



对疫情的焦虑和恐惧，全世界都一样

人性都是一样的。之前武汉人民遭遇了什么，现在的欧美人民就在经历什么。

记者 | 陈冰



2020年4月6日，美国纽约一家医院外，医护人员运送死亡患者遗体。

新冠肺炎疫情在全球加速蔓延，已有60多个国家宣布进入紧急状态，部分国家和地区采取了封国封城的强力举措，特别是在疫情严重的一些欧美国家，甚至颁布了违反上街禁令处以重额罚款的规定。

许多习惯了自由散漫生活的人一下子不能适应，长时间待在家里，出现睡不着、吃不下饭、脾气不好的行为，感到害怕、委屈、焦虑、绝望、疲惫……更有的人甚至出现崩溃失控的状态。

据外媒报道，意大利一名28岁的男护士佩斯，因为怀疑女友——即将毕业的医学院学生夸兰塔将新冠病毒传染给了自己，一怒之下将27岁的女友勒死，自己自杀后获救。此前，他们俩一起被征召到意大利西西里岛墨西拿的一家医院工作。实际上，

初步检测结果显示，他和女友都没有感染新冠病毒。

这出惨烈的悲剧再次提醒人们，来势汹汹的新冠肺炎疫情期间，不少人会出现焦虑和抑郁等症状，及时的危机干预和持续的心理服务非常重要。

24小时不间断热线紧急干预

美国注册心理咨询师高彦隽告诉《新民周刊》记者，愤怒、焦虑、恐慌、抑郁等反应，都是人们在这个非常时期对抗突如其来、过于集中甚至极限挑战的高压力源的正常的应激反应。