

春节长假结束不久，多地媒体纷纷爆出空巢老人走失甚至抑郁自杀的消息

空巢老人的“分离综合征”之痛

■ 见习记者 缪影影

节后空巢老人意外频发。心理专家表示，他们其实患上了先焦虑、后抑郁的“分离综合征”。日前，记者在海南省安宁医院了解到，因“分离综合征”入院的老人，已占该院神经老年内科的近17%，并且呈逐年递增的态势。如何改善我省空巢老人的处境，让“分离综合征”在发病之初就得以控制，已经是值得社会关注的重要问题。

空巢老人亟需精神慰藉

据省安宁医院神经老年内科主任医师欧小凡介绍，节后是空巢老人“分离综合征”的高发时段。有子女的老人，节后面临着儿女们为了工作各奔东西的状况；无子女的老人则在节日时就承受了“眼见他人团聚而不得享”的现实。

“我现在吃穿不缺，就是闲着没事干。儿女们到外地上班后，我就

每天在小区和公园里瞎溜达。”在海口国森花园独居的杨先生告诉记者，空巢老人的生活看似悠闲，其实非常孤单。

“长期缺乏精神慰藉和心理关爱，容易导致空巢老人产生焦虑抑郁的情绪，严重的会使老人产生认知功能障碍或精神疾病。”欧小凡说，刚患上“分离综合征”的老人会出现心情暗淡、失落沮丧、食欲不振、失眠失调等症状，若初期症状没有得以重视，老人随后将容易表现出紧张胆小、脾气暴躁、性格孤僻、甚至自闭等状况。

“如果这种情况长期未得到缓解，将会严重影响老人的心理精神健康和内分泌系统，严重时老人将会产生轻生的念头。有些长期没有人交流的老人，还会慢慢产生语言交流障碍。”欧小凡解释道。

“有些家庭知道老人的‘分离综合症’已由心理问题发展为精神障碍，但由于面子等多方面考虑不愿带老人就医，延误了最佳治疗期。”讲到此处，欧小凡一脸无奈。

“分离综合症”认识误区不少

“分离综合症”严重影响空巢老人

的身心健康，但是无论是老人的子女、还是老人自身对于这个病症都存在认识不足、重视程度不够的状况。

据欧小凡介绍，许多老人在出现失眠、胸闷等症状之后，不少子女多带老人去综合医院，做CT，开助眠药物，短期内有些许缓解。但是，实际上，老年人的心理问题丝毫没有得以缓解。

另外，空巢老人对自己的精神状况，也知之甚少。海口不少独居的老人，出现发抖、心跳加快、胸闷气喘的状况后，不停地拨打120，但到医院检查后，又发现身体状况良好，“很多老人在就诊之后，反而产生了悲观消极的负面情绪，认为自己得了什么难治的病症，更加影响身心健康。”欧小凡解释道。

“有些家庭知道老人的‘分离综合症’已由心理问题发展为精神障碍，但由于面子等多方面考虑不愿带老人就医，延误了最佳治疗期。”讲到此处，欧小凡一脸无奈。

在省安宁医院的病房里，记者就见到这样一位老人。老人头发花白，坐在座位上靠陪护人员一勺一勺地喂饭。见到有人进来，老人就抬头嘿嘿地笑。

据医护人员说，老人的子女都事业有成，在老人患上严重的“分离综合症”后，未及时将老人送进医院。直到老人出现烦躁易闹、随地大小便的行为后，才送来医院。目前老人只能在医院里靠陪护人员轮流照顾度过余生。

关爱空巢老人孤独心灵

目前，每年至少有10万55岁以上的老年人自杀死亡，占每年自杀人群的36%，老年人已成为中国自杀率最高人群。有关机构的分析结果显示：心灵孤独，无人关爱是许多老人自杀的原因。

我国人口快速进入老龄化，如何让老人尤其是空巢老人安度晚年，已

是重大社会问题。在今年的两会上，全国政协委员朱晓进也建议，要加快推进“医养结合”的养老模式。

欧小凡也认为，空巢老人的问题，不是单靠医疗卫生部门的干预就能解决的，而是一个大的社会问题。希望政府能够深入推进社区养老服务，同时也要引入高科技的养老服务站，帮助空巢老人解决生活中的实际问题。呼吁更多义工等社会团体关注空巢老人。

针对空巢老人极易出现的“分离综合症”，欧小凡建议，老人在出现相关症状初期，就要及时送往精神专科医院就诊，切勿根据单个症状自行购买药物服用；为人子女者不应该仅仅从物质上满足老人的需求，更应该抽出时间多陪一陪老人，多和老人有心灵上的交流与沟通；老人自身也要从思想上改变，接受新的生活观念，建立自己的新圈子，减少对子女的依赖。长期单独居住的老人，可饲养猫狗等伴侣宠物，以缓解孤独感。

科技医卫

线虫或是“验癌高手”

别看线虫体长仅1毫米左右，日本科研人员最新发现，它在识别癌症方面有“特长”。线虫可根据气味准确辨识出癌症患者的尿液，未来有望据此开发出简单而廉价的诊断方法。

此前研究已知，癌症患者的尿液及呼出气体有特殊气味，因此有人研究利用癌症嗅探犬来诊断癌症。不过，训练一条合格的嗅探犬并不容易，且成本不菲。

日本九州大学等机构研究人员在美国新一期《公共科学图书馆综合卷》上报告说，他们采集了218名健康人和24名癌症患者的尿液，将尿液样本置于玻璃皿上，然后将50至100条“秀丽隐杆线虫”放在玻璃皿中央，观察其反应。这种线虫拥有和狗相当的嗅觉受体。

结果发现，线虫普遍远离健康人的尿液，而聚集到癌症患者的尿液旁，准确率高达95%左右。研究人员通过基因操作，使线虫的部分嗅觉功能失灵，结果发现它们不再有此表现。这说明线虫“偏好”的是癌症患者尿液的气味。

此次研究涉及胃癌、食道癌、前列腺癌、胰腺癌等多种癌症，且有些癌症处于很早期阶段，而线虫不分癌症种类和发展程度，都能准确识别出癌症患者的尿液。

研究人员说，线虫与狗的嗅觉能力相当，且更容易饲养，如果能将本次研究成果推向实用，有望大幅降低癌症检查费用，并使检查过程更加便捷，约一个半小时就能得出结果。

(据新华社电)

消费提示

老人莫入保健食品消费陷阱
购买保健食品
需认准左上角“蓝帽子”标识

老人别乱用止痛药
家庭镇痛可尝试热敷、冷敷、红外灯照射等方式

■ 见习记者 王培琳

老人偶尔会出现某些部位的疼痛。生活中，人们总会在家中备些止痛药。看到老人疼痛，家人的第一反应往往是先找止痛药，服用止痛。专家认为，止痛药要慎用。

海南省医学院附属医院麻醉手术室主任医师马乃全说，现在很多医院正在推行“无痛医院”的理念，但是“无痛”仅限在医院，因为在医院里有医术手段、设备的支撑，可以确保病人治疗安全。病人家自服止痛药应慎重。

马乃全表示，疼痛往往是疾病的首发信号，具有积极意义。引起身体疼痛的疾病多达200多种，不经医生诊断就随便服用镇痛药，很有可能延误疾病治疗时机。譬如，非典型性心绞痛病情早期也可能表现为牙痛、背痛、上腹痛等症状，如果病人在出现牙痛状况时，服用止痛药暂时缓解了，就可能疏于对身体的诊疗；肠梗阻的症状主要为腹痛，患者如果服用止痛药，疼痛止住了，却很有可能致使肠道坏死肚中而不知情。

针对止痛药的使用，马乃全提出了以下建议

1、不要轻信各种广告宣传，不能对镇痛药物的宣传效果过分信赖，从而私自购买止痛药进行暂时的疾病治疗。

2、原因不明的突发疼痛，应尽早送往医院进行诊断，万不可延误病情。

3、已经医生确诊的慢性疾病疼痛，在家中使用止痛药，应在医生指导下服药，并按药物说明以及医生指导的剂量服用，不可随意加大剂量以免副作用对身体的严重伤害。

4、镇痛药大致可分为阿片类和非甾体类两种。对于吗啡、杜冷丁等阿片类止痛药，因其有成瘾性及呼吸抑制等副作用，应谨遵医嘱；对于非甾体类止痛药，因其有致消化道溃疡、出血等副作用，也不可长期大量使用。

5、唯一可以在家中长期使用止痛药的患者是癌症晚期患者。此类患者疼痛剧烈，医生不会过分考虑其药物成瘾，因为这一阶段的治疗最重要的就是减缓病痛。

6、若是家中老人有因慢性疾病或劳累引起的疼痛，家人可以绕过药物，通过综合性手段，譬如热敷、冷敷，变换体位、红外灯照射、微波治疗等物理方式对老人进行止痛，这样效果更好，也更安全。



网购化妆品 切勿贪图便宜 空瓶回收背后藏猫腻

■ 见习记者 王培琳

目前，网购已经成为年轻女士购物的重要渠道。除了方便，很多消费者认为网上购买价格更便宜。但是，网购也有许多潜在风险。今年3·15国际消费者权益保护日，消费者江先生爆料在天猫网购化妆品美白，却遭遇“三无”致“烂脸”。

那么，假冒化妆品有哪些形式？网购化妆品应注意什么？省食药监局保健食品化妆品监管处副处长孙厚石表示，当前的假冒化妆品主要有以下两种形式：一是未取得批准文号或是未经备案的化妆品。按规定，国产特殊用途化妆品应取得国家主管部门（国家食品药品监督管理部门或原卫生行政部门）批准文号，国产非特殊用途化妆品应经省级食品药品监督管理部门备案；进口特殊用途化妆品应取得国家主管部门许可批件，进口非特殊用途化妆品应取得国家主管部门备案凭证。

二是假冒知名品牌的化妆品，以假乱真，欺骗消费者。这些化妆品有可能使用原料不明，生产过程做不到可靠的质量风险控制，还有可能为了产品效果违法添加禁用物质或超限使用限用物质，这将会对消费者健康造成危害。

比如颇受消费者欢迎的美白祛斑类化妆品，不法分子为了达到美白或祛斑效果，可能在产品中添加汞、汞等重金属或是氢醌、白芷等

禁用物质，长期使用会造成皮肤轻微性或是永久性损害；宣称祛痘的化妆品，有可能非法添加甲硝唑、氯霉素等药物，长期使用有可能造成消费者皮肤过敏或溃烂。

孙厚石提醒消费者在网上购买化妆品，一定要注意以下几点：

(1)选择合法、正规的网上商城，尽量选择正规企业的网上旗舰店进行购买。

(2)切莫贪图便宜，在购买某种化妆品的时候，可以货比三家，有个心理价位。若大多卖家都在某价格范围内出售的话，这种化妆品的价格也不会相差太多，出现比这更低价格的情况，消费者就要注意会不会有假货问题。

(3)化妆品小样是假货较多的产品。特别是一些店铺批量销售化妆品小样，造假可能性更大，因为小样是正品商家的赠品，不太可能有那么多源源不断地供货出售，买家在购买的时候要特别注意。

(4)看清、问清化妆品的批准文号、保质期、生产企业等详细信息，可登录国家食品药品监督管理总局网站(www.sda.gov.cn)查询化妆品的相关批准信息是否一致。

(5)网上购买进口化妆品时要尽量问清产地、国内代理商等。价格高并不代表一定是正品，也可能是假冒的。

“高价回收各大品牌化妆品空瓶”、“欢迎各柜台小姐和我取得联系，长期大量收购”，诸如此类文字时常出现在网站之中。业内人士表示，目前，部分不良网络卖家通过回收真品掺假出售，谋取暴利。

孙厚石提醒，如有人回收化妆品空瓶，一定要进行举报，因为这有可能是打击假冒化妆品的重要线索。



给我关注 还你健康

健康周刊广告联系：18976640822

投稿邮箱：hnrbjkz@163.com