

## 高考结束莫忽视考后综合征

### 专家提醒家长应积极帮孩子减压

一提到考试引发的焦虑,很多家长都会认为这往往发生在高考之前或高考之中。事实上,每年高考后,到医院或心理咨询机构咨询如何预防考后综合征的学生和家长都特别多。专家提醒,高考后,学生心理也容易有困扰,老师和家长应该及时为孩子进行心理减压。

#### 警惕“考后综合征”

德州市区一医院心理咨询科专家说,高考过后,有的学生突然变得不爱说话,有时还经常发脾气,有的学生纵情地玩

了一把,连续几天与同学聚餐、飙歌,可是安静下来后,就会觉得很空虚,自己不知道该干啥。还有的孩子考完后,整天泡在网吧里,有时晚上都不回家。一部分平时学习较差、自知升学无望的考生,易产生破罐子破摔的消极心理;一些考生因为考得成绩不理想,怕别人嘲讽挖苦自己,便整天闷在家里,避免会亲访友。

面对这些情况,该专家分析说,这些都是高考综合征的体现,与考前安排得紧张而有序的复习生活相比,考试后应做些什么往往并不被考生们所

重视,这样很可能就会陷入一种不科学的状态中,心理学家将这种状态称作“考后综合征”。

#### 应积极帮孩子减压

专家表示,父母在孩子高考后要做到不责备,无论孩子是一贯不努力,还是发挥失常,一定要做到不埋怨、不训斥、不责备。因为孩子此时承受着前所未有的精神压力,家长此时不要说再去责备、埋怨,即便是流露出失望与怨意也容易引发孩子心理崩溃。

家长要引导孩子面对现实,

放眼未来,告诉孩子无论高考的结果有多么糟,这件事都已经成为过去。还可以安排孩子适当地休闲和学习,可以带孩子去旅游,也可以根据孩子的爱好,让他去学习一项自己感兴趣的特长,比如考取驾照等。

另外,在这段时间,家长要格外重视那些考后有受挫感的孩子,谨防极端的负面情绪。如果孩子三周以上持续出现情绪低落、失眠、厌食、身体不适等状况,家长、孩子又没有有效途径使其缓解,这时就要考虑找专业的心理辅导专家进行咨询了。  
(王乐伟)

## 登州路56号

### 夏日盛宴等你开启

很多东西我们愿意等很久,比如四年一度的世界杯。

烧烤、啤酒和西瓜摆好,我们开启的不仅仅是电视直播模式,更是用舌尖品味当下……

六月,德州已经迎来夏天的脚步。人们都在等待一场户外烧烤与世界杯共舞的盛宴——来三八路桥东登州路56号青啤广场,你就可以实现自己的愿望。

登州路56号,一如它在青岛的名字一样,纯正青啤带给舌尖的激情与狂想,犹如世界杯带来久违的青春激情,让人们在繁忙的都市节奏里触摸并享受。

广大球迷们还在为看球赛影响家人休息担心吗?用来纳凉的水帘洞、闹中取静的钓鱼池、啤酒加炸鸡、烤羊腿和全乳猪……来三八路桥下青啤美食广场,您可以燃放激情,尽情呐喊,豪迈狂饮!

球迷专区订座电话:0534-8156999,微信搜索“德州登州路56号青啤美食广场”加关注即可参与大转盘、水果达人、砸金蛋等互动游戏和相应积分,惊喜多多,快快关注吧!

## 腋臭进入高发期

### 就诊患者增多

夏季来临,天气逐渐炎热起来,腋臭患者临床症状更加明显起来。记者从德州富泰经贸职工医院了解到,近期医院迎来了腋臭病的治疗高峰。

5月31日上午,记者来到德州富泰经贸职工医院,发现在皮肤门诊室外有六七位腋臭病患者等待治疗。医师林主任介绍,天气变热,腋臭病症状这时候更加严重,病人往往选择这时候治疗,近期平均每天接诊腋臭病患者的数量比两个月前增加了近4倍。门外候诊的张女士说:“夏天到了,我这腋臭病又开始发作,听说德州富泰经贸职工医院治疗腋臭很有一手,治得彻底,不易复发,我慕名来看看。”

据了解,德州富泰经贸职工医院不仅精于治疗腋臭,也擅长治疗各种皮肤病、泌尿疾病,是德城唯一一家集科研、教学、治疗、预防、保健于一体的综合性医院。该院在皮肤病、泌尿疾病领域与国际、国内知名医疗机构保持着学术交流和技术来往,二十多位著名皮肤病、泌尿疾病专家参与诊疗及开展科研工作。



## 长知识

针对近期手足口病高发和儿童龋齿普遍存在的情况,近日,德州市人民医院保健科组织小儿科、口腔科的医务人员到市直机关幼儿园开展了以“预防手足口病、远离龋齿”为主题的健康宣教活动。

本报记者 王乐伟 通讯员 郭吉显 摄影报道

季节提醒



## 夏季驱蚊有奇招

**瓶诱灭蚊法:**用一些空酒瓶,每只酒瓶装进约1毫升的糖水溶液,轻摇几下,使瓶子内壁周围粘上糖液,分别摆放在蚊虫活跃之处。蚊虫闻到甜味,会自动投入“瓶中陷阱”被粘死。

**服药驱蚊法:**每天适量地服用一些维生素B。因服用后,维生素B经人体新陈代谢,从汗液或尿液排出体外,会产生一些特殊的气味,蚊虫很讨厌这种气味,因而不敢接近人体。

**熏烟驱蚊法:**在房间内,用

一些木屑,最好是有芳香味的木屑,放在铁罐里,在木屑上放几块烧红的炭,再放一些干的柑橘、橙或柚子皮在上面,燃烧后会散发出十分强烈的气味,蚊子闻到就会“退避三舍”。

**橘红玻璃纸驱蚊法:**用透

光性强的橘红玻璃纸套在60瓦的灯泡上,蚊子会四处逃散。

**涂抹驱蚊法:**用适量薄荷、紫苏或西红柿的叶,揉出汁涂抹于人体裸露的皮肤上,蚊虫闻到这些植物汁散发出来的特殊气味,唯恐避之不及。