丈夫长期在外打工，儿女都已经出嫁，自己在家没有什么事情可做。前不久，她感觉咽喉里有东西，吞咽食物时比较困难，而且还出现了疲乏、头晕、浑身不适等，做过喉镜检查咽部正常，但她坚持自己有病，医生不得已又让她做了食道、胃镜检查，检查结果都是正常的。尽管医生百般劝说，她仍然怀疑自己得了肿瘤。每天在门

诊徘徊，几乎每一名医生都给她诊疗过。一个月下来她明显消瘦，精神萎靡。

据介绍，这样的患者多为更年期女性。由于雌激素水平的降低，内分泌环境改变，植物神经系统功能失调，会表现为疲乏、抑郁、失眠、多疑、头晕、耳鸣等。许多更年期妇女会表现为咽部有异物，不舒服。朱新医生说，在排除器质性病变后，咽部异物往往属于神经官能症的一种。发展严重的甚至会出现恐癌焦虑症、抑郁症，影响正常生活。

新闻链接：咽喉部异物感中医又称梅核气，多发生于女性。相当于西医的神经官能症或癔病。在治疗上应该疏肝解郁。尽管医生百般劝说，她仍然怀疑自己得了肿瘤。每天在门

信息快递

每字三元
●教育咨询 ●健康保健
●IT通讯 ●法律咨询

招生

暑假美术 南京艺术学院暑假少年美术班(72期)招收6-18岁学员。钱老师 83993006

文源阁暑期托管招生啦(7月1日-8月31日)常年聘用小学高级教师语、数、外提高。13814020659,84563678 中山东路300号(长发中心)

家教

名校 校办 教方法，包成绩。83845999 南师 83672289

语数英 名师上门。83319139 在职老师小、初、高。83358848 南师优秀生 上门，包提高。83212924

南师优秀生 80元/月起(含江宁、浦口)。85439346 南师 86520963

南师优秀生 上门包提高。83306105

数英理化 名师上门。83362190

小五、小六 名师上门。86323991

暑期 英语音标班、纠正英语发音、掌握通过字根发音记忆单词的方法。85973294

数学 名师。86051920

启东 数学顶级名师。(南理工)84433723

暑期 托管学习班，上午半天上新课，下午答疑辅导，消化巩固上午所学。85960223

暑期 初中英语语法班，20/天集训课，学完整个初中阶段全部语法。51557075

小升初 分班考试。51557072

门特 英语暑期班。83062017 王老师托管欢迎咨询。84418421

大厂家教中心。13327812651 初、高中暑期各种强化。81778284 建邺图书馆

老师 上门包提高。83354228

专攻29中等分班 内部讲义，真题训练。83035858 托管中小学生。86053169

健康保健

美少女 保健按摩。81999098 巴厘岛 推拿。83988368 娇韵 保健。51939881 佳人 保健按摩。81760000 靓岛 按摩。85927833

网站建设

珠峰建站 83472238 艺梵建站。86470610 箭鱼 100起建站。86428424 标杆建站。51513775

阿搜拉 建站更专业，免费推广。52954207

延辉 2元起建站。86592723

易经风水

业之伟 起名、风水。52253058

心理咨询

江城 青少年成长、婚恋家庭、心理障碍。86603889 梦园 心理。85117695 都市心理咨询。52254754

律师咨询

胜诉收费律师。13218031828 交通事故律师。52957434 劳动、工伤、律师。51671676 朱律师 婚姻。15951977322 建设工程师。13805152126 房产、保险、律师。13770611977 魏律师 经济、婚姻、刑事。13002599789 八年律师，经济、刑事。85103822 13913846565 经济、婚姻、劳动律师。13913846565 胜诉收费律师。15951991312 专业律师。13218086150 房产、律师。85100868

社会调查

智多星 调查。86621500 www.zdxdc.com 真相 调查。83221007 邓氏 尖端技术调查。84590587 零距离 调查。84416007 金盾 调查。83725099 零点 婚变取证、寻人。84705770 克难 取证、寻人、话单。83902112

建男 清债、婚调。13770508592

西点 寻人、清债、婚调、取证。13815865517

亚保 刑侦 处长 84465799

林恩 全面 调查、取证、寻人、话单。85502179

新视野 调查。84415004

必成 调查、话单、取证、寻人。83370339

权威 话单、取证、跟踪。83200050

联邦清债专家 86871358

猎狐 婚调、取证、寻人、清债。83603370

小卫 调查。86236384

泰克 调查、清欠。52239270

销售

批发 正宗 西湖龙井。13505185886 销售 大批男、女棉内衣。13951017998 余 急售 二手多种货架。13337816018

手机充值卡

五折销售招商。13770526166、013718506776

娱乐休闲物品

王牌 麻将机租 5元/天。83201083 君王 租新机 6元/天。66892680 雀友 特价租 200/起。热线 84862121 良友 麻将机、租 6元/天，10个月赠机。66970222 名将 麻将机，6元/天。82035400

招商

招商 本公司现有大型楼盘项目，现需加盟销售。86982995，13770678282

招商 好项目，寻闲资。13851608819

招 移 门 玻 璃 经 销 商。13057532560

印刷印务

印象 印务，天天低价。52242880

唐邦 彩页、海报、画册、拎袋、彩盒、瓦楞纸箱。85235799

钻石印务

设计、彩印，质优，价低。85559103

品略 专业设计、印刷。52251170 泰港 专做无纺布袋，水热转印 疑难印刷。84457153 美达华 印刷上门。52235625

文瑞彩印 83765208

厦印 纸、塑、无纺布手袋，PP袋，彩页，样本。86605779 成思 卷标不干胶，50元起。8519677 易达 联单、标贴(低)。52619781

纪元 彩印、表格、联单、不干胶。52217378

顺天 彩印：手拎袋，无纺布袋，包装盒。83423442、13905163437

广告工程

美丝特 发光字、霓虹灯、吸塑。13951002409 圣泽 吸塑、亚克力、灯箱、字、霓虹灯。82066552

寻求合作

SOS 风暴酒吧开业在即 寻求伙伴：1、服装定制商，2、酒水供应商，3、歌手。地址：滁州市师专转盘风暴酒吧，联系人：陆斌：13013000626

中国商淘网：寻承包、合作。51918890 寻合作 铸钢厂试模。13357821658,52772108 新开网吧寻求有实力者合作，非诚勿扰。13913976300 珠宝项目寻合作。85571785

加工业务

氩弧、气保、电焊工程加工安装。85581250

婚庆

共婚娉 婚庆·庆典。84572722 角色媒体 摄、广告，专题制作，刻盘。83693918 爱的升华，婚礼全套送主车。84453616 蝶之舞 婚庆、演出。1280。86063986

婚介交友

恩斯 白领婚介。84527442 家缘天地(省连锁)，不领证，不收会员费。83344552 帮缘婚介，免费登记。68670783 女离，42，独居，觅志同道合男。15850774493

声讯天地

1元/分 夜色温柔 16882411 爱的奇迹 16882410 都市恋曲 96868800 爱情温泉 96868808 烈火 96868877 交友 96868309

现代快报征订热线

长虹 52450301; 南湖 86452745; 龙江 86217029; 大方巷 83476650; 热河南路 58817919; 瑞金路 84624707; 海福巷 84231837; 江宁 52136345; 江宁新区 52120337; 小市 85630373; 晓庄 85405277; 杨将军巷 83215513; 长乐路: 52300463

现代快报传播有限公司分类广告便民店(可上门服务,用户也可就近选择办理业务):

总部: 正洪街18号 东宇大厦一楼现代快报。84783581,84783538 南湖: 南湖长虹路129号2幢106室南湖公园南大门旁 86564459 86604837 大方巷: 大方巷 鼓楼三条巷18号1-1 电信局东门斜对面 86636781 来凤店: 来凤新村51号101室(来凤街菜场正门斜对面院内) 52300672,52315677 后标营: 光华东街光华园1栋(门面) 电话: 84499683 秦虹店: 秦虹小区高虹苑24幢53号101室(苏果超市后面) 52633449,52624312 大厂: 大厂园东路59号 57060924 健康路: 健康路423号华联超市巷口内 84404589,84456821 三牌楼: 三牌楼大街160号(楼子巷小区内) 83450236,58706211 长营村: 十字街70号18栋107室 85525150 江宁: 江宁北沿路168号-6,103底店向前 52283256 杨将军巷: 网巾市(红庙)安将军巷10号107室 84452775 宁工新寓: 草场门大街246号(烟酒店内) 86289095,86288821 浦口: 浦口珍珠街46号(服装商城附近) 58409565