



60多岁的她总觉得牙龈处有异物,到多家医院就诊,但口腔检查结果正常;70多岁的她总是担心儿子会遇害,一天不知要打多少个电话确认……其实,这些老年人患的不是“身病”,而是“心病”——

“心病”

本报通讯员 王贺 本报记者 李小贤

“鞠医生,你帮老太太疏导吧,她总是说这不舒服那不舒服,跑了多家医院,做了多项检查都没问题,有医生说她是心理问题。”一男子带着一位老太太来到了市中心医院临床心理门诊主任鞠海燕的诊室。

鞠海燕接诊的老年患者占到了就诊患者的四分之一。根据诊断的结果,鞠海燕发现,他们的一些“怪病”是由“心病”导致的。对待这些存在心理障碍的老年人,家人的关心至关重要。

总感觉牙龈有异物

日前,家住海兴60多岁的李女士在家人的陪伴下,走进了鞠海燕的诊室。

走进来的时候,鞠海燕还听到了李女士在埋怨家人,“你们为啥非要带我来这,我可不是神经病”。

李女士的家人告诉鞠海燕,大概从两年前,他们就发现李女士经常剔牙。这本是件很正常的事,可是后来李女士的行为就不正常了。

听到这,李女士反驳道:“怎么不正常了,我就是感觉牙龈上有硬东西扎着,非常难受,忍不住去剔。”

鞠海燕发现她牙龈上有受损的地方,这种情况不足以引起那么强烈的不适。一个念头出现在鞠海燕的脑海里,李女士有可能得了躯体形式障碍。

鞠海燕了解到,两年前,李女士开始偶尔感觉牙龈处有异物,她就开始用牙签剔,可是那种硬物扎牙龈的感觉依旧存在。

这种感觉一直困扰着李女士,她吃不下饭,睡不着觉。她让家人带她去看病。家人带着她去了几家医院,做了多项检查,结果显示没有多大问题。

李女士再次要求家人带她去医院时,家人有些郁闷,说本来就没什么问题,你怎么就不相信呢。

李女士觉得家人不重视、不理解自己,整天不高兴。

没办法,家人又带着她去一家口腔医院进行了检查,结果显示没有什么异物。不过医生的一句话却提醒了李女士的家人,如果各项检查结果都正常的话,可以带李女士到心理科室看看。

李女士虽然有些抵触,但家人还是带她来到了市中心医院临床心理门诊。

鞠海燕诊断,李女士患的其实是一种“心病”——躯体形式障碍。它主要表现为长期的固定的身体不适,同时身体器质性检查没有明显异常。引起的原因可能与遗传基础、个性基础、心理社会因素等有关。躯体症状可涉及身体的任何系统或器官。患者因症状反复就医,各种医学检查基本正常的结果和医生的解释均不能减轻患者的痛苦和对躯



接诊老年患者

体不适的关注。

通过药物治疗和心理疏导后,李女士的症状才有了改善。

鞠海燕说:“有些出现躯体形式障碍的患者往往会就诊于其他科室,却没有意识到心理问题的存在。如果长期得不到心理疏导和针对性治疗,患者病情会加重。因此,这类患者和患者家属要提高对这类疾病的认识程度,及早到专业心理机构就诊。”

为啥疑心儿子被陷害

前年,王先生的父亲去世了,这给王先生的母亲带来不小的打击。王先生让母亲搬来和自己住,方便照顾她,但被母亲拒绝了。

王先生的母亲觉得自己才70岁出头,身体状况也不错,能自己照顾自己。

母亲执意自己居住,王先生也没有强求。只要有时间,他就会和家人去看母亲,帮她做饭,收拾屋子。

王先生发现,母亲的记性没有以前好了:有时刚说过一件事,她又会重新提起;出去买菜忘记把菜拎回家;甚至有一次,做饭时忘记关火,锅被烧干了……

每当发生这样的事,王先生的母亲都会找理由掩饰过去,王先生也没有在意。

后来,他发现母亲给自己打电话次数越来越多,有时一天会有十几个。如果没有及时接通电话,母亲就会一遍一遍地拨打,而且母亲每次所说的事都让王先生很无奈。

“你去吃饭的时候,别喝水,



普及老年心理知识

小心里面有毒”“开车的时候小心点儿,别被撞了”……

每次接到这样的电话,王先生都会耐心地对母亲说,这些事都不会发生,尽管放心。可是过不了一会儿,母亲的电话又会继续拨打过来。

后来,只有王先生待在母亲身边,母亲才会安心。

有一次,母亲翻箱倒柜地找东西,王先生询问才知道,母亲在找银行卡,还怀疑是王先生拿了,大发脾气。

在王先生的记忆中,母亲一直是个很温柔的人,很少发脾气。可是现在的母亲性情大变,容易急躁。

王先生担心这样下去,母亲的情绪越来越难控制,便带她到医院检查。没想到,母亲被诊断为焦虑状态伴幻觉妄想状态。

“一旦家中老人出现这样的情况,家人要加以重视,可以带他们到专门的心理门诊就诊。因为这类患者中有部分患者存在患阿尔茨海默病的风险,越早干预效果越好。”鞠海燕说。

性格外向的老人抑郁了

“焦虑和抑郁的老年患者占到我们门诊接诊的老年患者人数的80%。有些子女在面对诊断结果的时候,表示不理解,为啥老人不缺吃不缺喝会患上抑郁症呢?”鞠海燕说。

60多岁的张先生是鞠海燕的一位抑郁症患者。

半年前,曾经性格外向的张先生在家中逐渐沉默不语,任何话题都引不起他的兴趣。他不再喜欢外出,棋友打电话约他下棋,他也都拒绝了。白天,他经常躺在床上,直到家人叫他吃饭,他才会坐到饭桌前,简单地吃几口。晚上,张先生经常睡不着,有时自己一个人坐在沙发上发呆,人变得越来越消瘦。

有一天,他突然说了句“活着真没意思”,把家人吓了一跳。家人担心张先生发生意外,便带着他到医院检查。

经过检查,张先生的身体没有器质性的病变。难道是心理出现了问题?家人又带着他到心理门诊寻求答案。

鞠海燕通过相关问诊,诊断张先生患了抑郁症。

经过沟通,鞠海燕了解到,张先生是一年前搬到儿子家住的。以前,他觉得儿子儿媳关系特别好,可没想到住在一起后,他发现儿子儿媳经常吵架。有一次,他下棋回来后,两人正吵得不可开交,还提出了离婚。

张先生劝说两人没起到什么效果。看着儿子气呼呼地要出门,张先生拦住他,问他们夫妻吵架是不是和自己有关。

虽然儿子表示吵架的事和他没关系,可张先生依然觉得问题在自己。后来,儿子儿媳和好了,他却钻不出那个牛角尖,经常想这个问题。

鞠海燕除了给予张先生药物治疗和心理治疗,还特意嘱咐张先生的家人,平时要多和张先生沟通,给予他更多的关心,帮助他走出抑郁的阴霾。

家人陪伴不能缺位

鞠海燕说,在临床心理门诊,有两大特殊群体,一个是青少年,另一个就是老年人。根据相关调查报告显示,越来越多的老年人存在心理障碍。

老年期是人生的一个特殊时期,由于生理、心理上的变化,老年人对生活的适应能力减弱,任何应激状态都容易引起抑郁、躯体形式障碍、惊恐发作等心理障碍。

鞠海燕清楚地记得接诊一位家住市区的八旬老太太的情形。她是坐着轮椅被家人推进诊室的。自从半年前,得知一个很好的姐妹去世后,她就多次出现了心慌、喘不过气来的情况。老太太说,那是一种濒临死亡的感觉,一发作,全身就会冰凉,出冷汗,呼吸困难。为此,她不敢一个人待着,不敢出门。

因为这种情况,老太太多次到医院检查,要求入院治疗,可检查结果却显示她的身体没有多大问题。鞠海燕说:“这位老人是典型的惊恐发作患者,惊恐发作也被称为急性焦虑。这类患者起病突然,患者有一种说不出的内心紧张、恐惧感,一般持续5分钟到20分钟。很多患者在急救车上,或者刚到医院时就已经自行缓解,之后一切正常,但不久又有可能突然发作。”

老年人如何走出心理困境呢?鞠海燕认为老年人首先要改变认知,要服老也要坦然地接受衰老,宽以待人的同时也宽以待己。老年人应多结交朋友,这样心里有话能有所处;寻找兴趣爱好,陶冶性情;正确对待身体不适,有不适要及时就医。

鞠海燕提醒大家,老年人出现心理波动很正常,家人要理解这一点,同时学习更有效的陪伴、沟通方式,这样才能让老年人的晚年生活更美好。

(本版照片由鞠海燕提供)