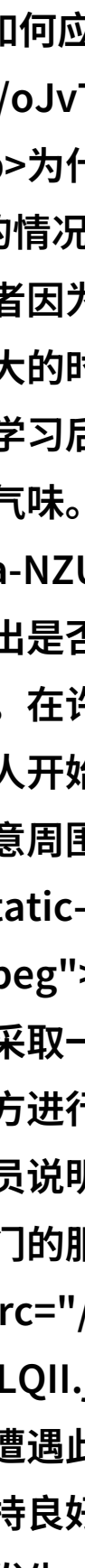
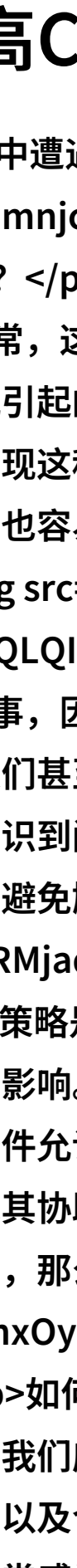
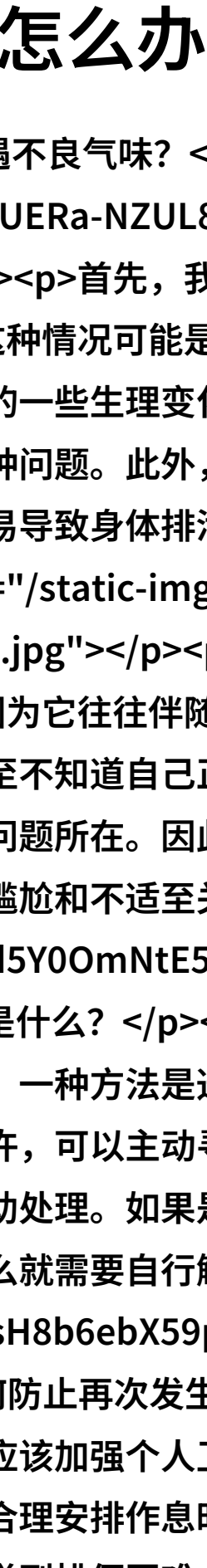


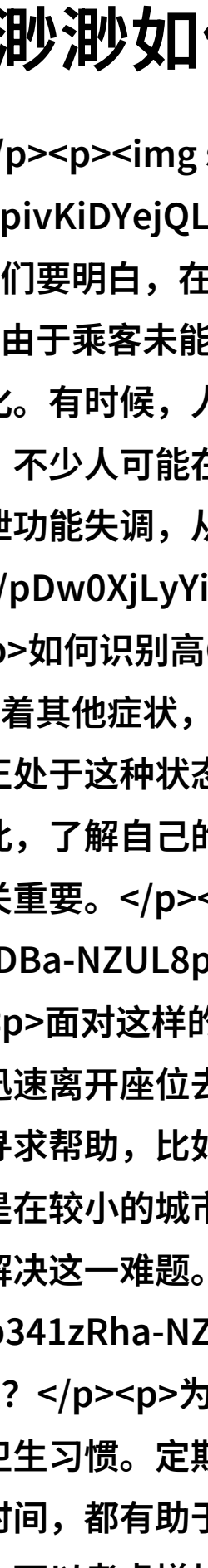
坐地铁车被高C怎么办 渺渺如何应对在公

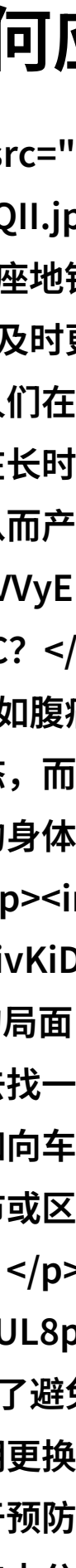
如何应对在公共交通中遭遇不良气味? 

为什么会出高C? 首先,我们要明白,在座地铁车被高C的情况并不罕见。通常,这种情况可能是由于乘客未能及时更换内衣或者因为身体健康状况引起的一些生理变化。有时候,人们在紧张或压力大的时候也可能会出现这种问题。此外,不少人可能在长时间的工作或学习后没有休息好,也容易导致身体排泄功能失调,从而产生不愉快的气味。

如何识别高C? 识别出是否为高C并非易事,因为它往往伴随着其他症状,如腹痛、便秘等。在许多情况下,人们甚至不知道自己正处于这种状态,而直到周围的人开始提醒他们才意识到问题所在。因此,了解自己的身体反应以及注意周围人的反馈对于避免尴尬和不适至关重要。

应对策略是什么? 面对这样的局面,我们可以采取一些措施来减轻影响。一种方法是迅速离开座位去找一个隐蔽的地方进行更换。如果条件允许,可以主动寻求帮助,比如向车上的工作人员说明情况,并请求其协助处理。如果是在较小的城市或区域,没有专门的服务员可供呼叫,那么就需要自行解决这一难题。

如何防止再次发生? 为了避免未来再次遭遇此类尴尬场景,我们应该加强个人卫生习惯。定期更换内衣裤,保持良好的饮食习惯,以及合理安排作息时间,都有助于预防这些问题的发生。此外,如果经常感觉到排便困难,可以考虑增加水分摄入量,有助于促进肠道运动。

社交心理学角度的考察

从社交心理学角度看,当一个人坐在公众场合

时，其行为往往受到社会规范和他人评价的影响。这意味着，即使是一个私密的问题，也会因为公众环境而变得更加敏感和复杂。在这样的情境下，每个人都应当展现出一定程度的心理素养，以减少他人对自己行为的负面评价，同时也不要忽视了自身健康的问题。

最后的思考

最后，无论我们身处何种环境，都应保持尊重与同情心。当你发现有人正在经历这样的事情时，不妨给予理解，而不是立即指责或逃离。你永远不知道对方是否已经感到非常沮丧和羞愧，所以尽量以宽容的心态来看待这个世界上每一个个体，无论其所承受的是多么微不足道的小困扰，或是巨大的挑战。