

心解码

健康读本

和身体的疼痛相比,积压在心里的疼痛可能更难治愈。

IT老板斥百万巨资四处求医 中年妇女借病博取丈夫关注 一切正常的他们 为何要“装病”?



视觉中国供图

本报记者 张冰清 通讯员 应晓燕 徐允佳

“医生,我生病了。”
“检查一切正常,您的身体没有什么问题。”
“但我浑身上下都疼,没有胃口,恶心想吐,睡不着觉……”
“你可以到精神科看一下。”
“我是身体难受,又不是脑子有病,你是不是觉得我在骗你?”
……

有一群人,所有的检查报告都显示阴性,专科医生排除了所有器质性疾病,但他们依然坚信自己病了。因为身体的不适感如此真切,足以反驳所有医生的诊断。

他们确实病了。但生病的不是躯体,而是他们的精神。这类疾病,叫做“躯体化障碍”。这是一种以躯体症状为主要特征的神经症,可涉及身体的任何系统和器官,但其实并不存在器质性病变。

兜兜转转,躯体化障碍的患者最后还是会上精神科就诊。精神科医生说,这些患者多伴随社会、人际或家庭行为方面的严重障碍。和身体的疼痛相比,积压在内心的疼痛可能更难治愈。

此外,尽管公司经营不错,但这些年行业竞争加剧,依然面临巨大的生存压力,他作为创始人背负着全部员工的希望……这些情绪产生的矛盾和割裂,最终压垮了他。

之后,徐先生被安排入院系统治疗,医生给予了安神补气、抗焦虑、改善睡眠的中、西药物治疗,并配合认知和行为心理治疗,渐渐安抚住了“困兽”的脾气,他的睡眠和疼痛都有所改善。

中年怨妇其实是个缺乏安全感的小女孩

一种社交模型理论认为,一些患者会将躯体化障碍的症状当作一种表达、排解情感的方式,从而获得其他家庭成员的支持和关心,这在心理学上被称为“继发性获益”。

刘女士来自邻省,50岁不到,容貌姣好,看起来比同龄人年轻5-10岁。她刚结婚时流过一次产,自此出现严重的腹胀感,还伴有紧张、心慌、胸闷、头晕。

近20年里,她跑遍周边省份的医院,做过5次胃镜,检查结果都是“浅表性胃炎”,在朋友的推荐下,她从老家赶来杭州找浙江省立同德医院张滢副主任医师寻求帮助。

查看完一张张检查单,再结合问卷量表的结果,张滢判断面前这位风韵犹存的女性是一位躯体化障碍患者,劝说她入院治疗。

住院期间,张滢每天抽空和她聊天,听她倾诉,试图挖掘背后深层原因。她频繁提起丈夫,语气里充满了多年积攒下来的怨气和不满。她口中的丈夫是个“妈宝男”,对爸妈言听计从、有说有笑,但在自己家,他两手一撒,啥事不管,对她和孩子寡言少语,不会说贴心话。

张滢问她,丈夫长相如何?她眼睛难得闪现出神采,“长得挺好的,不然我当年也不会嫁给他。我当年也不错的,镇上很多年轻小伙子追我。”再问,丈夫在外面有女人吗?她笃定地否认了,“绝对没有,他木讷,不会哄人。”

刘女士的病因明朗了起来:她个性固执、敏感,还有些许傲气,婚姻生活中不良情绪无人倾诉、无处排解,最后通过躯体症状表现出来。就像孩子用哭闹来讨糖吃,刘女士用身体不适来博取丈夫的关心。表面上是咄咄逼人的中年怨妇,其实内心还是一个缺乏安全感的小女孩。

因此张滢劝丈夫来医院陪护,用言语和行动体贴妻子,慢慢解开她的心结。

几天前,治疗终于初显疗效。刘女士的床头出现了一袋板栗,那是丈夫特地去买的。“今天突然想吃板栗,很多年没有这样的感觉了。”她的神情闪过一丝少女般的羞涩。

在他心底,有一头“困兽”潜伏着

今年45岁的徐先生是一家IT公司的老总,外人看来,他事业有成、前途似锦。

一切从几年前一次看似寻常的腹泻开始,服药止泻后,疼痛没有停止,反而从腹部延伸到腰部,又溜到肩膀。从那之后,徐先生浑身上下都痛,精力断崖式下跌。

白天,他西装革履地走进公司,点上一杯咖啡来提神。但一打开电脑,他就头晕恶心,眼前一片灰蒙蒙;晚上,他躺在床上辗转反侧,有时整夜都无法入睡,第二天又拖着疲惫的身体去上班,陷入恶性循环……

这些年,徐先生求医从国内到国外,从吃药到尝试各种高科技治疗,“我大概花了一百多万,还是找不出病因和治疗方法。”

最近,由于失眠加剧,他来到杭州市中医院睡眠医学中心就诊。张永华教授团队详细会诊后,考虑他患的是躯体化障碍。张永华介绍,躯体化障碍的特征是存在一种或多种躯体症状,最常见的是消化道症状,头痛及其他部位疼痛,皮肤出现瘙痒、灼烧、麻木等异常感觉,性功能及月经方面的主诉也很常见,其表现多种多样,症状反复出现,涉及多个系统,临床多伴有焦虑或抑郁情绪。

市中医院精神科副主任张蕾说,“躯体形式障碍是一种潜意识过程,借此一个人将自己的内心矛盾或冲突转换成内脏和植物神经功能障碍,从而摆脱自我的困境。”

潜伏在徐先生心里那头“困兽”是什么呢?多次心理咨询后,张蕾听到了它的低吼:他来自于小县城,毕业于一所普通大学,白手起家的他在“名校系”、“海归系”遍地的创业者中是个异类,内心有一股抹不去的自卑感。

而在老家,好面子的亲戚逢人就吹嘘他如何成功,夸大公司的规模和效应,这常常让他尴尬难堪。但在父母的严格教导下,他从小被要求尊重长辈、礼貌懂事,所以只能忍受亲戚们的羡慕虚荣。

新闻+

这些症状不能无视

下列4组症状之中,如果有2组6个症状达标即有可能为“躯体化障碍”:

胃肠道症状,如:腹痛;恶心;腹胀或胀气;嘴里无味或舌苔过厚;呕吐或反胃;大便次数多、稀便,或水样便。

呼吸循环系统症状,如:气短;胸痛。

泌尿生殖系统症状,如:排尿困难或尿频;生殖器或其周围不适感;异常的或大量的阴道分泌物。

皮肤症状或疼痛症状,如:瘢痕;肢体或关节疼痛、麻木,或刺痛感。