

夫妻关系和亲子关系,哪个重要

夫妻和,家才安



图据AI生成

本报讯(记者 戴虹红 通讯员 李彬)“活了一大把年纪,原以为人生是为儿孙操劳,如今才明白,夫妻关系比亲子关系更重要。”近日,66岁的何利娟再次感慨。

何利娟与老伴结婚40余年,年轻时一门心思扑在孩子身上。孩子们成家立业,她又

忙着带孙辈、打理晚辈的家务。在她的认知里,夫妻间“搭伙过日子”就好。久而久之,她与老伴交流日渐稀少,晚饭时各吃各的、饭后各忙各的。

直到去年冬天,老伴突发轻微脑梗住院,何利娟悉心照料,端水喂药、擦身翻身、唠家常解闷,才真正体会到老伴在自己生命中的分量。“那段时间,孩子们有自己的工作和家庭,没法时刻守在病床前,白天忙完工作赶来探望片刻,夜里陪在我身边、替我分担疲惫、听我念叨担忧的,还是老伴。”何利娟回忆道。

老伴康复后,何利娟彻底转变了心态。她开始学着多关注老伴的喜好,睡前陪老伴聊聊白天的琐事、分享一件“小确幸”,周末陪老伴去公园散步、买菜,甚至跟着老伴一起学养花种草。

夫妻关系至关重要,常常被视为家庭的核心,承担着家

庭成员的情感支持与经济协作功能,浙江大学医学院附属精神卫生中心(杭州市第七人民医院)心理护理专家高秀君解读道,夫妻关系是家庭的情感基石,家庭因夫妻关系而建立,其质量直接决定家庭功能与整体氛围。“像何阿姨这样,年轻时侧重亲子关系而忽视夫妻关系的情况,在中老年群体中较为常见,很多人直到晚年才明白,老伴才是陪自己走过一生的人。”

高秀君表示,夫妻关系是亲子关系的“土壤”,和谐的夫妻关系能让孩子感受到温暖与安全感,孩子会在父母的互动中学会表达情感、处理冲突,更易形成健康人格;反之,夫妻冲突不断,可能导致孩子长期处于紧张情绪中,影响心理健康。她建议,家庭成员可通过简单的小仪式滋养关系,强化夫妻同盟,让家庭关系更稳固。如今,何利娟常跟身边老友分享:“夫妻和,家才安。”

精神疾病类医保定点机构被集体约谈

国家医保局近日发出通知,为进一步加强精神疾病类医保定点医疗机构管理,严厉打击违法违规使用医保基金乱象,各省级医保部门要组织对辖区内所有精神类定点医疗机构主要负责人集体约谈,宣讲医疗保障相关法律法规和监管政策。

各省级医保部门要组织本辖区内所有精神类定点医疗机构从即日起全面开展自查自纠,重点聚焦但不限于诱导住院、虚假住院、虚构病情、虚构诊疗、伪造文书、违规收费等违法违规使用医保基金行为。各精神类定点医疗机构应于3月15日前完成自查自纠,提交书面报告,完成涉及违法违规使用医保基金退款。

据央广网

学会托举自己 因为这是人生常态

托举自己,听起来抽象,却可以在最具体、最微小的生活日常里落实。

托举自己,要做自己的主心骨。面对挑战时,学着把庞大的目标拆解,先完成眼前清晰的一小步;感到迷茫时,告诉自己去读几页书、散一会儿步,让思绪逐渐沉淀。保持清醒的头脑,相信自己解决问题的能力,你会发现,那个最有力的托举者就是你自己。

托举自己,要在关键时刻做自己的后盾与港湾。当自我怀疑的声音响起时,你可以成为自己最坚定的盟友。

据人民日报夜读

吃药后竟按斤买彩票? 医生:药物副作用引发病理性赌博

本报讯(通讯员 郭俊)近日,一款名为甲磺酸溴隐亭片的药物因其独特的副作用,在社交平台上引起热议。

有网友表示,其因病服用甲磺酸溴隐亭片。在服药期间,“疯狂购买彩票,刮刮乐能按斤称了。”而在停药后,他不再买彩票。该网友称,翻说明书才发现,该药的副作用之一为“病理性赌博”。

据悉,这款药物系处方药,药物的适应证包括内分泌系统疾病、非催乳素依赖性不育症以及高泌乳素血症等。但同时可能存在多种不良反应,患者可能出现冲动控制障碍、

病理性赌博、强迫性消费或购物、暴食症和强迫性进食等情况,但其发生概率较小,低于万分之一。

从精神医学以及心理学的专业角度来看,赌博分为非病理性赌博与病理性赌博两种类型。二者区别在于,非病理性赌博是以娱乐社交为目的,能够适可而止,不会失控;病理性赌博则是一种精神疾病,属于冲动控制障碍。

哪些药物会引起病理性赌博?最常被报道会让人赌博上瘾的药,是“普拉克索”“罗匹尼罗”和“阿立哌唑”。这类问题在帕金森病患者和

精神病患者中最多见。

浙江医院西药房副主任李力主任药师解释,上面提到的这些药,会过度刺激大脑的“快乐奖励系统”,不过他也强调,病理性赌博是一种复杂、受多种因素影响的疾病。除了药物,个人的心理素质、生活环境等也都可能是风险因素。因此,要准确判断原因,需要对患者进行详细的临床评估和长期跟踪观察。而且,多巴胺受体激动剂仍是治疗帕金森病、高泌乳素血症等疾病的重要武器。规范用药的治疗获益,不要因此拒绝必要的药物治疗。