

自杀是烟台人第五大死因

自杀年龄多集中在13-40岁,专家提醒青少年教育一定要在叛逆期前

本报9月8日讯(记者 宋佳 李大鹏) 10日是世界自杀日。据烟台市疾病预防控制中心2012年公布的烟台市民死亡档案发现,自杀死亡位列第五大死因,自杀年龄多集中在13-40岁左右。

“一项统计数据显示,人的一生中,大约有10%的人产生过自杀念头。”毓璜顶医院心理专家门诊主任医师苏路侠介绍,不要以为自杀离生活很远。

在2012年,烟台市疾病预防控制中心公布了2012年烟台市民死亡档案发现,自杀位列第五大死因,多数自杀年龄集中在13-40岁左右。据烟台市疾病预防控制中心的专家分析,自杀集中的年龄段跨越较大,可分为年轻群体和中年群体。年轻群体可能多因学业压力、情感伤害等,中年群体自杀则多因生活、事业上的压力。

近几年,毓璜顶医院心理咨询专家门诊的门诊量,平均每年至少增长10%。“虽然不能完全见之于心理疾病患者增加,但在一定程度上说明心理问题渐渐被重视。”苏路侠说,有的孩子还没有经历人生最美的时段就已经凋零,不仅带给家庭无法磨灭的痛苦,也让陌生人为之震撼。

对于仍然在痛苦中挣扎的青少年或者家长,苏路侠建议,尽快寻求心理辅导,并提醒家长朋友,青少年教育一定要在叛逆期前,也就是13岁前讲述应该承担的责任心,传授两性等相关教育。

新闻延伸

1 女孩4次自杀未遂,母亲都快疯了

“平均每位自杀者至少会影响6人,一旦悲剧上演,对受影响的人来说意味着一种惩罚。”苏路侠解释说,曾有一名女孩四次自杀未遂,母亲都快疯了。

今年19岁的小路被男友抛弃,因难以排遣内心伤

痛,在去年选择吞食安眠药的方式自杀,被宿舍好友发现后送往医院,挽回一条生命。

母亲担心小路再做出傻事,日夜陪伴。但小路并未悔改,再次在学校割腕被救,现已休学在家。之后,小路又接

连两次选择自杀。

据烟台市疾病预防控制中心专家分析,女性比男性更脆弱,自杀所占比例是男性的1.92倍。“可能与现代女性承受更多生活、工作压力有关,加之承受能力、适应能力不及男性有关。”

2 接受心理干预的抑郁症患者不足1/10

据烟台市疾病预防控制中心的专家介绍,大多数的自杀者患有不同程度的抑郁症,一般情况下,抑郁症的程度越严重,自杀的风险越高。但是,“接受心理干预的抑郁症患者不足十分之一。”苏路侠说,前

几年选择心理咨询的市民屈指可数,现在每天少也有十多人。

自杀的人多为内向、追求完美、钻牛角尖的人,“生活中一旦面临不尽人意的东西,很容易走上极端,所以不要太过

追求完美。”专家介绍,想不开的时候,运动一下。“生命中遇到的坎,先把它放在那里,注视它,尝试推翻它,跨过它,绕过它。”苏路侠说,说不定哪天突然翻过后发现,它根本就不算坎。

3 自杀可以预防,做到“两多两少”

接近八成的自杀者在自杀前会给人暗示,因此,一定要对此类问题保持敏感。“在发现对方有自杀念头,一定要给予充分的安慰、开导,采取干预,并及时介绍到心理干预门诊治疗。”苏路侠认为,自杀在一定程度上是可以预防的。

此外,日常生活中还应该

远离抑郁症,苏路侠认为预防抑郁症的方法应该是“多社交、多运动、少思考、少刺激”。

多参加社交活动,有意识地多参加各种社会活动,治疗抑郁的效果常常胜过药物。多

参加户外运动,适当运动可以宣泄心中负面情绪。少想心烦的事情,可通过唱歌、跳舞、打扫卫生等分散注意力。少接受可能受到的刺激,遇到不适外界刺激,应及时开导处理,保持心情平静。

本报记者 宋佳 李大鹏

你吃的鱿鱼,或许来自秘鲁

烟台4艘鱿钓船赴秘鲁渔场作业

本报9月8日讯(记者 李娜) 7日上午,汽笛长鸣,4艘鱿钓船从烟台渔业公司码头起航,驶往南美洲秘鲁进行鱿鱼作业。这4艘渔船是今年建造完成的,约150名船员大约一个月的时间到达目的地,2年后回烟。

几行千里母担忧,7日,73岁的于老太太,在送儿子上船时,不停抹眼泪。“这是他第一次离开家去那么远的地方,虽然他40岁了,我还是很担心。”于老太一开口说儿子又哭了起来。母亲送儿子,妻子送丈夫,孩子送爸爸……当天,烟台渔业公司码头聚集了各地前来送行的人,船员登船,送行的家人挥手泪别。

记者从烟台市海洋渔业公司了解到,“长顺6号”到“长顺9号”四艘鱿钓船,是烟台海洋渔业公司首批新建的远洋专业鱿钓船。船长66米,宽10米,船重近1000吨,船上装有先进的鱿钓机和冷冻设备。这4艘远洋渔船的建造已经达到了欧盟标准,钓上的鱿鱼简单加工,经过重金属检验设备检验合格,就可以直接销售到欧盟等国家了。

“妈,别哭了,回去吧,我没事。”在长顺6号和7号起航时,8号船上的船员张家铭从船上跑下来,给妈妈擦了擦眼泪,并一把抱住妈妈。“好儿子,好好干,一定记住,安全第一。”妈妈这一句话,来回叮嘱了好几遍。直到有人催促,这个25岁的小伙子才离开妈妈登上渔船。

“我儿子特别懂事,海上很苦,但是他从来没抱怨过,这是第三次出海了。”张家铭妈妈说,儿子比同龄人更体贴家人,这让她很欣慰,在家待了10多个月,做妈妈尽量做儿子最爱吃的东西给他吃。



25岁的张家铭在渔船起航前,再次拥抱母亲。 本报记者 李娜 摄

船员生活 隔两三个月才打次电话

老郭是长顺9号鱿钓船的大副,别看只有40出头,他已经从事远洋工作20个年头了。他将和船员们开始两年“黑

白颠倒”的生活。除了工作,这生活是什么样子的?我们来听他讲一讲。

“我们钓鱿鱼完全是在夜间作业,因此去到秘鲁,首先要把作息时间调整好。”老郭说。作息时间调整好,不算是难事,作为大副他要考虑的是,如何配合船长保证船员的安全和提高鱿鱼的产量。

船上年轻人多,离开陆地生活,时间久了难免会有孤独感,会想家。一般情况下,船员们两三个月甚至更久才和家人联系一次。“退回到20年前,10年前,我们还是主要以写信为主和家人联系,现在有卫星电话和电子邮件可以用,但是费用太高,仍然无法随意联系。”老郭说。

船上钓鱼 钓鱼用灯光 不是用鱼饵

钓鱿鱼是不是和在海边钓鱼一样?而去秘鲁钓过鱿鱼的船员会告诉你,钓鱿鱼不和海钓是两回事,钓鱿鱼不用鱼饵,用的是灯光。鱿鱼具有趋光性,渔船上周边挂着的一个个大灯泡就是营造

光亮的。每艘船上有超过150个聚光灯,每个灯的在2000-3000瓦。

钓鱼的鱼钩和普通鱼钩不同,它上面有一个“夜光豆”,当鱼钩下垂到海里,鱿鱼被灯光吸引,将鱼钩“抱”住,这时候鱿鱼缠在鱼钩上就无法脱身了。

鱿鱼钓上来之后,先到船两舷的流鱼槽内。利用强大的水流,鱿鱼会被冲到船舱加工间的鱼槽中,船员冲洗鱿鱼并

包装,利用传送带进入速冻间。速冻后,鱿鱼要经过金属探测器检测,检测合格的鱿鱼会被放入冷藏库储藏起来,冷藏库可以储存1000吨货物,当达到一定数量后,将有专门的运输船将鱿鱼转运出去。或者直销欧美国家,或者运回国内进行深加工。

秘鲁公海海域,鱿鱼资源丰富,个头也较大,一般在三斤以上。老郭说,渔船曾钓上来个重100多斤的鱿鱼。

相关链接

青少年寻求解惑 可打12355热线

到9月11日,烟台12355青少年服务台重启将达半年时间,烟台市12355青少年服务台是共青团烟台市委为疏导青少年心理困惑,提供法律服务、维护其合法权益搭建的以“12355”服务热线、网站等信息服务手段为依托的服务平台。

自3月11日起,烟台12355青少年服务热线重新启用即将半年,广大青少年朋友可继续拨打“12355”寻求解惑和帮助,心理咨询的服务时间为工作日周三至周五上午8:30至11:30;法律咨询时间为工作日周一至周四下午2:00至5:00。关于心理咨询和法律咨询的志愿者简介以及排班表等信息请关注烟台共青团网站(http://www.ytyouth.org),点击“烟台市12355青少年服务台”图标,进入该服务版块。

2013年,共青团烟台市委为进一步做好我市12355青少年服务台工作,对原有电话线路进行了调整,并与烟台心康学校,烟台市光远律师事务所合作,邀请了数名专业的心理、法律咨询师为青少年提供公益性专业咨询服务。

同时,欢迎具有心理咨询和法律服务特长的专家加入到烟台市12355青少年服务台青年志愿者服务团队中来。法律咨询志愿者群:294795709;心理咨询志愿者群:294795610。

报名电话:0535-6651155
报名地址:烟台市芝罘区通世路90号2号楼114室

本报记者 李大鹏 宋佳

车展4天卖出 7928台汽车

本报9月8日讯(见习记者 吴江涛) 9月8日,本届烟台国际汽车工业展览会进入倒数第二天。根据车展组委会发布的数据,截至9月8日,车展四天共计卖出7928台汽车,逛展人数突破16万人次。除此之外,本届车展,奥迪、宝马、奔驰等豪车的销量也不错,其中奥迪销售截至8日已逼近200辆。

会场中,品牌车仍然是市民追求的目标,而各大品牌参展商也使出浑身解数,车模、舞蹈、抽奖,轮番上阵,来吸引每个经过的市民。

不耗油,环保、噪声小,近几年,电动汽车一直是汽车行业热议的焦点。在本次车展上,虽然也有电动汽车参展,但无论是规模还是人气,都显得落寞得多。与众多私家车展区的热闹相比,在A馆的东南角,舒驰客车的展出的两辆客车显得比较落寞。这里没有车模,没有大音量的音乐,没有人群围着拍照。只有两位工作人员在守着公司刚研发生产的两款商务客车。

“来看私家车的比较多,我们的车主要是面向公司客户,参展这两天只有少数人咨询了一下。”舒驰客车烟台办事处主任宋吉彬介绍,这次参展了两款棕色的商务客车,其中一辆是行业一直热议的电动客车。

“这款车(电动客车)需要120万,旁边燃油车30万左右。”宋吉彬向记者介绍了两款参展车的价格,由于是新研发出来的产品,技术各方面成本都很高,导致客车价格突破了100万元。

不光价格贵,充电难也是阻止电动汽车进入市民生活的一道门槛。此外,电动汽车在本地还遭遇了政策问题,目前在烟台甚至整个山东,电动汽车还无法上牌照。