

数读 / “恐艾”亟需心理干预

- 今年12月1日，是第30个世界艾滋病日
- 成都恐艾干预中心，是全国较早开始对恐艾群体进行预防干预的社会组织
- 目前在全国，恐艾群体的数量在50万人左右，而成都有超过5万人
- 据估计，每年都有50到100名重度“恐友”选择自杀
- 在恐艾群体中，男性占了9成，女性多在美容、针灸后产生恐惧
- 大学生群体的占比较大，接近一半；35~50岁的中年男性紧随其后

美容针灸后患上“恐艾症”
女高管几乎无法工作

成都恐艾干预中心专家：
成都5万以上恐艾症患者，这个群体更需要心理支持



成都恐艾干预中心心理咨询师张珂(左)在大学进行宣讲。

66

企业女高管张芳(化名)的生活，从一次针灸后开始坍塌。最初，怀疑自己去了不正规美容院，继而，感染艾滋病的恐惧像毒蛇一样将她死死缠住。即使被医院检测未感染艾滋病，张芳仍旧怀疑，是不是医院结果出了问题？

怀疑的程度在加深，对于艾滋病的恐惧让这位女高管无法正常生活和工作，她的恐惧蔓延到对所有医院都心怀忐忑，只要看见医院的标志，就会无法抑制地焦虑和抑郁。

“这就是典型的恐艾症。”作为成都市恐艾干预中心的心理咨询师，张珂和恐艾群体的接触已将近十年，这期间，不止一位患者向他哭诉，活在这样的恐惧中，如同身处地狱。

“只有一点点将他们扯出心理崩溃的泥潭。”张珂告诉记者，经过他们初步统计，目前在成都，有超过5万的恐艾患者，其中大部分重度患者，都有自杀倾向。

“其实，脱恐和防艾，是一项工作的两个方面。”今年12月1日，迎来了第30个世界艾滋病日，对于张珂和他的伙伴而言，艾滋病的科学防治宣传，每天都在进行中。

华西都市报·封面新闻记者
杜江茜
受访者供图

聚焦 强迫、焦虑、抑郁
“恐艾症” “我怀疑有人用针扎了我脖子”

进入成都恐艾干预中心的群，每天都有人在忐忑询问着自己的症状是否是感染了艾滋病。

有大学生咨询道：“今天我在河边，低头玩手机，离我一步远站着一个戴口罩的男士，我怀疑他用针扎了我脖子……针扎会感染艾滋病吗，要不要吃阻断药呀？”

除此之外，还有些人是使用公共马桶或者用同事水杯喝水后，询问是否会感染艾滋病。

“这些都是恐艾症的反应。”张珂告诉记者，“恐艾症”就是艾滋病恐惧症，又称获得性免疫功能缺陷综合征，是对艾滋病的强烈恐惧，表现为焦虑、抑郁、强迫等多种心理症状和行为异常。

大部分恐艾症重度患者，都有自杀倾向。张珂心有余悸，某次在接到患者的求助电

话后，那头的女生告诉他，上吊的绳子都已经绑好了。

“她的恐惧并不是对于艾滋病本身，而是对于感染的可能性。”张珂没有安慰患者，他理智分析了女生的心理，“我告诉她，她真有感染症状的话，我一定会劝她去医院检查，但是现在检查结果确实是没有感染，这种情况下，心理疏导就越发重要。”

事实上，张珂所在的成都市恐艾干预中心，是全国较早开始对恐艾群体进行预防干预的民间组织，由成都市性病艾滋病防治工作者，临床心理工作者和社会各界热心人士自愿组成。经他们粗略估计，每年都有50到100名重度“恐友”选择自杀。目前在全国，恐艾群体的数量大概在50万人左右，而成都有超过5万的恐艾患者。

恐惧 由心生
美容、针灸后得恐艾症
“他们会一遍遍确认没有感染艾滋病”

在张珂接触到的恐艾群体中，男性占了9成，而女性恐艾者，多是在美容、针灸后，怀疑医疗器材不干净才产生的恐惧情绪，“比如有人打耳洞或者是瘦脸针后，怀疑自己会感染艾滋病，继而开始心理崩溃的。”

从人群分布上，张珂分析，大学生群体的占比较大，接近一半；35~50岁的中年男性紧随其后；还有妻子怀孕期间丈夫有出轨行为，在怀疑与自责的情绪下，导致恐艾症。

心病难医，张珂接触过不少恐惧惯性的患者，这一类的患者，即使窗口期后单次或多次检测为阴性，仍会持续或间接性出现类似艾滋病症状，情绪不稳定、抑郁烦躁。“他们会一遍遍地向你确认，他们没有感染艾滋病，以此获得心理的平静。”

事实上，这样的患者让干预中心无法正常工作。对于这类患者而言，只有坐在干预中心，然后时不时向心理咨询师确认自己不会感染，才能获得最大的安全感。更严重一点的患者，长期恐艾、意志消沉，在日常生活中谨慎易怒，回避正常社交行为。

对此，张珂无奈又担心，

心病 心药医

“恐友”需要心理支持
“只有一点点将他们扯出崩溃泥潭”

对于恐艾症患者，有部分是因为对于艾滋病相关知识的匮乏，还有一些，则是源于内心的无可可依。

在张珂接触的患者中，有最终选择结束生命的，“她的丈夫和儿子都感染了艾滋病，她觉得已经找不到坚持下去的动力了。”也有在和家人的和解中，最终脱恐的，“这个患者刚开始会让家人去做各种检测。”张珂感触很深，他在一次次的对话中，发现患者长期在家庭生活中被忽略的事实，“这样被压抑的情绪，就在恐艾症中，被宣泄出来了。”

心病还需心药医，这位患者最后也是在和家人的沟通中，和自己和解。

事实上，在张珂接触的恐艾症患者中，不少人对于艾滋病的理论知识，了解得比普通人都更清楚，而他们的恐惧，更多是情绪和心理压力的投射。

“恐艾症患者不少都有过高危性行为或者是婚外情。这种不被社会道德规范允许的行为，让他们在内心深处受到道德谴责和社会压力。”张珂接触过一位男性患者，因为出差中有过高危性行为而开始恐艾，情绪极度崩溃。

对于这一类的患者，心理咨询师让他们的愧疚有地方可以倾诉，那些在他们看来，对家人朋友不好说、丢脸的事情和恐惧愧疚的情绪都能宣泄出来。

“对于这类患者，确实有声音说得病是活该，但是我们不能这么看。”在张珂眼中，病人都是平等的，“不能对他们进行道德审判，也没有这个权利去评价别人。”

关注恐艾症群体近十年，张珂接触过上万患者，他完成了自己的博士学业，在线上回答疑问两万多条，每周还会定时在线为患者做解答。从最初被人当做骗子，到如今被越来越多的关注和求助，张珂觉得，任重而道远，“只有一点点将他们扯出心理崩溃的泥潭。希望能帮助恐友克服恐艾症，纠正其在性格人格和思维上的不足，最终使其变成一位乐观开朗自信的人。”

■ 锐评论

“私改路标”“烧炭取暖”：
惩罚不该是唯一的公共反应

◎ 李晓亮

先来看个长得特别像情景喜剧桥段的“现实段子”：“我的交通标志规划更合理！男子PS起了马路”(江苏交通广播)。说的是日前江苏连云港的苍梧路与科苑路交叉路口，一条左转道，突然就变成了直行道。当然，这不是说把一条弯路给扳直了，而是说本来印刷在左转道路面的左转、掉头交通标线之外，突然多出一个直行箭头。

如果是市政交通部门论证后的调整，倒也没什么，但这事儿之所以引起讨论，关键就在于那个直行箭头是山寨的。是一个住在附近，常坐公路过此地的“常客”，临时起意，提着油漆桶，拿着板刷，就地开工。而且，不是月黑风高戴口罩偷改，而是青天白日，顶着摄像头，光明正大作业。甚至是冒着车来车往，被撞的风险。

他住那边，每日路过，长期观察，发现左转道设置有资源浪费嫌疑，所以动手。动手篡改确实不当，但对司空见惯的公共生活中的痛点提出质问，反思解决之道，这简直是堂吉珂德式的有勇气的可爱人物。是以，才过一天，跟帖中舆论风向已经力挺为主。

之前有类似艺术气质的公共表达，比如葛宇路的“葛宇路”命名行为艺术，虽也干法无据，但就是能得到不懂艺术却更务实的民众支持；韩寒之前也发文质疑上海71路公交专用

道的规划合理性。而这位粉刷匠或错只错在，动了手了，所以最终被行政罚款1000元。

类似还有一例，听起更搞笑：“山西建筑工人室外烧煤炭取暖污染大气被拘5日”(中新社)。上述若是情景喜剧，这就像魔幻现实剧了。这是忻州市公安局环安支队大气污染巡查组在夜间巡查时发现的，一工地有明火，发现是有人烧煤取暖，然后就拘了。你要较真，确实违反了《大气污染防治法》《消防法》。

但从过往跟帖的调侃来看，民众显然不瞎也不傻。纷纷打趣“年度最佳执法”：那是不是抽烟、烧烤、过生日点蜡烛都算污染，都面临违法了？这里的民意也很明显，各种污染若要算账，真是几个寒夜工地烧炭取暖的工友最该首当其冲买单受罚的么？这当然是最大善意的揣测：也许就是几个不开眼的倒霉蛋，不敢对真正污染大户亮剑，迫于年终考评，深夜糊涂开出罚单，却惹来众怒。

不管是公共交通规划还是生态环保执法，民众面对公共生活，如果插不上话，有意见有建议，也只能闷在心里，最后逼得私自篡改、抱团取暖，或无奈自救，作为公共服务部门首先该省思的，是这些民意关切的社会痛点，自己是否做得够好了？多想想“冬夜点火取暖”这个意向背后的深意，而不是挖苦嘲讽或直接行拘了事。

年轻人“好好吃饭”
为何成为一个难题

◎ 蒋璟琛

如今，随着城市生活服务设施越来越完善，许多年轻人尤其单身青年会选择外出吃饭，但他们中不少人感慨，一人就餐略感“凄凉”，总会遇到各种尴尬：前台服务员高喊“一位里面请”；一人时常被拼桌、让位；滋味如何没人一起分享，只能沉默就餐……日前，对1991年18周岁至35周岁青年进行的一项调查显示，67.6%的受访青年表示一个人去餐馆吃饭会感到尴尬。73.0%的受访青年认为青年群体尤其单身青年，“好好吃饭”成了问题。(中国青年报)

七成多受访者认为，年轻人“好好吃饭”成了问题。不得不说，这一结论多少令人感到意外。当然了，所谓“好好吃饭”终究是个模糊概念，其到底指的是主观的“心理感受”，还是客观的“就餐品质”？而那些深感无法“好好吃饭”的年轻人，又到底在经历着什么、忧心着什么？当吃饭难题每每被拿来与单身现象捆绑说事，是不是意味着，这根本就是一个无解的问题？

事实上，在网络外卖崛起之后，年轻人的吃饭难，已经很大程度上得到了缓解。但是，那种根深蒂固的孤独感，却反倒有加剧之势。之所以说“好好吃饭”成了问题，很大程度上或许是因为，相当一部分年轻人，由于

各式各样的原因，未能感受到“就餐”本该带来的愉悦感和满足感。与之相反，就餐的过程，成了一个动辄遭到“心理伤害”的过程。比如说，外出吃饭，被拼桌、让位，都能引得一些单身青年好一阵长吁短叹。

年轻人没法“好好吃饭”，到底是外界“恶意”太多，还是自己内心太脆弱，这着实是说不清道不明的事情。尽管必须承认，大多数餐厅的空间设计、服务流程，都是默认与“多人就餐”的情景相适配，可是这绝不意味着单个就餐者，就无法在这其中安之若素。以“拼桌”为例，就算不把这看成是多交朋友、拓展社交的好机会，最起码还是应该当做是正常的饮食文化……令人遗憾的是，许多年轻人总是越发自困于孤单落寞的状态中，而对外界的“刺激”充满警惕与抵触。

当你相信自己孤独，便可能真的孤独；当你感觉自己没法好好吃饭，便可能真的没法好好吃饭。单身的年轻人们，与其羡慕日本的“一人食”餐桌，不如尽可能调试好心态、调整好心情，继而努力走出那种自我强化、自我实现的凄苦预言。毕竟，情绪泛滥，毫不节制的自怨自怜，并不会让生活变得更好，也不会让吃饭吃起来更开心。

警惕“虐老”从个案发展为一种现象

◎ 朱昌俊

11月29日，有关安徽灵璧县尹西敬老院虐待老人的音频在网络上流传。根据爆料，该敬老院有多名老人被虐待。而爆料音频中一位盲老人则自称，今年重阳节期间被敬老院院长王为前(原为会计)用鞋底打脸；在此之前，还有老人也曾遭到王的殴打。最新消息是，灵璧县民政局通报称，王为前工作作风简单粗暴，方法不当，缺乏关爱之心；违反工作纪律和账务管理制度，造成不良社会影响，经研究决定，免去王为前尹西敬老院院长职务，并解除其聘用合同。(封面新闻)

老人在养老院本是为了颐养天年，却不想遭遇暴力相待。有个成语“虐老兽心”，比喻残暴凶狠而无仁义，有如野兽，由此足见虐老性质的恶劣。这样的现象一再出现，击穿了社会道德伦理和法律的双重底线，也颠覆了人们对养老院的应有期待。

近年来，有关虐老行为惩治的相关法律，已出台了不止。2013年7月起施行的《养老机构管理办法》明确，歧视、侮辱、虐待或遗弃老年人以及其他侵犯老年人合法权益行为的养老机构，由实施许可的民政部门责令改正，情节严重的处以3万元以下罚款，构成犯罪的依法追究刑事责任；而刑法修正案(九)则新增设了虐待被监护、看护人罪，犯虐待被监护、看护人罪的，将处三年以下有期徒刑或者拘役。

但现实中，养老院虐老事件时有发生，最终追究刑责的并不多见。这里除了法律执行上的欠缺，或也与社会对于虐老事件的行为性质仍未建

立足够的法律认知有关。王为前身为院长却虐老，目前只是被解聘聘用合同，不该是处理的终点。

事实上，虐老行为的可能性与严重程度被低估，已成为全球性问题。联合国官网曾发文指出，目前虐待老人这个话题虽然日渐在世界范围内得到关注，但它仍然是国家调查中最少被调查的暴力类型之一，也是国家层面行动方案中最不被重视的问题之一。而虐老，不仅包括“鞋底打脸”这类直接显性的暴力伤害，也包括种种精神上、经济上的虐待。

有统计显示，截至2016年年底，我国60周岁以上老年人口已达2.22亿，约占总人口的16.1%，已经成为世界上老龄化人口最多的国家。如此规模的老年人群体，必然意味着我们在老年人权益保护上，要投入更多精力。如果不从制度层面重视对虐老行为的预防和惩治，虐老现象很可能成为老年人权益保障的一大缺口。

养老院发生虐老现象，也警示社会，不能仅仅认为老人进了养老院，就意味着“老有所养”的实现。要像关注和重视虐童一样，重视虐老事件滋生的苗头，及时调查、严肃处理，惩前毖后，避免“个案”发展成一种“现象”。



下载封面新闻APP
浏览最新资讯

本稿全新闻
浏览封面新闻APP
www.thecover.cn