

高考临近最后冲刺年级第一名患抑郁休学一月 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/99/2021\\_2022\\_\\_E9\\_AB\\_98\\_E8\\_80\\_83\\_E4\\_B8\\_B4\\_E8\\_c65\\_99989.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/99/2021_2022__E9_AB_98_E8_80_83_E4_B8_B4_E8_c65_99989.htm) 昨日，当我们在重庆医科大学附属第二医院心理咨询室外见到了南岸区某重点高中就读的高三学生小宇（化名）的时候，他脸色偏黄，一副没精打采的样子，眼神中缺少一种17岁的孩子本应有的激情。据悉，受临近高考压力太大影响，相比两个月前，部分医院前来咨询的考生“患者”猛增15%。高考生：“我要休学！”“我想休学一年，明年再考！”谈到自己的病，小宇说。据其父介绍，小宇本来是年级第一名，文科成绩都没下过650分，但正因为对自己成绩上的要求一直很高，考试临近神经越发绷紧，突然就得了忧郁症。重庆医科大学附属第二医院心理咨询科的纪医生告诉记者，忧郁症和一般的考前焦虑症不一样，已经形成了一种病。但小宇拒绝服药，还硬要回学校。于是，不但病没治好，上课也听不进去，他的成绩垮了近100分。无奈，小宇的父亲决定暂时让他休学一个月，爬爬山，视恢复效果再看是否延续休学。中考生：“一看试卷就想吐”和小宇一样的还有南岸某中学初三（1）班的小敏（化名），小敏比较喜欢文科，但只有物理拖了她的后腿，“我偏科，学不好物理！”考试越来越临近，小敏上物理却没有任何起色，她感到特别着急。但每到物理课就头晕听不进去。上个月，她发现只要看到老师拿来了物理练习试卷，她就紧张得直冒汗。上周物理常规测试，小敏竟然看着雪白的卷子觉得眼前一黑，感到胸口憋闷恶心想吐，随即趴在了桌上。小敏告诉记者，目前只有做物理试卷时才这样，但已经

有心理阴影了。 医生：放轻松吃清淡多运动 据重庆医科大学附属第二医院心理咨询科的纪医生介绍，自3月份学校开学以来，因学习压力太大前来咨询治疗的考生已增加了15%，其中重点中学的学生居多，来咨询的考生占有所有病人的20%。这些考生普遍都患有考前焦虑症，表现为食不知味、烦躁不安、对试卷等学习用具感到恶心等。相比每年几十万的考生，这个数量已经很大了。距离中考高考只有一个多月的时间了，她建议考生们都应该适当放慢步伐，平时多吃清淡食品，调整自己的作息时间，有时候就尽量做一些有益的运动，复习的时候，采用闭上眼睛回忆的方式，也可适当减压。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)