



相关链接

12 种心理问题应请教心理医生

- (1) 有明显不平常的感觉和行为时；
- (2) 因心理原因引起性功能障碍时；
- (3) 情绪极差，难以自拔时；
- (4) 当某些事引起了强烈的心理冲突而自己难以解决时；
- (5) 当人际关系出现了较大问题时；
- (6) 睡眠障碍，如失眠、做噩梦、梦游，尤其是与心理社会因素相关时；
- (7) 家庭、婚姻中出现难以解决的问题时；
- (8) 孩子出现各种心理问题时；
- (9) 在个人和事业发展上遇到一些影响心理的问题时；
- (10) 希望进一步改善自己的性格时；
- (11) 遇到负面精神事件尤其是重大事件的冲击时；
- (12) 遭遇疾病困扰尤其是长期疾病的困扰，而且伴随明显焦虑抑郁情绪时。

39 为什么说“病从心生”？

做到心理动态平衡是最有效、最经济的防治多种疾病的手段，但这又是最难做到的。我们机体的感觉器官接受外界的各种刺激后，会将神经冲动传递到脑内的视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉、痛觉中枢，最终上达大脑皮层，机体随之作出相应的反应。当刺激过强时，为了保护自己，我们常以躲避来应对，例如闭眼、捂耳、掩鼻、咋舌、缩回手脚等。同时，位于大脑额叶前叶、边缘系统、丘脑、下丘脑等部位的情绪中枢也会发生相