



18岁的女服务员小严，因上菜时失手将汤洒到客人身上被斥责，两天后逃避上班甚至离家出走，被父亲碰上后转身就逃。22岁女大学生刘芳(化名)患上抑郁症，退学两年后，跟家人说来长沙找工作，居然在酒店烧炭自杀。脆弱的女孩，你们这样不爱惜自己，家人们很心痛知道吗？

22岁“抑郁女孩”酒店烧炭自杀

出事前跟家人说来长沙找工作 专家：别让抑郁症患者独自去外地生活

本报3月30日讯 “她说来长沙找工作，给家里减轻负担，没想到发生了这样的事。”3月27日晚，刚来长沙1天的22岁女大学生刘芳(化名)被人发现死在宾馆内。经调查，刘芳系在宾馆洗手间内烧炭中毒身亡，目前警方已排除他杀。据了解，刘芳患有抑郁症，已经休学2年。

酒店洗手间烧炭自杀

3月30日，岳麓区银盆南路的一家连锁酒店，事情已经过去3天，但刘芳的家人仍然悲痛地围在酒店门口不肯离去。

3月26日下午1点半左右，刘芳拖着行李来到酒店602房入住。第二天晚上8点左右，酒店工作人员发现刘芳既没退房也没续房，房内电话也无人接听，于是前去查房，结果发现房门遭反锁。

破门而入后的情景让工作人员目瞪口呆，“房间里的洗手间关着门，门缝处还粘了透明胶，里面有一盆已经烧过的炭，一名女子倒在洗手间内，已经没有了生命迹象。”在洗手间内身亡的女子，正是年仅22岁的刘芳。随后，工作人员报了警。

据酒店负责人介绍，监控视频显示，在事发前，刘芳提着一袋炭进入了房间。记者从银盆岭派出所了解到，刘芳系一氧化碳中毒身亡，排除他杀可能。

让刘家人难以接受的是，酒店规定的退房时间是在第二天中午，但工作人员直到晚上才去查房，“如果能及时去查房发现异常，也许悲剧就不会发生。”

患抑郁症已休学两年

刘芳是湘阴籍农村人口，父亲常年在外地打工，母亲在家务农，家里还有一个弟弟，因家里经济条件困难，弟弟16岁开始便外出打工赚钱。

2011年，成绩优异的刘芳考上了西安理工大学。“她很上进，经常拿奖学金，学费不大需要家里操心。”遗憾的是，刘芳大二时患上了抑郁症，不得不暂时休学，此后一直在老家治疗，没再返回校园。

因为要照顾刘芳，她母亲基本上没办法外出赚钱，家里全靠父亲和弟弟维持。

“她说想为家里减轻点负担，来长沙找工作。”刘芳的家人说，“刘芳平时乖巧懂事，很是节俭，在来长沙前心态平稳，没有什么异常，所以还比较放心，没想到成了这样。”目前，当地派出所和司法局已介入调解此事，刘芳的家人正在和酒店方协商赔偿事宜。

减压

都市求职族给自己减压

湖南省脑科医院心身疾病科主任谌益华介绍，抑郁症是一种常见的情绪障碍，可由疾病、天气等多种原因引起。抑郁和年龄、性格无关，性格开朗的人也会患上抑郁症。

“抑郁症其实离我们很近，超过一成的市民都有抑郁情绪。当然，出现抑郁情绪不代表患上了抑郁症，但抑郁情绪长期排遣不去就会慢慢患上抑郁症。”

不少求职者在求职过程中会感觉压力较大，谌益华为都市求职族介绍了一些简单的减压法：

1、从认知层面看待压力和挫折，保持积极的生活态度。

2、要摸索出健康并适合自己的减压方式，比如运动、购物、听舒缓的音乐、旅行、给自己写信、向亲友倾诉等。相反，酗酒、赌博等不健康的减压方式是不可取的。

3、在不能自我调节排遣不良情绪时，要主动去看心理医生，不要讳疾忌医。

同时，谌益华提醒，抑郁症患者的治疗周期较长，需要坚持用药、定期复诊，在未治愈前，亲人要经常给予关怀照顾，不要让患者独自去外地生活。

有专家表示，很多抑郁症患者，童年都有创伤的经历，抑郁与家庭有很大关系。

■记者 潘思璇
实习生 肖秀芬



家人提供的小严照片(右)。

上菜烫到顾客挨批，她离家出走

家人：很担心，她平时做错事都会躲起来不见人

本报3月30日讯 18岁的女孩小严，不小心将面汤洒在了顾客身上，遭到了顾客和老板的批评，觉得自己很委屈，两天之后不仅离职，甚至还离家出走了。今天上午，小严的家人致电本报热线96258说，她或许是害怕，选择了逃避，但家人们希望她早点回来。

【意外】失手将汤洒向顾客

3月26日，小严像往常一样准时来到长沙市雨花区泰雨家园附近的餐馆“快乐冰吧”上班。小严做服务员，平时的工作包括端茶、倒水、上菜、打饭等等。

当天，餐馆生意挺好，小严忙得不亦乐乎。李先生是快乐冰吧餐馆的老板，他告诉三湘都市报记者，当天小严前面接的单还挺顺利，不料后面上菜时发生了意外。

“当时从包厢里突然传来一阵喧哗声，我进去一看，才发现小严不小心将面汤洒到了一位顾客身上。”李先生回忆，被洒面汤的顾

客比较恼火，对着小严大声说了几句，并吓唬说“要她赔钱”。

李先生说，那名客人是餐馆的常客，平时人挺不错，他只能打下圆场，赔了个不是。下班的时候，李先生还留意了小严，并未发现异常，但第二天小严没来上班，“我还特意打电话问了一下他的爸爸，他爸爸告诉我，她28日会来上班，但她后面一直没来。”

李先生透露，小严平时比较内向、不善于交流，但做事比较勤劳、踏实，“我作为老板也会特别照顾她一下，毕竟她的年纪还小。”

【幕后】她平时做错事就躲

3月28日清晨7点，还在在雨花区清扫街道卫生的严爸爸接到了“快乐冰吧”李老板的电话，这才知道女儿没去上班的消息。

情急之下，他也顾不上手头的工作，开始寻找。“我在万家丽路与香樟路的交会处往高桥方向的地方看

到了她。”严爸爸说，当时他隔远使劲地喊，并告诉女儿如果不想去上班，可以跟他回家，不料女儿不但没听，反而一个劲地往远处跑，直到拐弯处不见了踪影。

女儿失踪后，严爸爸十分着急。他告诉记者，平时女儿不爱多说话，见到陌生人就躲，平常家里有客人来，她会一个人躲在楼上不肯露面，“我跟她妈妈也经常开导她，告诉她不要害怕。有时她在家做错事，也会经常躲在房间里不肯出来。”

在交谈中，记者得知小严一家是娄底涟源人，去年举家来长沙谋生。“除了上班，我们平时还打打零工。”严爸爸说，他与妻子除了在雨花区圭塘环卫所负责打扫街道卫生外，还经常抽时间打零工。而小严在小学刚毕业就辍学了，之后辗转于各地打工赚钱。去年年底，小严在雨花区泰雨花园附近的“快乐冰吧”餐馆找到了一份服务员的工作，还经亲戚介绍，找了一个做搬运工的男朋友。

■记者 陈昂 实习生 刘文敏

互动

严爸爸说，女儿留着短发，身高约160厘米，出走那天身穿黑色的运动衣。读者朋友们，如果你们见到了小严，请告诉她，在她失踪后，家人十分担心，希望她早点回家，没人会责怪她。如果你有小严的消息，请拨打热线96258，或通过登录新浪、腾讯微博@三湘都市报、@Hi都市报联系我们，小严的父母期待着她早日回家。

瑞澜整形特惠
400-0418-188

