

不化妆不敢出门

大美女自认是丑八怪

英国纽卡斯尔市25岁女孩谢丽尔·戴维森患有一种罕见的心理疾病——躯体变形障碍症,尽管她长得如花似玉、相貌秀美,可她却总以为自己是个“丑八怪”。在心理专家的治疗下,她终于渐渐克服了这一“心理癌症”,开始相信自己真的是个美丽的女孩。

患有罕见心理疾病
美少女自认丑八怪

谢丽尔·戴维森拥有一头秀丽的长发、大大的眼睛和漂亮的酒窝,任何人见了谢丽尔都会将她归结为“美女”的类型,可是令人无法相信的是,在谢丽尔本人的眼中,她却总认为自己是个“丑八怪”,她认为自己鼻子太大、颧骨太高,由于害怕别人讥笑她的“丑陋容貌”,她经常躲在家中,害怕出门。

原来,谢丽尔患有一种罕见的心理疾病——躯体变形障碍症,患有这种怪病的人,尽管她们长得充满魅力,相貌迷人,但她们在内心深处却总以为自己是个“丑八怪”。据悉,谢丽尔从11岁起就患上了这一怪病,她对记者回忆说:我从小就不是一个自信的孩子,当我长到少女后,我开始关注自己的容貌,我在杂志上看过凯特·摩斯等名模的照片,然后将自己和她们进行比较,因为我梦想成为一名模特,可是当我看着镜子中的自己时,我总是感到自己是这样的肥胖和丑陋。”

害怕嘲笑不敢出门
心情抑郁考虑自杀

据悉,谢丽尔每次出门前,都要坐在卧室的镜子前对



漂亮的谢丽尔

自己的脸部频频化妆,往脸上抹上厚厚的粉底。可每当她化好一遍妆后,对着镜子仔细检查自己的容貌时,她都会讨厌镜中的自己。于是她洗掉脸上的妆,再次往脸上重新化妆。有时候,谢丽尔每天早晨至少要去往脸上化上12遍妆,才敢鼓起勇气走出家门。谢丽尔回忆说:我憎恨自己的模样,我每天都要检查自己的容貌数百次,我认为我的鼻子太丑陋了,即使我的朋友和家人都说我看起来相当漂亮。”

由于极度自卑,害怕别人嘲笑自己的“丑陋容貌”,谢丽尔甚至拒绝到学校上学,她整天将自己锁在卧室中,躺在床上默默流泪,并且一天只肯吃一块烤面包。谢丽尔的父亲约

翰和母亲丽恩对女儿的状况感到忧心如焚,可却毫无办法。谢丽尔说:由于无法忍受别人盯着我看,我开始拒绝上学。我总是恳求爸爸妈妈让我接受整容手术。”

由于担心身体发胖,谢丽尔每天只肯吃很少的食物,最后缺少营养的她有一天终于昏倒在地板上。谢丽尔立即被父母带去看心理医生,但医生只给她开了一些抗抑郁药。这些药对她毫无效果,谢丽尔仍然讨厌自己的模样,甚至常常考虑自杀。

心理医生用奇招
帮助她恢复自信

直到谢丽尔长到18岁时,她从一本杂志上看到了一篇关于“躯体变形障碍症”的文章,这才偶然意识到自己也患有相同的怪病。谢丽尔说:我读着关于这种疾病的征兆,包括频频检查自己的容貌、对脸上的某个地方特别不满意,这一切都和我太相似了。我开始到互联网上查找关于“躯体变形障碍症”的所有资料,我还来到一个曾经有效治疗过“躯体变形障碍症”的心理医生诊所去接受治疗,医生安德里娅对我说,我的病就像是“心理癌症”,因为这种心理疾病会渐渐将我吞噬掉。”

安德里娅医生采用了一种特殊的方法帮谢丽尔恢复了自信心。她先给谢丽尔拍摄了两张照片,一张是她化了浓妆的照片,一张是她素颜朝天的照片,然后安德里娅陪谢丽尔来到城市街头,问每一个路人他们更喜欢哪张照片。谢丽尔说:当安德里娅询问路人时,我躲在一边倾听他们

的对话,让我惊讶的是,几乎每个人都他们说更喜欢我没有化妆的照片。这让我突然醒悟,我的模样看起来并没我想象得那样糟糕。”

赢得模特大赛冠军
终于相信自己很美

接受心理咨询的谢丽尔渐渐克服了自己的心理疾病,开始像其他人看待她一样看待自己。去年,一名朋友鼓励谢丽尔报名参加一个模特竞赛,从而彻底证明自己的美貌和能力。谢丽尔说:我真想拒绝她的请求,但我最后还是答应了。我向模特大赛组织者寄出了我的照片,报名参加了模特竞赛,我认为自己不可能胜过其他参加模特竞赛的佳丽们,可有一天我接到了组办者的电话,他祝贺我和另外7人一起杀进了决赛圈,我简直无法相信自己的耳朵。我将自己和其他决赛选手进行了比较,我仍然感到她们全都比我更漂亮,但我曾向朋友许诺,我一定会坚持到比赛结束。”

更让谢丽尔做梦也没想到的是,她最后竟击败了所有实力雄厚、拥有魔鬼身材和漂亮脸蛋的选手,一举夺得了模特大赛的冠军。谢丽尔回忆说:我真是无法相信这一切,我的眼泪像洪水一样夺眶而出。”

如今谢丽尔对自己的容貌已经恢复了彻底的自信,她希望将来从事更多的模特工作,如果她无法在模特行业发展,她希望自己当一名教师。谢丽尔说:是心理咨询拯救了我,如果我没有接受心理治疗,我不知道自己现在会是什么样子。” 欧阳

注入式骨质 让骨移植不再痛

英国科学家日前发明了一种像牙膏般的“注入式骨质”材料,无须开刀就可直接被注入到断骨处,几分钟内就会硬化并形成可生物降解的支架,这样人体自身的骨骼就能在这个基础上生长。

据英国广播公司12月7日报道,这种“注入式骨质”材料由诺丁汉大学凯文·谢克沙夫教授发明。他表示,骨科手术中传统的连接骨骼的材料骨水泥在硬化过程中会释放出热量,令周围细胞死亡,所以身体某些骨折部位不能采用。但新材料就没有这种情况,它在室温下如同牙膏一般,注入体内后,体温就让它发生硬化反应,而它在这一过程中不会释放出热量灼伤细胞。

有了这种材料,患者甚至有望彻底告别骨移植之痛。骨

折不愈合和骨缺损的情况下通常需要进行骨移植手术,这需要从患者身体内取出一块骨头,比如臀部,然后植入断骨处,这种外科手术方法会给患者带来很大痛苦。而如果使用这种材料,就可以很方便地注入到患者身体的正确位置,它的硬化程度完全可以和骨头相媲美。

不过,这种材料目前也存在一些局限,比如它与原有宿骨的连接处比较脆弱,一个腿骨折的患者如果想要走路,那么除了断骨处用这种材料连接外,可能还需要用金属螺栓固定。

这项发明上周刚夺得了一项医学创新大奖,谢克沙夫教授领导的研究小组目前正在英国进行临床试验,最快将于18个月内在美国市场首先推出。 康娟

能否不再拖拉 看公式就知道

不少人有这样的坏习惯,做事拖拖拉拉,今日事要明日,甚至后日才能完成。加拿大科学家多年研究人们做事拖拉的原因,最后得出一个“拖拉公式”,计算一个人能够成功克服拖拉习惯的几率。

公式列出拖拉规律

加拿大卡尔加里大学商业学教授皮尔斯·斯蒂尔近期推出新作《拖拉公式:今日复明日》,在书中介绍了这个“拖拉公式”。斯蒂尔10多年前开始研究拖拉现象,找来250名大学生作为研究对象。经过多年观察,他发现一个人是否拖拉、成功戒掉拖拉习惯的机会有多大皆有规律可循,从而得出一个数学公式U=EVID。

在这个公式中,U代表效率,指个人完成预定任务的欲望值;U与E、V成正比,E代表对成功的期望值,V代表任务的完成价值;同时,U与I、D成反比,I是任务的紧急度,D是个人对拖拉的意识值。

问题已经日趋严重

斯蒂尔在书中说,拖拉问题已经日趋严重。电脑游戏和个人日程管理的普及为人们提供了更多分心的机会,加上更多工作属于“个人构建”性质,人们可以不断重新制定自己的计划安排。

人们可以不断重新制定自己的计划安排。

斯蒂尔承认自己就常常因为玩电脑游戏而分心。根据他的研究统计,习惯性拖拉的人数比例高达20%。

人们一直以来都认为拖拉的原因不是太过追求完美就是懒惰至极。然而,斯蒂尔认为这两种截然相反的看法都不对,实际上,拖拉的人有自己的毛病”。他在书中说,和其他人相比,拖拉的人往往更加性格冲动、古怪善变,在关注细节、对他人负责等方面又不够尽职。

习惯拖拉的人相信自己能够完成任务,而且很在乎自己能否完成。这一点完全不同于懒惰的人,他们根本就不关心任务能否完成,只是不想去完成。

拖拉现象很普遍

拖拉现象在学生中较为普遍。有一些职业更容易形成拖拉习惯。流行音乐家常常拖拉,因为他们总是想超过以前的成就。比如,美国乐队“枪炮与玫瑰”历时14年才完成一张专辑,而爱尔兰U2乐队的歌迷等待他们的新专辑也已有4年。

作家也比较容易拖拉。其中就有以《追忆逝水年华》一书闻名的法国作家马塞尔·普鲁斯特。

康秋洁(新华社供本报特稿)

不减肥就丧命

超级肥汉甩肉190公斤

英国兰开夏郡威根市59岁货车司机彼得·卡罗尔被人称做“肉山”,最后他的体重猛增到了惊人的298公斤。医生向他发出警告,称如果他再不减肥,那么他就应该开始为自己准备葬礼。最后他成功甩掉了190公斤体重,现在他的身材和从前相比,看起来简直判若两人!

食量是普通人5倍
肥汉体重298公斤

彼得·卡罗尔是一名货车司机,他被人们称做是“肉山”,因为身高1.9米的他体重竟然高达298公斤!彼得体重猛增的主要原因就是因为贪吃,他每天要吃5顿富含脂肪的食物,早餐的食品包括超大尺寸的煎火腿、4大片熏肉、三根香肠、几块油炸面包、4片黄油面包、烤扁豆、西红柿片等,此外他还要喝1升牛奶和两杯茶。

彼得的午餐则包括两块硕大的肉馅饼,一些炸土豆条,4块黄油面包,晚餐则包括炸鱼和炸土豆片等,到了半夜,他还要吃几块三明治黄油面包当夜宵。除此之外,彼得从早晨到黄昏更是零食不离口,他每天要吸收12000卡路里的热量,而普通男性每天从食物中吸收的热量只需2500卡路里而已,所以彼得每天吃下肚的食品几乎是普通人的5倍!

“肥汉榜”上排第二
医生叫他准备葬礼

当彼得的身体越来越肥胖时,他的妻子莉恩开始为他的健康担心,莉恩总是要求丈夫减肥,可意志薄弱的彼得每次都是半途而废。彼得承认说:我总是不停地吃东西,我无法让自己停下来。”当彼得的体重达到惊人的298公斤后,他成了英国第二大肥胖的男人。

肥胖果然导致彼得的健康状况不断恶化,他的一条腿患了致命的血栓症,所幸医生及时抢救,才救回了他的性命。不过在长达6个月的时间里,彼得都只能靠步行架辅助行走。

为了减肥,医生建议彼得安装一个粘在牙齿上的橡胶罩,这样他只能通过吸管吮吸饮料和营养。不过彼得没过两天就将橡胶罩取了下来,他说:因为我感到自己饿极了,最后我将它拔了出来,拒绝再使用它。”可是接着,彼得的肺部又出现了致命的血栓,医生不得不再次通过抢救救回了他的性命。

医生警告彼得称,如果他再不减肥的话,那么他应该考虑为自己准备葬礼了。彼得说:我感到沮丧极了,我真想让自己躲藏起来,我的体重不仅让每个家人担心,并且它还差点让我送了命。”



彼得减肥前后的身材对比

为保性命进行缩胃
体重狂减190公斤

为了保命,彼得终于同意接受胃旁路手术,通过缩小胃容量来达到节食减肥的目的。让彼得深感惊讶的是,他接受胃旁路手术后,体重很快就降了76公斤,这让彼得意识到他真的可以通过减肥改变自己的生活。于是他下决心加入健身俱乐部。彼得回忆说:我本来以为他们不会接受像我这么肥胖的人,不过他们接受了。健身房的人对我的鼓励,帮助我增强了继续减肥的信心。”

彼得每周至少要花3天时间到健身房进行锻炼,并且他每天摄入的食物也都改成了色拉、蔬菜等健康食品,彼得现在每天从食物中摄取的热量只有1200卡路里。令人惊讶的是,经过长时间的坚持后,彼得至今已经成功甩掉了190公斤赘肉,他的体重只剩下了108公斤!

和以前判若两人
感到生活很美好

彼得的家人为彼得的巨大变化感到欣喜,彼得对现在的自己也感到相当满意,他对记者说:我感到生活真是美好极了。”据悉,英国最肥胖的男人是伯明翰市的巴里·奥斯汀,他的体重一度高达412公斤,不过经过减肥后,他现在的体重只剩下273公斤。 木子

养宠物注意啦 狗也有嫉妒心

人们通常认为只有人类和黑猩猩才有“高级情感”,如嫉妒、骄傲、罪恶等。奥地利科学家最新研究发现,狗也有包括嫉妒、骄傲等复杂心理。

嫉妒心理

奥地利维也纳大学神经生物学系博士弗雷德里克·朗格研究发现,宠物狗不愿意看到主人对其他动物,尤其是其他狗表现出关切。在主人把自己的新朋友或女友带回家时,它们也会对新朋友表现出抵触情绪。朗格认为,在与主人相处过程中,如果狗意识到自己没有比其他狗获得更多关注,是受到了“不公正”待遇,就会表现出强烈的嫉妒心理。

心理学家先前认为,大多数动物缺乏用于展现高级情感的“自我意识”。高级情感包括嫉妒、骄傲、罪恶、窘迫等,远比愤怒、高兴、欲望等与即时反应相关的情感复杂。体验高级情感需要一定的认知机制来理解自我。

自我意识

英国《每日邮报》7日援引朴茨茅斯大学主攻动物情感研究的心理学家保罗·莫里斯的话报道,狗表现出的嫉妒和焦虑心理,部分基于对自己可能

“失宠”的担忧。研究人员对狗、牛、马、猫和羊等动物进行研究后发现,动物的自我意识远远高出预料。

类似研究

莫里斯在研究报告中写道:在每一例关于狗的嫉妒心理的行为报告中,狗最亲密的主人与另外一个人产生情感时,狗最常见的反应是试图“插足”主人与第三者之间……研究在观察的基础上向科学家显示,狗至少可以表现出类似人类嫉妒时产生的行为。”

动物行为学家据此建议宠物狗主人,当增添新家庭成员时,尽量不要打乱狗的生活规律,以免狗以乱吠或更激烈的行为表达嫉妒心理。

研究发现,狗在打架时会讲究社会公平规则,在比赛中也要求得到公平对待。

实验中,研究人员要求狗伸出一只前爪,这样就能得到一份食物奖赏。当只有一只狗在场时,它按要求伸爪却没有得到奖赏,这只狗没有轻易放弃,足足哀求了30分钟。当两只狗在场时,它们都按要求伸出前爪,但只有一只狗得到奖赏,于是另一只狗马上停止参加后面的测试项目。

乔颖(新华社供本报特稿)