

临床督导

“疾病焦虑障碍”的访谈与治疗

于鲁璐^{1 2} 张英东^{1 2} 张道龙^{3*}

(1. 河北医科大学第一医院精神卫生科, 河北 石家庄 050031;

2. 河北医科大学精神卫生研究所, 河北 石家庄 050031;

3. 美国伊利诺伊大学精神医学系, 芝加哥 IL 60612

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

【摘要】 咨客, 男性, 30 岁左右, 已婚, 育有一子。最近, 他对自己的身体健康状况感到越来越焦虑。作为一名动物检疫员, 他主要负责家禽或其他动物食品的质量控制。近来, 总是认为自己因为在工作中接触动物而患上了感染性疾病, 即使经过多家医院就诊后已经排除感染, 仍会寻找其他的原因。例如, 认为自己通过接触他人使用过的按摩椅或街边的流浪动物而患上某种疾病。这种担心非常强烈, 虽然他从未被诊断为狂犬病, 也没有被任何动物咬过, 但仍多次就诊于医院并接种狂犬疫苗。每天都会仔细检查身体, 寻找是否有咬痕或其他污染源。通过本次咨询, 他被诊断为疾病焦虑障碍, 并开始接受抗焦虑药物治疗。此外, 在医生的指导下进行认知行为治疗和正念减压治疗, 用于对抗闯入性思维。

【关键词】 疾病焦虑障碍; 认知行为治疗; 正念减压治疗

中图分类号: R395.5

文献标识码: B

doi: 10.11886/j.issn.1007-3256.2017.01.017

Interview and treatment of a patient with illness anxiety disorder

Yu Lulu^{1 2}, Zhang Yingdong^{1 2}, Zhang Daolong^{3*}

(1. Department of Psychiatry, the First Hospital of Hebei Medical University, Shijiazhuang 050031, China;

2. Mental Health Institute of Hebei Medical University, Shijiazhuang 050031, China;

3. Department of Psychiatry, University of Illinois at Chicago, Chicago, IL 60612, USA

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

【Abstract】 A married man in his thirties with one child has become increasingly anxious about his physical health. Employed as a livestock inspector, he served as a quality control inspector for poultry and other animals designated for human consumption. Recently, he believed that he got an infectious illness from handling animals. After several hospital visits ruled out any infection, he searched for alternative explanations, for example, hypothesized that he could've been infected through sitting on massage chairs used by others or contacting with wild animals on the street. The worry was so overpowering which pushed him to go to the hospital multiple times and receive numerous rabies vaccinations without diagnosis or been bitten by an animal. He checked his body daily searching for signs of bites or other sources of contagion. After seeking counseling, he was diagnosed with illness anxiety disorder and treated with anti-anxiety medication. He received Cognitive Behavioral Therapy and Mindfulness Stress Reduction Therapy at the same time to combat his intrusive thoughts.

【Keywords】 Illness anxiety disorder; Cognitive Behavioral Therapy; Mindfulness Stress Reduction Therapy

1 精神科访谈

1.1 咨客情况简介

咨客, 男性, 30 岁左右, 已婚有子。两年前, 由于工作压力等原因, 逐渐出现反复检查东西的行为, 反复考虑没有必要的事情, 未曾到医院就诊(咨客表示对这段经历记不清楚了)。近一个月以来, 咨客病情加重, 整天唉声叹气、心情差, 自诉高兴不起来, 到任何地方都要东张西望, 尤其走到角落的地方, 生怕猫、狗出来抓到自己, 又担心别人说自己坏

话、针对自己, 睡眠差。最近几个月, 咨客因为单位要求值班(单位是检疫系统, 需要凌晨去市场做检疫)而觉得累, 不想值班, 与领导相处欠佳, 因此感觉心情差。之前去洗浴中心、按摩场所等地后担心染病, 曾经两次去做检查。目前住院近两个月, 诊断为“重度抑郁发作, 伴精神病性症状; 强迫状态”。使用度洛西汀、奥氮平等药物治疗。服药两周左右, 咨客心情明显好转, 但仍然疑心重, 担心野猫、野狗抓到自己, 控制不住担心, 去卫生防疫站注射狂犬疫苗。本次想要咨询 Z 医生如何改善目前症状。

1.2 访谈实录

Z 医生: 你好,我是 Z 医生,讲讲你的困扰吧。

咨客: 我的困扰就是平时在路上走,会担心角落里藏着猫、狗,它们会过来挠着我,想象着可能会得狂犬病,接着往下想这种事。

Z 医生: 有这个问题多长时间了?

咨客: 一两个月、两三个月吧。

Z 医生: 这两三个月之内,有什么原因使你开始担心这些事,是被狗咬了,被猫咬了?

咨客: 因为我在动物检疫系统工作,平时接触这方面比较多一点。

Z 医生: 平时接触的猫狗比较多了。

咨客: 可能平时接触的比较多了吧,但是我一开始,前两年的时候不像现在这么担心害怕。

Z 医生: 你有这个事一两年了,你在这个单位工作多长时间了?

咨客: 工作四五年了。

Z 医生: 你们单位是人多还是狗多?

咨客: 肯定人多。

Z 医生: 那怎么不害怕人呢,比如担心有人说你坏话,为什么挑少的害怕呢?

咨客: 对呀,我也不知道,这种猫、狗有不确定性吧。

Z 医生: 你是在管野猫、野狗的部门吗?

咨客: 也不是,因为平时会去养殖场,一般养殖场都会养这些动物。

Z 医生: 养殖场还养别的动物吗,比如蛇、鸡?

咨客: 不养。

Z 医生: 都是养猫、狗的?

咨客: 一般养狗。

Z 医生: 养狗干什么,吃狗肉吗?

咨客: 不是,看门。

Z 医生: 你跟狗打交道多,你觉得可能会被它们咬,是这意思吗?

咨客: 是吧,可能总是感觉自己接触到这东西,总是担心。

Z 医生: 咱去了这个单位四五年了,一开始就知道会接触猫、狗,为什么这一两年感觉有问题了呢?

咨客: 这个我没有仔细想过。

Z 医生: 一两年之前不怕狗的时候,有什么担心吗?这听起来是担心被动物咬,因为你接触多,听起来对。但是工作四五年,近两年加重,中间总是发生了什么事,使你突然害怕起来。换句话说,在这之前担心别的吗?担心同事,担心坏人,担心抢劫,担心类似的其他事吗?

咨客: 这个我没有仔细考虑过。

Z 医生: 再比如说,在这之前想没想到,工作一段时间要晋升,别人当领导,咱当不上了,怎么办?要好好表现一番。或是有没有担心和哪个领导处不好,哪个同事说你坏话,担心这些吗?

咨客: 在这方面我跟直接领导前段时间有点矛盾。因为工作需要值班,每天早晨去市场,有检疫任务,那时候不太愿意去,感觉挺累的,每天早晨起得挺早,那时候跟我们的直接领导闹得有点不愉快。

Z 医生: 他派每个人都去值班吗,还是你认为他跟你关系不好,专派你值班,别人都不需要起早?

咨客: 也不是,我们大家都得去。

Z 医生: 既然你们都去,为什么你提意见呢?觉得对自己不公平,大伙儿都早起,你也早起,为什么你觉得有问题呢?

咨客: 但是还是有人不去。

Z 医生: 有人不去,你觉得领导对你不公平了,让你去得多,别人去得少,甚至不去,是这意思吧?

咨客: 差不多。

Z 医生: 不愿意起早的人,一般都是晚上睡觉有困难,你有这问题吗?

咨客: 没有吧。

Z 医生: 睡得足够实诚,一觉能睡醒?

咨客: 能睡得着。

Z 医生: 为什么不愿意起早呢?

咨客: 因为那时候起早,凌晨两三点就得起来。

Z 医生: 半夜起来,没让别人去,让你去,觉得是问题,你半夜起来了,害怕吗?你不是在单位住了?

咨客: 是在单位住。

Z 医生: 两三点钟,外面都是黑天呢吧?

咨客: 对,黑的。

Z 医生: 是否害怕有抢劫的,担心危险、门窗关没关,是否会有坏人进来,想这些事吗?

咨客: 不怎么想吧。我就到了那儿会有比较害怕猫狗的感觉,尤其是到了屠宰场,从里面走过的时候挺担心的,担心车底下什么地方会藏着猫、狗,会攻击我。

Z 医生: 但是猫狗有时可以看着,你害怕被人攻击吗?

咨客: 这个好像不害怕吧。

Z 医生: 在城市里猫狗咬人少,抢劫伤人的多,小偷多。

咨客: 我没考虑人会攻击我。

Z 医生: 在你来这个单位上班之前,有没有担心门窗没关,担心自己的健康,担心自己的未来,有过这样的情况吗?

咨客: 没印象。

Z 医生: 你自己是爱担心事的人吗? 还是大大咧咧、什么事都无所谓?

咨客: 应该还是比较爱担心事吧。

Z 医生: 担心什么事? 举个例子, 除了猫狗以外, 还担心别的吗?

咨客: 比较担心别人会给我传染疾病。

Z 医生: 感冒这类的病是吧?

咨客: 差不多吧。

Z 医生: 担心都是跟健康有关的?

咨客: 对。

Z 医生: 你经常看医生吗? 比如胃疼看看医生, 整整胃镜, 查查心电图?

咨客: 不经常看。

Z 医生: 一年看几次医生?

咨客: 一般身体不舒服的情况下才看医生。

Z 医生: 但每年平均下来, 身体不舒服的概率有多少?

咨客: 不多吧。

Z 医生: 不多是看几次?

咨客: 看两三次吧。

Z 医生: 每年看两三次。你今天在电话里讲话有点慢, 你平常在公共场所讲话、领导让你发言、做报告, 会紧张吗?

咨客: 还可以吧, 应该不算很紧张。

Z 医生: 但是你平常讲话的机会多吗? 因为你说猫狗检疫, 这都是不跟人打交道的。

咨客: 嗯。

Z 医生: 你给死狗死猫检疫, 还是活狗活猫检疫?

咨客: 我们平常主要接触养猪的人比较多。

Z 医生: 跟养猪场的场主说话比较多, 跟他们说话与同事比起来是比较流利的, 还是像咱俩现在讲话有些慢?

咨客: 跟他们说话比较流利吧。

Z 医生: 跟你的上级呢, 比你官大的人呢?

咨客: 这样的话, 一般也没有什么事, 说话也比较自由。

Z 医生: 你是大学毕业了?

咨客: 是。

Z 医生: 你在大学期间属于能讲的、活跃的人吗? 如果让你描述自己的话, 你属于什么样的人?

咨客: 我大学的时候是班长, 很爱参加活动。

Z 医生: 那说明还挺好, 你是兽医学校毕业的吗?

咨客: 不是, 我是学理工的。

Z 医生: 学理工的, 怎么去做检疫去了呢?

咨客: 因为专业对口的单位不好进, 刚好我们在这单位缺人, 就来了。

Z 医生: 你在大学期间说话就这样吗? 现在听咱俩对话的时候比较慢了, 稳稳当当的, 还是今天讲话有点紧张?

咨客: 今天讲话稍微有点慢吧。

Z 医生: 你在中学呢, 有这个特点吗, 也当班长, 跟大家一起交往比较多?

咨客: 没有。

Z 医生: 不活跃吗? 还是活跃? 如果分成两类的话, 活跃的意思是大家一起聊天, 能讲, 追女孩子, 不活跃的就是尽量自己溜边儿, 多看书学习, 少跟别人交往。

咨客: 那还算比较活跃的。

Z 医生: 你是你们家里唯一的小孩吗?

咨客: 对。

Z 医生: 你一开始上学的时候, 家长说过吗? 不爱上学, 愿意在家里待着, 有这种情况吗? 还是愿意上学找一帮小朋友玩耍, 上小学、中学的时候?

咨客: 那时候不太爱学习。

Z 医生: 爱上学吗? 你是一个比较内向还是外向活跃的, 我想看看你有没有什么变化, 能回忆起来吗?

咨客: 小学还有初中那时候应该是偏内向。

Z 医生: 妈妈有没有说你上学困难, 总是在家缠着妈妈爸爸, 你是妈妈爸爸带大的吗?

咨客: 是。

Z 医生: 有没有说过这孩子比较爱缠父母, 不愿意跟小孩子们一起玩, 家长有过这种抱怨吗?

咨客: 没有。

Z 医生: 你的父亲是干什么的?

咨客: 是公务员。

Z 医生: 平时工作是跟人打交道比较多吗?

咨客: 跟人打交道。

Z 医生: 性格算内向还是外向的?

咨客: 偏内向。

Z 医生: 妈妈是干什么的?

咨客: 老师。

Z 医生: 教什么的?

咨客: 教物理的。

Z 医生: 妈妈是那种愿意找阿姨过来玩儿的人, 还是那种不爱说话, 上完课就回家?

咨客: 偶尔会把老师们叫过来打麻将。

Z 医生: 偶尔? 不是经常很活跃参加社交活动?

咨客: 不算很活跃吧, 但也还行。

Z 医生: 除了你以外, 亲属里面有没有其他人, 爱焦虑, 爱担心事或者看过精神科医生?

咨客: 我姑姑有点抑郁症。

Z 医生: 达到吃药的程度吗?

咨客: 达到了。

Z 医生: 吃的什么药, 知道吗?

咨客: 不知道。

Z 医生: 爸爸的性格和姑姑像吗?

咨客: 还行吧, 比较内向。

Z 医生: 爸爸有抑郁焦虑吗? 爱担心事吗?

咨客: 没有。

Z 医生: 妈妈呢?

咨客: 也没有。

Z 医生: 我大致知道你这个情况了, 你今天要跟我讨论什么问题?

咨客: 我就想问问, 像我这种情况怎么把这个担心治好。

Z 医生: 怎么把目前情况改变一下, 不那么担心、焦虑是吧?

咨客: 是。

Z 医生: 你平常喜欢运动吗?

咨客: 上学那会儿还可以, 现在已经没有运动过了。

Z 医生: 你上学的时候喜欢什么运动?

咨客: 那时候踢足球。

Z 医生: 那运动量很大。现在呢, 为什么不踢了呢?

咨客: 现在时间上不是特别宽裕吧。

Z 医生: 好的, 我听清楚了。你好像已经结婚有小孩了是吧?

咨客: 对。

Z 医生: 小孩几岁了?

咨客: 小孩两岁多了。

Z 医生: 你这些焦虑的问题, 是生小孩以前有的, 还是当爸爸以后?

咨客: 应该是当爸爸以后吧。

Z 医生: 听起来时间上是比较吻合的, 一直想看看你这期间有什么变化。担心小孩健康吗, 想带小孩看有没有什么问题, 爱有这种想法吗? 除了担心你自己有问题, 还担心孩子跟太太的问题吗?

咨客: 倒是没有担心过。

Z 医生: 我听清楚了。你的一个问题是这种状态怎么改变, 还有其他问题吗?

咨客: 主要就是这个。

Z 医生: 好的, 我当了二十多年的大夫, 95% 以上的患者都是这样的, 首先担心自己有什么病? 第二, 怎么治疗它? 第三, 预后怎么样? 大部分人都对这些感兴趣, 你的问题听起来也跟这个有关是吧?

咨客: 嗯。

Z 医生: 好的。你的问题主要是焦虑, 表现为没有特别明显地针对一个具体事物的焦虑, 焦虑的事情基本都跟健康有关, 担心别人把疾病传给自己, 担心猫

狗伤害自己, 但还没有完全地泛化。这个病是跟焦虑有关, 长期处于这种焦虑状态, 焦虑的人都是敏感、爱抱怨。你说话的声音不是很强, 能量不是很足, 听起来像长期焦虑之后带来的抑郁, 现在两种状态都有了, 主要是焦虑, 也有继发性的抑郁。你担心的这些事, 现实中是不会发生的, 而你却非常担心, 想着去打疫苗、做检查, 这都是焦虑的表现。我们说的疾病焦虑障碍, 是指跟疾病有关的焦虑。其次, 除此之外, 你还有与疾病无关的焦虑, 但没有泛化得特别明显。家里爸爸的内向, 姑姑的抑郁症, 都是跟心境有关的问题, 多少跟情绪有关, 抑郁、焦虑这两个经常是共病存在的。

咨客: 嗯。

Z 医生: 这些问题该如何治疗呢? 需要生物 - 心理 - 社会综合干预。首先, 生物上, 得用抗焦虑药物, 度洛西汀是抗焦虑药的一种。所以用这类药物治疗焦虑没有问题, 因为它本身也治疗抑郁。第二, 光靠药物治疗效果有限, 因为你担心的事相对特定, 不能只靠药物来解决。你知道度洛西汀吃多少毫克吗?

咨客: 不知道。

Z 医生: 一般是 30 毫克、60 毫克, 我稍后跟你的医生商量药物的剂量。除了药物以外, 运动是治疗焦虑非常有效的手段。我跟你的医生讨论, 让你怎么恢复运动, 在医院里运动比较少, 都是原地做运动, 出院以后得坚持运动, 得恢复到当年踢足球的强度。我的意思不是一定要踢足球, 而是把运动当成治疗手段, 像吃药片一样, 有规律地进行运动。第二, 在心理治疗方面, 我会跟你的主治医生讨论一下, 教你练习正念。因为你总是去想跟健康有关的事, 用正念的办法让你不去想这个, 住院期间就可以学会。和尚叫打禅, 心理医生叫正念或冥想。让你不去想猫狗的事, 这得练, 练你的思维控制, 让你减少焦虑和担心。

咨客: 嗯。

Z 医生: 第三, 社会干预。因为你现在怕猫、怕狗, 不能拿猫狗刺激你, 需要跟领导协商, 休个病假或采用什么方法, 暂时不跟猫狗打交道。因为这期间你很焦虑, 又在治疗, 得先避开这些事, 之后再解决你对它的恐惧。通过刚才说的药物、正念、运动来解决, 一旦焦虑状态缓解了, 你对健康的担心也就少了, 也不会那么害怕猫狗了。假如你非常特定地总是害怕猫狗, 其他的不怕, 那总是能找到不跟猫狗打交道的工作。问题是得先治病, 这个病治不好, 猫狗只是一个诱因而已。

咨客: 嗯。

Z 医生: 至于为什么这两年逐渐发病, 回去需要找找

原因,到时候帮你分析一下。听起来这两年的工作变化不大,家庭上有些变化,有了小孩,不知道是不是跟这些变化和压力有关。找到原因后,尽量规避你的压力源,不管是猫狗,还是工作压力大,或者是小孩正处于最让人费心的时候。如果是小孩的原因,那么过了这个阶段自然会缓解;如果是工作环境的原因,经常要接触猫狗,那么回避之后就会好一些。这样你的焦虑状态才能缓解,我们需要有针对性地降低焦虑,而不能泛泛地降低,因为你担心的事情比较特定,得回去想想这期间到底发生了什么,也好日后做环境控制。所以,生物学上指的是抗焦虑、抗抑郁药,加上运动,心理疗法是做正念,社会因素要找到跟什么因素有关,到时想办法做做环境控制。无论如何先针对性地治疗你的焦虑,你的病才能缓解。这样讲,清楚吗?

咨客:清楚。

Z 医生:我再和你的医生讨论一下,下次有机会再跟你交流,想想你在同一个工作上这两三年突然加重,到底是什么原因,是家庭生活压力大了,还是自己的担心增加了,还是其他什么原因。听起来小孩是一个线索,再想想其他的,为什么让你突然变得更焦虑了。一般人年龄越来越大,人的焦虑会越来越低了。你回去可以问一下姑姑大致什么年龄发病,看她当时是什么症状。一般这类疾病都是 15~25 岁发病,你这算起来差不多应该是二十七八岁,稍稍晚一点,但大体符合规律。我更想知道这两三年生活压力是什么,这样才能帮助你继续分析。

咨客:我以前跟朋友去娱乐场所玩儿,有按摩什么的,当时就是担心会不会染上艾滋病、性病,有这么一个过程。

Z 医生:这也是最近两三年的事情?

咨客:对。

Z 医生:但大部分有这个经历的人,即使是担心,之后检查完身体显示阴性就不再想这个事了,你反复地想这些事,这是问题,还不只是这个,还担心猫狗。我也担心被狗咬,还曾经真的被狗咬过,但也不会天天害怕,顶多一年想一次。你的担心比较频繁了,你担心别的病,也是一样的,关键是这种担心为什么集中在最近两三年,之前听起来相对还好,什么原因把你改变了,把那个压力源找到了,下星期我们再讨论相应的干预措施,否则泛泛的话不知道什么原因。你现在的病不是因为去了娱乐场所,猫狗跟娱乐场所没有关系,你也害怕。

咨客:还有比较深层次的原因。

Z 医生:不知道深层、浅层,还得看有没有其他具体的原因触发了你这次发病,持续两三年的病,除了害

怕性病,还有猫、狗,听起来不是一件事。为什么三十多岁的小伙子突然担心这个,小时候不害怕。一般是小时候害怕蛇,害怕狗,长大了这些问题慢慢越来越好了,很少有人 26 岁之前很正常,26 岁之后就害怕猫、狗了,这跟你的工作和生活压力有关。你再回忆一下,现在临时想不起来了,之后我们再讨论。这样清楚吗?

咨客:好,我回去想想。

Z 医生:好的,下周再讨论。

咨客:谢谢。

Z 医生:不客气,谢谢你今天参加访谈。

2 诊断与治疗^[1-2]

第一,毫无疑问,不管做心理咨询还是药物治疗,不管如何进行生物、心理、社会的综合评估与干预,首先都要有基于 DSM 或是 ICD 系统的诊断与鉴别诊断,以此来判断患者大致是什么问题。这个患者首先给咱们的线索是害怕猫、狗,这是焦虑的表现了。正常情况下,人伤人的情况比较多,像抢劫、强奸、杀人,而真正的猫、狗咬死人的不多,咬伤人的也不多,这说明他夸大了这些风险。那么患者这种害怕动物的表现是特定恐怖症吗?实际上他害怕猫狗,还是怕染病,怕的是跟健康有关的事情。你再问他,患者还讲到去风月场所,回来担心得性病。去的人肯定回来都有这种担心,但是担心的时候可以用避孕工具,回来之后可以多做检查,一次不行做两次,之后就不担心这些事,他又是超出这范围,检查结果是阴性仍然担心。再听患者在现场讲话的反应,听起来不是很流畅,像是很紧张,让你感觉唯唯诺诺的,大男人讲话像姑娘的感觉。

第二,从症状学来看,患者的症状符合焦虑和抑郁,但这不能说明他就是抑郁症或焦虑症,主线听起来还是焦虑,而抑郁是继发的,因为焦虑是一个耗能的过程,焦虑时间长了都会带来抑郁。而且目前大多数的担心都与健康有关,符合疾病焦虑障碍的诊断。男人一年看病两三次算多的了,他所担心的事都是有现实根据的,但明显夸大了风险,明显是焦虑。那么患者的焦虑是否泛化呢?我问他是否担心黑夜和没锁门,是否担心老板会对他的工作不重视等,他的回答听起来最多是一些抱怨,也就是说他还没有泛化到更广的范围。横向问他担不担心黑夜和没锁门,纵向问他小时候有没有分离焦虑障碍。所以,鉴别诊断要从横向和纵向来看,横向看泛化到什么程度,纵向来看远到什么程度。而且患者的疾病已经影响了他正常的工作和生活。

第三,患者的担心和焦虑是怎么来的呢?假如

他说的病史是对的,只有两三年的病史。家族史有没有这些问题?他讲的爸爸内向,姑姑有抑郁症,听起来都是合理的。从一元化,从精神动力学的角度看,一个人不会无缘无故突然变得异常,不像车祸这种突然的意外。但我说的意思并不是每个人都要有家族史,不发病不代表没有家族史。怎么突然 27 岁就得病了,总得找到解释才行。也就是说,看一个疾病要看概貌,看它是从哪里来的,加重和减轻因素。患者的小孩才两岁多,正是特别费神的时候,而自己喜欢的运动也停下来了,这些都是使焦虑增加的因素,是不是这期间工作也增加了呢?他不知道,暂时没有找到明确的压力源,但是要顺着这个思路去寻找。

最后,治疗上采用生物-心理-社会综合干预,不能只靠药物解决症状。因为不是症状的问题,即使是猫狗不害怕了,他还担心性病,还担心别的事,焦虑的人什么事都可能担心,只是一件事换成另一件事了,不是解决焦虑症状,而是帮助这个人。

3 问 答^[3]

Q1: 这位患者有焦虑,在 DSM-5 中属于焦虑障碍中的哪一类?

A1: 首先,这位患者达到了躯体症状障碍中疾病焦虑障碍的标准,但还没有泛化到更多,还是围绕着与疾病和健康有关系的担心。患者怕猫狗,不是害怕猫狗本身,不能诊断为特定恐怖症,他是担心动物把病传给他;去完风月场所也不是怕女人告他,不是怕纪委找他谈话,而是担心得性病,还是跟健康有关。他自己说了爱想事,爱担心事,但是在今天的访谈中不太能表达更多,一般焦虑的人在人多越多的时候越紧张,之后跟他单独对话的时候,看他能回忆起多少。因为反复焦虑、耗能,现在还有了继发的抑郁,不是原发的抑郁。

这为患者诊断为疾病焦虑障碍,还是按照焦虑去治疗。如果尽早干预可能不会泛化为其他的焦虑障碍。疾病焦虑障碍或者躯体症状及相关障碍整个这一章的本质都是焦虑,只是焦虑的具体事物不一样。一般有一个疾病的诊断就可以治疗了,在这过程中逐渐会对病史了解得更多。这个病的主题是与疾病有关的焦虑,但不是焦虑障碍。像躯体症状及相关障碍都和焦虑有关,创伤及应激障碍也和焦虑有关,有很多疾病和焦虑有关,要看患者现在特定到什么情况或泛化到什么程度。

Q2: 在这位患者身上,应该怎么区分焦虑和强迫?

A2: 这位患者是疾病焦虑障碍,就是过去说的疑病症,现在叫疾病焦虑障碍,总担心自己得病,实际上是焦虑,多疑的原因总是怀疑有健康方面的问题。强迫症是自己有一个强迫思维,必须采取明显的强迫行为,主题主要有三方面:第一,与健康、卫生有关,觉得上厕所脏,担心会生病,拼命洗手,严重的把皮肤都洗烂了;第二,与宗教有关,特定的时间、特定的地点去祈祷,看起来特别虔诚,“超级宗教狂”;第三,与对称有关,摆家具必须对称,相片摆放必须对称等,总是跟对称性有关。因为有了这类的强迫思维而产生焦虑,通过强迫行为来降低焦虑。

这个患者有强迫思维,总觉得担心,但他并没有采取明显的行动,比如把工作辞了,把猫狗全杀了,他没有这些反复不断的强迫行为来化解焦虑,只是停留在一点点的强迫思维上。焦虑达到一定程度的时候都容易有这种强迫,因为长时间焦虑、反复担心,就会有这种强迫的感觉,一般我们不管这种情况叫强迫,而叫反刍,“化验是阴性,有没有可能是假阴性呢”,“这么黑的天万一猫狗出来了呢”。没事想这些,但没有整天去查看门后面有没有猫,或是用一些方法把猫都杀掉的这些行为。这是一种在焦虑下的反刍,核心的主题还是担心自己得病,准确的说是疾病焦虑障碍,有一些强迫思维,但达不到强迫症,也没有焦虑障碍里的分离焦虑和特定恐怖症。

Q3: 这个案例是不是需要再做一个家属的访谈来收集更多的病史资料?

A3: 不需要,我们临床看病不需要问家属。医生看病要靠诊断标准,靠自己的专业技能,不是靠必须家属在场。因为患者本身是成人,没有交流障碍,也没有神经发育障碍,没有智力的问题,更没有痴呆的问题,我们根据成人之间互动来看病。如果有来自家属的额外的消息可以参考,但是一般不需要叫家属来,这个没有意义,这样做医生就没有效率了,只要患者 18 岁以上就可以直接诊断。

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: 北京大学出版社, 2015: 306-310.
- [2] 迈克尔·福斯特. DSM-5 鉴别诊断手册[M]. 北京: 北京大学出版社, 2015: 172-173.
- [3] 美国精神医学学会. 理解 DSM-5 精神障碍[M]. 北京: 北京大学出版社, 2016: 126.

(收稿日期: 2016-11-04)

(本文编辑: 陈霞)