



## 从不易怀孕到怀上二胎 选择坚持,他们收获幸福

全媒体记者 余依萍

再过三个月,露露(化名)就要和丈夫迎来第二个孩子,她用“幸福是坚持来的”形容自己的婚姻生活。虽然露露今年已经36岁了,但整体状态不错,满脸幸福地和记者分享人生故事。

露露是丽水人,在义乌上大学,丈夫航平(化名)是她的大学校友,戴着一副眼镜,高高瘦瘦,斯斯文文。“年轻时的他还是蛮帅气的,我经常会在球场看到他。”说起老公,露露脸上流露出幸福的笑容。两人参加了同个社团,一来二去,航平就对露露有了好感:“她活泼开朗,脑子里的想法天马行空,是个非常有趣的女孩。”第二年,两人走到了一起。

校园里的恋爱,都是纯纯的,那时的露露并没有想太多,两人一起学习,一起备考,一起逛街,哪怕吃路边摊也都是开心的事。临近毕业,露露面临着选择:回老家还是待义乌。回老家的话,亲人朋友都在边上,但也意味着毕业将分手;在义乌只能靠自己,但是可以和航平继续在一起。因为只有专科学历,露露担心找不到好工作,很是纠结。幸运的是,有个单位刚好要招人,因为露露在校表现优秀,在老师推荐下,她顺利找到了工作。

工作后,两人的感情并没有因忙碌而疏离,反而升温了。虽然工资不高,但两人过得很开心,航平会带露露吃好吃的,在节假日也会送一些小礼物。同学们看到两人幸福的样子,直呼羡慕。恋爱下一步自然是结婚,要想在义乌安家,得存钱买房。为了能够多赚点钱,航平努力工作,隔三岔五加班。看到他这个样子,露露觉得日子很有奔头。

有一天,因为身体不适,露露去医院检查,医生的诊断结果是:不易怀孕。这个消息犹如晴天霹雳,露露一下子蒙了,恍惚地走出医院,坐在公交站凳子上,看着车来车往,眼泪忍不住往下掉。

“如果有一天,我们生不出小孩,我们还能在一起吗?”颤抖着手几乎握不住手机,露露花了好久才发出这条消息。

◎记者手记 >>>

体验过纯真的校园恋情,经历过严峻的世俗考验,最终收获生命的馈赠,露露的故事着实令人羡慕。他们的婚姻之所以修成正果,很大程度上来自丈夫的宽容与体谅。

婚后的日子,慢慢归于柴米油盐的平淡和琐碎,又遇到不能生育的妻子,此时丈夫的压力巨大。“不孝有三,无后为大”,如何面对父母的

让她没想到的是,航平的电话很快回过来了。“你怎么了,你在哪?别哭,我现在就过来。”航平挂完电话,立刻打车过来找露露。看着哭成泪人的露露,航平赶紧将她抱在怀里。在露露断断续续的讲述中,他明白了事情原因。

“我喜欢你,所以要和你在一起,不是为了让你给我生孩子,况且医生说还可以治疗。”听到这话后,露露悬着的心慢慢落了下来。之后日子里,露露四处求医,坚持吃药养身体。但经过一年多调养,收效甚微。那会,她压力特别大,时常睡不好,三番五次向航平提出分手,希望他能够找一个可以为她生孩子的姑娘,可每次航平都一笑置之。

“你不要有压力,大不了咱们不生孩子,我们挑个日子去领证吧。”为了安抚露露,航平决定领证结婚,以表示他的决心。相恋9年后,两人终于“修成正果”,举办了婚礼。

第一年在婆家过春节,露露总怕婆婆和亲戚催他们要孩子,因为那会她30岁了,这个年龄生娃已不算早。一听到“你们何时要孩子”这类问题,航平总会以房子还没拿到,还没装修等借口,及时岔开话题。之后去看望婆婆,对方一直没有催他们生孩子。露露一开始不知道原因,直到航平说漏嘴,原来,怕母亲猜,他说自己身体不好不容易生孩子。因为航平的决心,露露也放下思想包袱,整个人心态发生变化,她每天健身,还注重营养,常常煲汤喝,生活变得更加规律。

婚后第二年,露露怀孕了。那一刻,她心里乐开了花。之后,她平安生下一个女儿,生活重心也慢慢转移到孩子身上。看着孩子一天一个样,她的内心充满了幸福。只是偶尔,看到身边朋友二胎,她也会冒出:如果再生一个就好了。

去年,露露发现自己又怀上了,那一刻,她觉得自己就是这个世界上最幸福的人。在家安胎的日子里,露露想了很多,她十分感谢老公,是他的担当给了她勇气,让她有一起走下去的动力;她也感谢孩子,是女儿的笑容,给这个家庭增添了无数的快乐。

追问?如何面对愧疚的妻子?这非常考验丈夫的智商和情商。航平就做得很好,不但体谅、安慰妻子,甚至把问题归咎到自己身上,怎能不让妻子感动?

相夫教子,举案齐眉,是人人向往的幸福婚姻,有好的伴侣,有温馨的港湾,也让我们能够更勇敢更努力工作,面对未来。

## 我市首个户外结婚登记颁证基地 落户上溪



4月20日,我市首个户外结婚登记颁证基地落户上溪镇爱上溪爱情主题文创公园。

当日,“爱沐云上溪,情系桃花源”集体颁证婚礼在该公园举行,市民政局、上溪镇等主办单位携手市婚姻家庭协会,为4对新人 and 1对补证夫妻打造了一场与众不同的新式婚礼。

全媒体记者 余依萍 摄

## 心灵护航

# 警惕「心病」

# 不明原因的浑身不舒服 躯体形式障碍作怪



崔因因周仪器为患者诊疗

全媒体记者 余依萍 文/图

心慌胸痛呕吐、浑身各种难受、辗转就医、反复要求化验检查……不少医生会遇到这样“特别”的患者:他们坚称自己有病,症状五花八门,但各项检查指标均显示正常。

这群患者往往被建议前往精神科寻求帮助,并最终诊断为躯体形式障碍。

据义乌市中心医院精神科心理治疗师崔因因介绍,躯体形式障碍是很常见却容易被忽视的疾病,这类患者大多有着不为人知的痛苦,既要忍受来自身体的各种不适,还要承受不被家人朋友理解的异样眼光,甚至质疑、指责。

## 幸福晚年却遭遇“久病不愈”

56岁的李阿姨辛苦操劳一辈子,刚刚退休就被女儿接到身边生活,每天帮女儿做做饭,闲了出门遛遛弯,终于过上理想的幸福晚年生活。可是日子好过了,李阿姨却发现自己“病”了:经常感觉身上一阵阵出汗,一会儿发冷,一会儿发热,胸口闷、上不来气、胃口差……

母亲隔三岔五抱怨和呻吟:“我胸

口堵得慌”“胃里有块石头一样”“背上好像扛了口大锅,像火烧一样”……女儿对此十分重视,带着母亲前往医院做了好几次全面检查,也吃了不少名贵的中药西药,可李阿姨的症状却反反复复,一直不见好。

一边是“久病不愈”,一边是检查报告显示身体一点问题都没有,这让李阿姨越发惆怅、低落,有时候女儿嫌

烦也会指责几句,更是让她身体各种不适加剧。瞒着女儿,李阿姨偷偷换了医院、换了医生做检查,可检查结果仍旧是:身体没毛病。

终于在又一次全面检查后,医生提及,可能是心理问题引起的疼痛。母女俩这才前往精神科就诊,并得到躯体形式障碍的明确诊断,揭开“久病不愈”的迷云。

## 跑遍医院发现根源在心理

几乎每一个躯体形式障碍患者都有一段曲折的求医经历,35岁女患者云云(化名)为此耗费两年时间、花费20余万元。

走进市中心医院精神科门诊时,云云随身携带着一堆的检查报告,在此之前,她几乎跑遍了北京、上海大医院,对各类检查已是如数家珍。但所有检查都在告诉她:身体挺好的,很健康。

云云称,自己大约从两年前感受到身体不适,比如胃痛、反酸、心脏病、呼吸不舒服等,就医看病、做

了多项检查后,始终没能找到确切的病因。疼痛不适如影随形,检查结果却一切正常,这让云云无法接受,反而加剧了她的顾虑和担心,只要一空下来就控制不住地胡思乱想。为此,云云频繁换医院、换科室、换医生,反复要求检查,投入了大量时间、精力与金钱。对于医生的“无病”解释,她始终不能接受,甚至觉得医生根本“查不出病因”“看不好病”。

满怀疑惑的云云在朋友的建议下走进精神科门诊寻求帮助,最终被诊断为躯体形式障碍,困扰她多

年的问题也终于找到了答案。

据了解,云云从小缺少父母照顾关爱,一直跟随奶奶长大,奶奶动辄苛责打骂,给她幼小的心灵蒙上一层阴影。云云很早便辍学外出打工,这么多年赚的钱全都用到看病上,曾一度因为看病无果想要轻生。

崔因因表示,除生物因素外,患者早年心理发育状况、亲子分离、不良的家庭教育和生活环境、患者本人过分依赖或过分追求完美的人格特点等,都是影响疾病形成发展的重要因素。

## 孩子不想上学,可能真的病了

初中生丽丽(化名)不仅学习好、成绩优异,而且乖巧懂事、性格温柔,是老师和家长眼中的模范少年。但最近,丽丽在一次考试失利后生了“怪病”,只要一进学校就会出现各种不舒服,开始发低烧、头痛,请假回家休息就很快没事了,再到学校又出现同样的问题。父母带她前往医院检查,并没发现什么器质性疾病,便

从一开始的焦急关心逐渐转变为认为女儿故意逃避上学、编出理由骗父母。而对丽丽来说,除了身体上的不适,父母的不理解和责备更是让她委屈、难过。

在儿科医生建议下,父母带着丽丽到精神科就诊,得到躯体形式障碍的诊断。

“每到开学季,这样‘戏剧性’现象

都会上演一波。”崔因因告诉记者,刚开学那阵子,很多父母带着“焦虑娃”前来就诊,大多数青少年表现惊人相似:在学校烦躁不安、注意力不集中、学习困难、一考试就肚子痛、查不出原因的头痛……把娃带到医院检查并没有什么大问题后,很多家长直接指责孩子是在装病、逃避学习,最后孩子情绪更加烦躁低落,躯体化症状更严重。

◆咨询师观点

## 身心一体,关注躯体更要看到心理

什么是躯体形式障碍?躯体形式障碍是临床上的一类常见的心理疾病,主要特征是病人反复陈述躯体不适症状,不断要求给予医学检查,无视反复检查的阴性结果,也不听医生关于其症状并无躯体基础的再三保证。

崔因因坦言,在精神科门诊,医生常会见到千奇百怪的躯体化症状:浑身酸痛、四肢乏力、心慌、胸闷、背部灼烧感、蚁爬感、胃痛烧心、头痛头晕……再严重的,出现疑病症,坚信不疑觉得自己有某种确切的疾病,天南海北跑去看病,最后由于信不过医生而发生医患矛盾的,也比比皆是。

躯体形式障碍的特点以多种多样、经常变化的身体不

适为主,可能涉及患者的任何系统或器官,常伴随明显的抑郁和焦虑情绪。实际上,对于躯体形式障碍,已经形成的躯体症状也只是表象,这背后隐藏着的是情绪、认知、行为等问题,这些问题经过长时间累积,相互影响。

很多人也会疑惑,明明是身体上症状,为什么来自情绪呢?崔因因解释,心理疾病有很神奇的机制,身心是一体的,很多时候心理压抑的东西,语言表达不出的焦虑与痛苦,身体会帮你表达。“简单来说,情绪在生活中跟我们每个人都息息相关,深刻影响着每个人的生理反应,比如生气时头痛、难过时胃痛、考试前肠应激等等。情绪在我们身体中会以相应的表现反应出来,虽然它不经意发生,但是不代表不存在。”

关于躯体形式障碍的治疗,崔因因表示,躯体形式障碍的形成是一个长期过程,牵涉到多方面因素,其中心理因素在该病发生发展中起到重要作用,所以药物加心理治疗是目前主流的治疗方式。且由于它慢性化和

易复发的特点,应当采取长期治疗原则,治疗目标是缓解或消除焦虑症状及伴随症状,例如躯体不适、不必要的就医、检查及治疗;降低复发风险,恢复社会功能,减少对生活、工作等影响。

除积极接受心理治疗和药物治疗外,生活中,患者要注意学会通过心理层面表达情绪,比如学会识别、体察及描述自己的情绪,及时向家人及朋友倾诉,学会在生活环境通过行为表达情绪,比如运动、唱歌、哭泣等,或者通过书法、绘画、写日记、手工制作等方式表达。此外,患者要学会丰富生活,探索自我,寻找兴趣爱好,主动创造积极情绪,减轻对身体的过度关注。

在此,崔因因叮嘱患者家人,虽然查不出躯体疾病,但患者的不适感是真实的,甚至比躯体疾病患者不适感更强

烈和持久,这种感受是非常痛苦的,并不是“装病”“矫情”等。因此,家属要理解患者的不适感,多倾听,少争辩,少说教。



扫一扫看新闻

