

# 白天鹅与丑小鸭



随着社会的进步,人们的求美之心日益增强。在众多的求美者中也不乏心理有障碍的人。躯体变形障碍就是一种与美容医学关系十分密切的心理障碍,它会让“白天鹅”变成“丑小鸭”。  
——编者

苏眉是一名16岁少女,自幼聪明漂亮,学习成绩优秀,因在歌舞剧中扮演过天鹅,常被人称为“白天鹅”。初中三年级时,母亲无意中对她说道:“你没有以前漂亮了。”从此,苏眉每天老照镜子,感到自己的脸变丑了,牙齿不齐了,双腿也变得不再修长。她还认为别人看了自己的丑相会不舒服,所以回避与人交往,连知心朋友也没有了。她要求到医院诊治,母亲带她去皮肤科、口腔科、骨外科、整形外科、内科就诊,作了各种检查,没有发现异常。

随着时间的推移,苏眉的症状更加严重,不仅强求医生给她拔了4颗牙,还配带了牙齿矫正器。她变得焦虑不安,失眠,爱发脾气,甚至把母亲打得遍体鳞伤。上课时精力不能集中,使她无法继续学习而休学,回到家中,她感到痛苦不堪,悲观绝望,曾割腕自杀,幸好被及时发现,经抢救脱险。“白天鹅”为何幻想自己是“丑小鸭”并且自惭形秽呢?原来,苏眉患了一种叫“躯体变形障碍”的精神疾患。躯体变形障碍是指身体外表并不存在缺陷或仅仅是轻微缺陷,而患者想像自己有缺陷,或是将轻微的缺陷夸大,并由内心产生痛苦的心理病症。

躯体变形障碍在普通人群中的发病率为0.7%~1.9%,男女发病率无明显差异,常发生于青春期,有的甚至发生于儿童期。该疾患可能表现为慢性过程,自发病到患者去看医生,症状会持续6~20年。其相关特征如下:

抱怨“缺陷” 大多数躯体变形障碍病人抱怨面部的瑕疵,如皱纹、斑点、斑痕、面型不对称或比例失调、面部毛发生长过度等。其中牙齿、头发和皮肤是青春患者主要的关注点。此外,病人的主诉通常是特殊的,而且往往是非常含糊

或很难让人理解。如“我的牙齿是扭曲的”或“我的鼻子是歪的”等等。

频繁观察自己 病人最突出的特征就是频繁对镜观察自己,几乎每天都要花上几个小时来观察,而且很难控制这种行为。

关注别人的评价 病人常会将自认为“丑陋”的部分与他人比较,或不断询问他人关于自身外貌是否正常的问题,以期得到“这些部位是正常的”保证。

掩饰自身“缺陷” 因担心别人对自己“缺陷”部位的议论,病人会使用一切手段伪装他们的“缺陷”,如利用化妆品或手、头发、服饰或其他东西来掩饰“缺陷”。有些病人强迫性地用手指或器械挖自己的皮肤,试图去去除微小的瑕疵,希望让皮肤变得更完美。

社会功能受影响 病人会在重复行为上花费过多的时间,会避免社会交往。严重的病人会丧失能力,从而导致失业、退学、闭锁家中,甚至由于痛苦不堪而出现自杀或伤人。

大多数患者不能意识到自己的病症所在,也很少去看精神科医生,往往求助于整形外科、口腔科、皮肤科的医生。但是由于国内对该症的研究才刚刚起步,绝大多数医生对此症知之甚少,病人很少能得到正确的诊断和合理的治疗。

治疗躯体变形障碍需要去精神专科医院,主要的治疗方法有药物治疗和心理治疗。有许多病例证明抗抑郁药治疗有效。有研究提示,该症可能为强迫症的躯体表达,认知行为治疗可能是很有希望的心理治疗方法。  
文/山东省济宁市精神病防治院 张传芝

18岁的真真被母亲带来就诊。她表情呆板,双手半举在胸前,什么都不敢碰。母亲痛苦地诉说:“一年了,她每天不停地洗手,用刷子刷手,没完没了。肥皂、洗衣粉、洗洁剂用了不知多少,还说手没有洗干净。看她洗手,可以把人烦死。到别的医院看病,都诊断为强迫症,吃了治强迫症的药,却没有什么效果。”

经过和真真交谈,我发现她有很多怪异的思维内容。例如:“手上有很多小人、很多妖怪”,“中指代

## 强迫症状并不都是强迫症

表情人”,“不洗干净,妖怪就会和人结合”……经过更进一步的精神检查,我发现真真有很多精神分裂症的症状,正确的诊断应该是精神分裂症,应该使用抗精神病药物治疗。

其实,强迫症状和强迫症是两个不同的概念。强迫症状通常有强迫观念、强迫意向、强迫行为之分,上述病人的强迫症状则属于强迫行为一类。尽管强迫症状多见于强迫症,但我们不能见到有强迫症状的人就诊断为强迫症。因为,强迫症状不仅见于强迫症,还可见于其他多种精神疾病,甚至正常人。

鉴别强迫症并不难,强迫症患者最大的特点是对自己反复出现的强迫观念、强迫行为非常痛苦,的,哪个是继发的;二是看哪个症状更严重、更突出;三是看伴随出现的症状,如有早醒、体重减轻、症状昼重夜轻、自责自罪等,则应诊断为抑郁症。另外,有没有求治欲、自知力也是一个重要的鉴别依据。

正常人偶尔也会出现一些强迫症状,例如数电线杆,记车牌号,核对账目,查看门锁。但正常人的强迫症状一是出现时间短,断断续续,时有时无;二是症状较轻,不影响正常生活和工作;三是没有“反强迫”心理,就是从思想上主动去克制那些强迫的内容;四是当事人并不觉得痛苦,没有治疗的愿望。这些人大可不必为自己的强迫症状耿耿于怀。  
文/陕西省友谊医院精神心理科 唐安平

## 谈谈精神性肝痛

小甘本来是个爱说、爱笑、爱打篮球的小伙子,一年多前体检发现乙肝“大三阳”后,便经常觉得肝脏部位隐隐作痛。尤其当他心绪不佳、担心乙肝问题时,肝区的疼痛便会油然而生,而一心投入工作或运动就没有感觉。小甘做过多次肝功能和B超检查,结果均正常,CT检查也什么问题都没有。原来小甘患的是精神性肝区痛。

精神性肝区疼痛不是由于肝脏本身实质性炎症等病变引起,而是由于忧虑、疑病、恐惧等负面精神因素造成的。精神性肝区痛在肝病门诊屡见不鲜。这些人原本好好的,在检查乙肝两对半后发现了“大三阳”或“小三阳”,疼痛就出现了。有的人可能还伴有头昏、乏力、恶心、呕吐等症状,但经过多次肝功能、B超等检查均证明无活动性肝炎,故有人称之为“精神性肝炎”。

还有的人患过乙肝,经一段时间的治疗病情已得到控制,甚至病毒彻底清除(抗原转阴,保护性抗体出现)后,仍有肝区疼痛。更有胆小怕事的人耳闻目睹亲人、朋友、同事患乙肝迁延难治,由于担心自己患肝病而出现了肝区痛。这显然是所致。

另外,某些广告对乙肝危害的过分夸大和渲染,在诊疗中医生的解释不够或欠妥,也可能对精神性肝区痛起了推波助澜的作用。

对乙肝的过分恐惧往往比乙肝病毒更可怕。对疾病应持有科学、理性的态度,既要密切观察身体变化,也要避免疑神疑鬼、杯弓蛇影。同时,医生要给病人耐心解释和心理疏导,病人心病解除,精神性肝痛便可不药而愈。  
文/江西南昌市第九医院 宗鼎法

## 婚姻物语

近些年来,许多大城市流行用艾森克人格测试和卡特尔人格测试等量表进行性格测试,让测试双方明白自己和恋人的性格特点是否匹配,这就是“性格体检”。但是,在现实生活中,许多青年男女尤其是白领阶层的男女对“性格体检”过分依赖,将其作为婚姻是否美满的唯一标准,有的还作为是否分手的依据。这种对性格体检的“神化”使许多人在婚恋方面陷入误区,使原本可以磨合和调整的关系毁于一旦。

“性格体检”在白领中流行是由于以下原因:(1)白领阶层普遍工作压力大,许多人已经无法承受,而婚姻可能带来更多的责任,这往往令他

们举棋不定。在这种状态下,做性格测试实质上只是一种借口,通过这样的方式,不自信的人或许可以给自己增加一点信心,以减轻他们对未来生活的不安全感和不确定感。而对另外一些人来说,与其说是寻求性格测试的判断,倒不如说是在寻找一个逃避这种责任的

## 莫让“性格体检”误判终身

借口,以结束自己并不满意的感情。(2)白领男女大多独立性极强,求完美,有些人把这种处事方式用于选择婚姻伴侣。这类人一方面希望了解对方是否已经具备了处理婚姻的成熟心理,另一方面,他们不能确定对方是

否真的是自己期待的可以托付终身的人。在潜意识之中,他们虽然都明白自己存在缺陷,但仍然期待有一个更加完美的人出现。(3)想通过“性格体检”这一捷径来尽快找到性格相投的伴侣。

其实,婚姻美满与否决定于双方对婚姻的期待是否一致,性格是影响因素之一,但不是关键因素,更不是唯一的决定因素。一些性格相配的夫妻婚后不久即分手,而不少性格不配的夫妻通过互补和磨合,最终携手走过人生旅途。  
文/云南大理州第二人民医院 陈福新

## 心结不解 性病难愈

性病,不仅给患者造成躯体上的痛苦,而且给他们带来严重的心理困扰,甚至会产生某些心理障碍。而性病的治疗效果是否理想,也和心理调适息息相关。  
——编者

## 心灵减压

性病患者可表现出躯体化、强迫、抑郁、焦虑、偏执、恐怖等心理状态。许多性病者对性病本身不了解,或者仅凭从书本上看到的一星半点的內容,便对自己所患病症的严重性做出不切实际的估计,认为性病难治或易复发,担心患性病后性功能下降,因而处于持久、强烈的恐惧之中。这样的心理状态又会进一步增加治疗的难度,导致病情反复发作,经久难愈。

性病患者的心理障碍可分为以下几种:

隐私心理 患者怕遇见熟人,不愿自己的隐私被别人发现。所以部分患者会选

择私人诊所就诊,或自己随便买点药物服用。

负罪心理 患者对自己的行为感到愧疚,认为自己的错误不会得到家人和社会的谅解,不知如何向单位和家人交待。

疑病心理 部分患者患性病已经治愈,却担心没治愈,到处求医,或者根本没患性病却误以为患上了性病,恐惧不安。

逆反心理 患者对自己所患的性病表现为无知或误解,因此自暴自弃,甚至报复社会。

享乐心理 患者因为经济状况比较宽裕,对自身行为缺乏约束,有时表现举止轻浮,生活作风涣散。

痛苦心理 患者表现为沉默寡言,烦躁易怒,悲观绝望。此类患者多数为间接感染

性病,对自己患上性病的事实难以接受。

性病患者的心理障碍会直接影响治疗和康复。据国内外多项研究证实,患者不良的心理状况和情绪状况会导致患者的免疫力下降,使性病经久难愈。另外,患者不良的心理状况会导致对治疗的依从性下降。有些患者不能按照医嘱进行治疗,而是打一针换一个地方;有些人对疾病绝望而放弃治疗。部分患者会因此延误了最佳治疗时间。还有些患者不愿让配偶同时接受治疗,还会造成双方相互传染,迁延不愈。

有心理障碍的性病者,要消除恐惧感,科学地认识性病的防治知识,认识到性病对个人、家庭和社会的危害,并且掌握一定的自我防护知识,自觉抵制放纵思想,杜绝再次感染性病。患者周围的家人朋友也要以诚恳的态度给他们同情和关心,从生活、感情上支持患者,增强患者战胜疾病的信心。医护人员对性病患者的情况要做好保密工作,充分尊重患者的隐私权,这样不但有益于患者的早日康复,而且有益于患者今后的学习、生活和工作。  
文/李多

## 心灵地图

不良的心理反应——由哈尔滨医科大学公共卫生学院杨艳杰等人完成的这一调查结果,提示应加强农村社区精神卫生宣传教育,控制和减少女性更年期的不利因素,做好农村社区更年期妇女的卫生保健工作。

更年期是中年向老年过渡的转折时期,由于内分泌功能的改变或失调,而出现诸多生理、心理方面的变化,甚至引起一系列的临床症状。杨艳杰等人选取了哈市周边部分乡村的千余位妇女,采用心理健康状况自评量表对她们进行测试,同时随机调查同等人数的更年期男性作为对照组。结果显示,本组农村妇女心理健康水平明显低于更年期男性,在强迫、恐惧、焦虑、抑郁、人际关系敏感5个因素上,显著高于更年期男性。

特别在恐惧、焦虑方面,本组女性表现得更为突出,同时伴有心悸、头昏、乏力及失眠等躯体症状。这是因为女性在更年期时大脑皮质抑制能力更易减弱,兴奋过程不稳定,雌激素水平有所下降,使得情绪十分波动。而从心理社会性因素来看,人际关系紧张、家庭不和、睡眠不佳、生活困窘、躯体疾病等,更容易加重更年期妇女的失

## 农村更年期妇女心理问题多

望和焦虑。

本次受调查的农村妇女中,绝大多数既要应付外界的各种压力,又要料理家务,服侍老小,且面临子女求学、就业、婚姻等大事,往往难以将自己的心理状态调整好。如果再加上受经济的困扰,以及受丈夫的左右或控制,甚至遭到谩骂殴打,烦恼、恐惧、抑郁等负面情绪常常挥之不去。相比之下,那些能够顺利度过更年期的妇女,大多数是性格温和、家庭和睦、工作满意、收入稳定、躯体健康的人。

专家指出,随着社会的不断进步和生活水平的逐渐提高,农村社区更年期妇女的心理健康问题,尤其应该引起社会各界的重视。农村妇女作为弱势群体,其生理、心理是比较脆弱的,特别是对那些性格孤僻、精神孤独、伴有长期慢性疾病的女性,更应帮助她们调整心态,树立信心,遇事心胸开阔,主动建立良好的人际关系,学会把不良的情绪宣泄出去。  
文/黑龙江省卫生厅新闻中心 衣晓峰 图/松山

