

· 临床督导 ·

# 过敏性皮炎遗留色素沉着共病适应障碍的 访谈与治疗

凌永红<sup>1</sup>, 李 洁<sup>2</sup>, 钟丽萍<sup>3</sup>, 张道龙<sup>3\*</sup>

(1. 雄安新区安新县医院, 河北 雄安 071600;

2. 无锡市精神卫生中心, 江苏 无锡 214151;

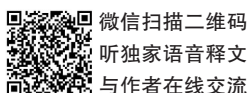
3. 北京华佑精神康复医院, 北京 102200

\*通信作者: 张道龙, E-mail: dzhang64@yahoo.com)

**【摘要】** 本文目的是通过报道病例诊疗过程, 呈现躯体疾病共病适应障碍的临床诊疗思路及治疗方案的制定。咨客是一位 36 岁已婚女性, 过敏性皮炎后遗留面部及颈部色素沉着, 影响容貌美观, 继而出现情绪低落、感到自卑、做事情缺乏动力、回避社交、心境不稳定、易怒, 严重影响日常社交及工作, 故来咨询。被诊断为过敏性皮炎遗留色素沉着共病适应障碍。建议采用生物-心理-社会综合干预方法, 鼓励咨询加强运动, 口服 NaSSA 类抗抑郁药米氮平缓解焦虑, 采用皮秒激光淡化色斑; 心理治疗推荐认知行为治疗和正念减压治疗。

**【关键词】** 适应障碍; 色素沉着; 心理治疗

开放科学(资源服务)标识码(OSID):



微信扫描二维码

听独家语音释文

与作者在线交流

中图分类号: R395.3

文献标识码: A

doi: 10.11886/scjsws20191106002

## Interview and treatment of adaptive disorders with pigmentation left over from allergic dermatitis

Ling Yonghong<sup>1</sup>, Li Jie<sup>2</sup>, Zhong Liping<sup>3</sup>, Zhang Daolong<sup>3\*</sup>

(1. Anxin County Hospital, Xiongan New Area, Xiongan 071600, China;

2. Wuxi Mental Health Center, Wuxi 214151, China;

3. Beijing Huayou Psychiatric Hospital, Beijing 102200, China

\*Corresponding author: Zhang Daolong, E-mail: dzhang64@yahoo.com)

**【Abstract】** The purpose of this article was to present the diagnosis and treatment plan of adjustment disorder comorbidity with physical illness through reporting procedure of treating and diagnosing case. The patient was a 36-year-old married woman with pigmentation on her face and neck after allergic dermatitis, resulting in self-reported differences in her appearance and beauty, followed by depression, self-abasement, lack of motivation to do things, social avoidance, mood instability and irritability, which seriously affected her daily social life and work. The patient was diagnosed with allergic dermatitis residual pigmentation comorbid with adjustment disorder. A biological-psychological-social intervention was recommended, including emphasis on counseling and exercise, taking NaSSA antidepressant mirtazapine to relieve anxiety, and using picosecond laser to lighten color spots. Psychotherapy recommendations included cognitive behavioral therapy and mindful stress reduction.

**【Keywords】** Adjustment disorder; Pigmentation; Psychotherapy

### 1 精神科访谈

#### 1.1 咨客情况简介

咨客, 女性, 36 岁, 大专受教育程度, 医疗检验员。现病史: 一年前因口服头孢克洛出现过敏性皮炎, 治疗后皮炎缓解, 但遗留面部及颈部色素沉着。

经皮肤科果酸焕肤治疗及皮秒激光治疗, 色素沉着有所减轻。罹患皮疹经治疗遗留色素沉着后, 患者出现情绪低落、自卑、记忆力减退、动力不足、回避社交、情绪控制不良、易怒, 工作受到影响; 无严重兴趣减退、无望、自杀观念等。既往史: 体格健康, 海鲜过敏史。个人史: 胞二行一, 足月顺产。病前

性格外向开朗、急躁,爱清洁,在意形象。婚后在家庭中强势、爱唠叨,夫妻感情一般,多次有离婚的冲动,对子女教育严格,控制欲强。家族史:母亲有抑郁症病史;否认两系三代中有其他严重精神疾病患者或其他遗传性疾病。

## 1.2 访谈实录

Z 医生:您好!我是 Z 医生,我是全科医生。我旁边是 D 医生,D 医生是精神心理健康方面的专家。关于你的皮疹我会给出一些治疗建议,关于您的精神心理健康由 D 医生负责。

咨客:好的。

Z 医生:皮疹在紫外线照射后皮疹是否会加重?

咨客:会加重。

Z 医生:皮疹和色素沉着都是裸露在阳光可以照得到的部位吗?

咨客:基本上是。

Z 医生:这表明你对光特别敏感,用药可能是发病的诱因之一。

Z 医生:我们的皮肤分不同的等级,皮下黑色素水平决定了皮肤颜色深度,基本上亚洲人属于第四和第五类型。有几个方案可以帮助到你。第一个方案是你可以用一些含美白成分的护肤品,长期使用可以让色素变淡;第二,你已经用果酸做过化学剥脱治疗,也可以使用不同的浓度水杨酸连续治疗几次,如果有效,就每隔二至四周做一次;第三种治疗方法效果最佳,就是激光治疗,激光治疗分不同的波段,亚洲人用 1064 纳米激光副作用少,因为亚洲人的皮肤本身黑色素就很高;第四,使用有遮盖效果的化妆品掩盖这些斑。

咨客:知道了。

Z 医生:关键还是要调整好心态,请 D 医生帮你解答这个问题。

D 医生:欢迎来到国际会诊中心来会诊。

咨客:嗯。

D 医生:在我们生活中无论是单个事件还是疾病,这些改变经常引起压力,比如离家上学、调动工作、婚姻问题、经济压力或者家庭成员的离世。压力的改变也可能是一个持续的问题。就像你的色素沉着,持续存在,影响了容貌。一些人在几个月内可以适应这样的改变,而你却不能。这里面会有疾病本身的因素,如果色素沉着只是发生在身体的隐蔽部位,穿着衣服,别人看不到,你也不会对此纠结;另一方面就是你自身的焦虑因素,如果你没有高焦

虑的基因,可能就不会发病。这些因素共同作用,使你在相当长的时间内感到痛苦、悲观,甚至部分社会功能受到影响,就是适应障碍。

咨客:这样啊。

D 医生:从遗传因素和症状看,你的焦虑水平较高,焦虑和皮肤过敏也具有相关性。你母亲的情况听起来是有强迫症倾向。你喜欢整洁、容易纠结,很大程度上是遗传了妈妈的强迫和焦虑基因,具有适应障碍的发病高危因素。过敏性皮炎是常见病,但是因为你焦虑水平高,对此很纠结,导致心理问题的出现,形成适应障碍。适应障碍是由于皮疹遗留了色素沉着,成为你发病的应激源,使你出现情绪低落、易怒、回避社交等表现。即使没有患皮疹,你可能也会在清洁、孩子学习、丈夫不顾家等问题上产生纠结。幸运的是,你目前没有像你母亲那样出现强迫症的表现,这也与你心智化水平高有关。你以前把自己的焦虑放在了对外型的追求上,这是升华的一面。所以色素沉着的出现导致容貌受损,你难以接受。经历了这段痛苦和困扰,现在我们知道了患的是什么病,我们首先要了解这个病,再谈如何治疗。

咨客:哦。

D 医生:大多数适应障碍患者的个体治疗效果良好,只需较短时间就能缓解,所以你不要太担心自己的病情。在色素沉着治疗有效的前提下,通过药物和心理治疗,你的适应障碍也会随之缓解,你要有信心。

咨客:谢谢。

D 医生:你可以在没有阳光刺激的环境下多运动,服用米氮平保证睡眠、降低焦虑水平。现在应该做的就是珍惜生活,把爱人和孩子照顾好;你工作不错,人际关系好,还在医疗单位中,知道怎么利用国际会诊这样的条件。更要注意的是,不要因为自己的焦虑和纠结而把孩子也教育得很焦虑,甚至强迫。现在化妆品功能和化妆技术都很发达,可以通过化妆来改变你的形象。还可以进行心理咨询,调整认知。总之你有许多办法可以用,保持身心健康。

咨客:嗯。

D 医生:还有什么问题?我们会诊结束后进行讨论,然后由主诊医生告诉你具体米氮平怎么用,选择什么样的激光治疗,Z 医生也会把化妆品的有效成份告诉你。把心态调整好,焦虑水平降低了,适应障碍

就会缓解。科学地去管理生活、去应对人生,你会更好,清楚吗?

咨客:好的,听清楚了,谢谢你。

D 医生:不客气,再见。

## 2 点 评

### 2.1 诊断与病因

诊断:咨客患皮疹后遗留色素沉着,出现了自卑、情绪低落、易怒、兴趣减退,回避社交,甚至几个月没工作。考虑诊断为适应障碍。适应障碍是指在可确定的应激源出现 3 个月内,对应激源表现出情绪或行为的反应,影响社交、职业或其他重要功能<sup>[1]</sup>。

病因:①患者母亲性格内向、倔强、敏感、爱清洁,每日把房间打扫得一尘不染,考虑可能有强迫症倾向;②患者遗传了母亲的强迫症基因,表现为爱整洁、纠结等阈下的强迫表现;③应激因素在于患者患过敏性皮炎,病情迁延不愈,并遗留面部及颈部色素沉着,影响容貌,患者难以接受。

### 2.2 治疗

生物治疗:口服米氮平 15~45 mg/晚改善焦虑;采用皮秒激光治疗淡化色斑;通过增加运动缓解压力。

心理干预:使用认知行为治疗和正念减压治疗。首先告诉患者疾病的成因,是因为遗传了母亲的高焦虑基因,但没有发展为强迫症。色素沉着是此次发病的诱因,自己难以接受而导致情绪和行为改变,发展成适应障碍。对于目前已经存在的问题,应予以接纳。色素沉着问题是可以经过激光治疗、化妆遮盖,改善自我体验。

社会干预:避免工作压力,缓和夫妻关系,尽量调动丈夫的积极性,使其参与到对孩子的教育和对家庭的管理中,降低自己的生活压力。

## 3 问 答

Q1:很多躯体疾病可以导致心理障碍,该患者

由于色素沉着影响容貌,出现抑郁性心境和兴趣减少,为什么不诊断抑郁障碍而诊断适应障碍?

A1:如果患者对应激源的反应达到了重性抑郁障碍的诊断标准,那么我们就需要诊断为重性抑郁障碍,而适应障碍的诊断不再适用。该患者症状显然没有达到重性抑郁障碍的诊断标准,色素沉着是其发病的应激因素,故诊断为适应障碍<sup>[1-2]</sup>。

Q2:患者的焦虑与皮疹及适应障碍有何关系?

A2:患者的焦虑是适应障碍的基础,患者遗传了母亲的高焦虑基因,由于皮疹遗留色素沉着后难以接受,色素沉着久治不愈成为患者出现适应障碍的应激源;而患者焦虑的特质可以促发、加重或使其处于罹患躯体疾病的风险中,进而加重皮疹<sup>[3]</sup>。

Q3:精神心理因素、遗传因素对皮肤病的发生发展有何影响?

A3:皮肤病与精神心理因素有关,但遗传因素也占很重要的地位。比如像孩子一出生就有湿疹,但是婴儿没有心理方面问题。一般来说,患有湿疹的孩子比较容易患哮喘等过敏性疾病。患者本来就有高焦虑的心理特质,又加上皮肤的问题,就产生过度关注,形成适应障碍。精神心理因素在皮肤疾病的发生、发展中起着重要的作用。精神心理因素可以影响皮肤疾病的治疗转归,心理干预、健康教育及改善情绪的药物对皮肤疾病的恢复有一定的帮助<sup>[4]</sup>。

## 参考文献

- [1] 美国精神医学学会. 精神障碍诊断与统计手册[M]. 5 版. 张道龙, 刘春宇, 张小梅, 等译. 北京大学出版社, 2015: 278-280.
- [2] 美国精神医学学会. 理解 DSM-5 精神障碍[M]. 夏雅俐, 张道龙, 译. 北京: 北京大学出版社, 2016: 110-111.
- [3] 迈克尔·弗斯特. DSM-5 鉴别诊断手册[M]. 张小梅, 张道龙, 译. 北京: 北京大学出版社, 2016: 164-166.
- [4] 马晓燕. 精神心理因素在皮肤疾病中的作用[J]. 长治医学院学报, 2015, 29(3): 237-240.

(收稿日期:2019-11-06)

(本文编辑:吴俊林)