

16岁优秀生 突然厌学失眠!

医生:孩子反常往往是无声的呼救

青春期本应是人生最美好的一段时光,却因心理问题遭遇隐形的关卡。宁波大学附属妇女儿童医院青少年心理门诊专家提醒,当曾经开朗的孩子变得沉默寡言、情绪剧烈波动,甚至出现厌学、沉迷网络、自我封闭等反常行为,这往往不是简单的青春期叛逆,而是孩子内心发出的强烈求救信号。



患儿接受心理治疗相关测试。

阳光少年跌入情绪深渊

16岁的小言曾是父母和老师眼中的骄傲:成绩稳居年级前列,性格开朗,对未来充满憧憬。然而,升入重点高中后,骤然加剧的学业竞争与自我期许的重压,像无形的巨石压垮了她。

曾经明亮的眼神黯淡下去,取而代之的是频繁的烦躁和莫名的忧伤。父母起初以为只是学习压力大,劝她再坚持一下。但情况急转直下,小言开始因微不足道的小事对家人大发脾气,事后又

陷入深深的自责漩涡;她反复出现头痛、胃痛,常常以身体不适为由逃避上学,把自己锁在房间里,面对父母的关切,她总是说太累了、没意思。

小言的成绩断崖式下滑。一天深夜,面对书桌上一堆的作业,她彻底崩溃,向闻声赶来的父母哭喊出压抑已久的心声:活着好累啊!这句绝望的呐喊,终于撕开了“适应困难”的表象,让父母意识到孩子可能正深陷心理泥潭。

驱散阴霾的三把钥匙

在宁波大学附属妇女儿童医院青少年心理门诊,经过系统专业的评估,小言被确诊为中度焦虑和抑郁。医生为其量身定制了综合干预方案。

心理治疗重塑认知。认知行为疗法帮助小言识别并调整“必须考第一”“失败即无能”等不合理信念,学习有效的压力管理技巧。同时,引入家庭治疗,指导父母改变沟通方式,学习倾听而非施压,共同营造温暖、接纳、支持的家庭氛围,成为小言康复的后盾。

药物辅助缓解症状。在医生严格评估和指导下,小言短期内使用了抗抑郁药物。这有效缓解了剧烈的情绪波动,显著改善了困扰她已久的失眠和躯体疼痛等症状,为心

理治疗提供了稳定的生理基础。

持续跟踪守护康复。医生为她建立了定期复诊跟踪方案,密切监测情绪变化、药物反应及社会功能恢复情况,并根据病情进展调整治疗方案,确保康复持续有效。

令人欣慰的是,3个月后小言的情绪明显平稳,与家人的紧张关系显著回暖。半年后,她成功重返校园,虽然学业尚未恢复巅峰状态,但学会了接纳自我、寻求平衡,甚至主动参与社团活动,脸上重现久违的笑容。

小言的母亲感慨不已,以前只盯着分数,差点毁了孩子,现在才明白,她的健康和快乐才是最该守护的。

被负面情绪困扰不是你的错

宁波大学附属妇女儿童医院儿保科吕莹波副主任医师说,青春期心理问题高发且极易被误解或忽视。孩子的反常行为——无论是情绪突变、社交退缩、兴趣丧失、不明原因的躯体不适,还是偶尔流露的消极言语,往往是他们内心痛苦、无力独自应对时发出的无声呼救。

当孩子的情绪或行为异常持续超过2周,社会功能明显受损(如拒

绝上学、严重社交回避),甚至出现自伤念头或行为,这些信号都是寻求专业帮助的明确警戒线。早期识别和科学干预是帮助孩子走出困境,避免悲剧的关键一步,家长的敏锐觉察往往是孩子的第一道曙光。她也提醒广大青少年,被负面情绪困扰不是你的错,更非软弱。主动寻求理解与专业帮助,是突破困境、找回内心阳光的勇敢者之路。

记者 程鑫 通讯员 马蝶翼 文/摄

孕妇以为吃坏了东西 没想到竟然是阑尾炎

“以为只是吃坏了东西,没想到竟然是阑尾炎,还好医生及时发现。”近日,孕23周的小晶(化名)出院时向宁大附属第一医院的医生们再三表示感谢。

该院产科副主任宣荣荣主任医师表示,炎炎夏日里,不少孕妇容易把腹痛当成常见的胃肠道感染。腹痛的原因有很多,孕妇如果腹痛更应高度重视,及时到院就诊,以免延误病情。



患者与医生团队合影。

医生高度怀疑为急性阑尾炎

前几天,小晶突感上腹部阵阵绞痛,伴随恶心呕吐。她认为应该是不小心吃坏了东西,得了夏季常见的“胃肠炎”。于是,自行服用了常用药碳酸铝镁。然而,疼痛并未缓解,还伴有恶心呕吐。于是,她来到宣荣荣的诊室,想着开点缓解肚子疼的药就回家。

宣荣荣在仔细询问了疼痛的起始、性质和演变过程后敏锐察觉到异常。她考虑是急腹症,紧急安排小晶住院,并接受进一步检查。

入院后,宣荣荣给小晶进行了详细的体格检查。这一查,发现了关键线索。宣荣荣发现,小晶不仅上腹部有压痛,更在右中下腹(并非典型的右下腹麦氏点)触及明显的压痛和反跳痛。这是腹膜炎的

重要体征。宣荣荣立即排除了单纯的胃肠炎,高度怀疑是急性阑尾炎,立即开具了阑尾B超。正是这一判断和决定为后续治疗抢得了黄金时间。

超声科张海霞医生仔细检查后发现情况不容乐观,考虑急性阑尾炎并伴化脓。宣荣荣收到报告后,迅速开展多学科协作(MDT)会诊,和胃肠外科、麻醉科、新生儿科的专家紧急讨论,评估风险与手术方案。

在明确诊断和治疗方案后,胃肠外科予急诊手术。术中发现阑尾周围大量脓性分泌物,阑尾已经严重充血肿胀,局部都已经变黑。胃肠外科项雄华医生成功切除了病变阑尾。

孕妈腹痛无小事

据介绍,小晶阑尾的位置因妊娠上移,症状不典型。如果不是医生经验丰富、查体仔细,及时发现线索,后果不堪设想。再拖延下去,化脓的阑尾穿孔可能会引发弥漫性腹膜炎甚至感染性休克。这样,不仅胎儿流产风险极高,母亲的生命也会受到严重威胁!

“妊娠期急性阑尾炎一般不主张保守治疗。一旦诊断确立,应在积极抗感染治疗的同时立即行阑尾切除术。拖延只会增加母婴风险!”宣荣荣介绍,大量临床数据证实,及时、规范的手术治疗本身并不会显著增加流产或早产风险。延误治疗导致的感染扩散和并发症才是母婴安全的真正“杀手”。

手术后,小晶恢复良好,母婴平安,现已康复出院。

小晶经历绝非个例。夏季是

急性胃肠炎高发期,很多孕妇出现胃痛、恶心等症状时,极易首先归咎于“吃坏肚子”。该院产科与外科专家联合发出提醒,妊娠期腹痛,务必高度警惕急性阑尾炎等容易被忽略的急腹症。

宣荣荣提醒,孕妈妈们要记得,腹痛无小事,及时就医是铁律。宁可虚惊一场,也不要延误时机。在选择医院时,尽量选择有具备处理妊娠合并急腹症能力和成熟MDT机制的综合医院或妇产专科医院。就诊时,尽量清晰描述症状,比如何时开始腹痛?哪里最痛?痛感如何?有无转移?伴随症状?要相信医生的专业判断,接受必要的检查和治疗,才能确保母婴平安。

记者 王颖
通讯员 王渊萍 庞赞 文/摄