

查不出病因的“到处难受”

总是胃痛、暖气、泛酸,去医院检查胃没什么问题;头疼欲裂,昏昏沉沉,各种检查做了个遍找不到原因;晚上睡不着,白天又没什么精神……这时候,医生最终可能给出“植物神经功能紊乱”的诊断结果。专家表示,在精神学领域,植物神经功能紊乱被称为“神经衰弱及慢性疲劳综合征”。

本报记者 陈晓丽

医院检查没病,大学生频发心悸有濒死感

小明(化名)是一名大学三年级在读的学生,本来无忧无虑的大学生活因为去年1月份的一场病发生了改变。

“由于接连熬夜,加上喝了过量咖啡、红牛,凌晨突发心动过速,心悸,并伴强烈濒死感被室友送进医院急救。”小明说,那是他第一次感觉自己不叫救护车就坚持不下去了。到医院后做了心电图,抽血做了血常规,都没有太大问题,只是心率有些快。经过简单治疗,心率很快降了下来。

本以为这件事就这样过去了,没想到接下来的几个月,小明的症状变得一发不可收拾,经常感觉心悸胸闷,去医院做过多次心电图、24小时心电图、心脏彩超、肝肾功能血糖血脂检查,都没发现太大问题。

虽然也吃过治疗心律失常的药,但症状仍时好时坏。后来,小明的家人又带他到一家知名医院心内科住院,各种检查又重新做了一轮,仍然没有发现异常。最终,医生给出了诊断结果:植物神经功能紊乱。

“前段时间在学校心跳加速又有强烈的濒死感,当天晚上我去医院急诊,还是没啥事。”小明说道,“现在我整个人经常胸闷气短,稍微运动就感觉心跳加速明显,手心容易出汗。害怕独处,又害怕人多噪音大,怀疑自己有心脏病,以前我是学校排球队队员,现在不敢再卖力打球,担心随时猝死。”

小明自认一直都是自

卑敏感的性格,很容易因为一些小事儿而浮想联翩。“我上课都不怎么听得进去,整个人对什么都不感兴趣,因此活得非常痛苦,很想回到原来的状态。”

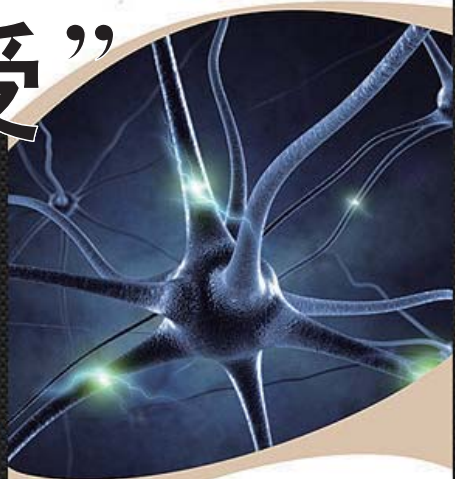
植物神经紊乱是一种精神和心理障碍

“植物神经功能紊乱,是医学内科的一个概念。”济南市精神卫生中心心理咨询科主任赵长英表示,随着医学认识的加深,这种诊断说法正在逐渐被淘汰,“植物神经功能紊乱在精神和心理学其实是指神经衰弱及慢性疲劳综合征,其主要表现为一些脑功能衰弱症状、强迫症状、疑病症状、情绪症状,这些症状往往会在同一患者身上混合存在,严重者可能会进一步发展成为抑郁症、焦虑症等。”

据介绍,除了在情绪上有不同的表现,植物神经功能紊乱也会带来不同程度的躯体不适,例如入睡困难,疼痛,胸闷气短,胃不舒服,没有食欲,发烧,出汗,无法集中注意力,健忘等。

也正因如此,绝大多数人遇到植物神经功能紊乱的问题时,首先想到的就是求助于综合医院的医生,并且做不同的检查,希望能够明确诊断。“然而植物神经功能紊乱没有器质性病变基础,患者往往奔波于不同的医院,最终仍然没检查出问题。”赵长英告诉记者。

术业有专攻,其实植物神经功能紊乱属于精神障碍的一种,患者躯体的不适是精神障碍引起的结果,应该到专业心理咨询科室就诊。“我的老师曾经说过,综合医院的病人中,其中70%



的人同时也需要看心理医生”,赵长英半开玩笑说道。

随着经济社会发展,工作和生活压力大大增加,同时人们对精神健康也越来越重视,因植物神经功能紊乱寻求心理帮助的人也逐渐增加,赵长英告诉记者,其全天门诊时能接诊30人左右。

受社会心理、遗传、性格等多方面因素影响

从致病原因来看,植物神经功能紊乱通常会伴有大脑生物学的改变:本应处于动态平衡的兴奋性神经递质和抑制性神经递质,由于某些原因,无法继续保持这种平衡状态,抑制性神经递质占据了上风。“很多人在感觉这些不适时,一开始都很想靠自己纠正过来,但是因为大脑生物学的这种改变,让自我纠正变得很难。”赵长英说道。

社会生活因素往往是导致其失衡的诱发因素,例如工作生活中负面事件的累积,包括亲人去世、不幸的婚姻生活、事业发展受阻等。“这些事件就像压倒骆驼的最后一根稻草,不是这根稻草太重,而是骆驼本身已

身负重伤。”赵长英说道。

在接受赵长英心理辅导的人中,有一位40多岁的女性张阳(化名)。10年前的张阳还是在学校讲台上妙语连珠的数学老师,所带的班级数学成绩一直全校领先。因为极其爱干净,张阳每天回家都要彻底换洗全身衣物,以去除粉笔书写落在衣服上的粉末。

然而不幸的是,张阳的父亲从肝炎逐渐发展为肝癌,不久便在痛苦中去世。深知肝炎是传染性疾病,从此张阳的爱干净发展成为恐惧症,哪怕不小心和别人有轻微肢体接触,就担心被传染疾病,从心底里排斥接触任何人和物品。无奈之下,张阳休了长期病假。“在我们门诊做咨询,就离我远远地站着,怕碰到我,也不愿坐椅子。”赵长英说道。

同时,植物神经功能紊乱也受遗传的影响,具有家族倾向性,但这种遗传并非必然,“也可能父母的症状不明显,孩子的症状严重。”赵长英说道。此外,性格基础也是原因之一,追求完美、要强、执着、严格受各类社会道德和习俗束缚等性格的人群,患有植物神经功能紊乱的可能性更高。

相关链接

心理咨询是首选治疗方式

本报记者 陈晓丽

谈到治疗,赵长英表示,心理治疗是首选,“心理医生应当以理解、尊重和提供帮助的状态面对患者,为其提供支持性心理咨询。”根据需要,再采取行为治疗、脱敏治疗、催眠治疗等综合性心理干预手段。

与此同时,药物治疗也必不可少,根据不同患者的具体情况,通常会配合使用抗抑郁药物(氟西汀、氟伏沙明、帕罗西汀等),抗焦虑药物(丁螺环酮、坦度螺酮等),心境稳定药物,抗躁狂药物以及小剂量的抗精神病药物(喹硫平、奥氮平类药物)。

此外,还有一些物理治疗办法,例如生物反馈仪等。

让赵长英遗憾的是,受限于收入水平等因素,目前市民对心理治疗的接受度还有一定不足,“我们医院心理咨询200元/小时,不少人觉得与其花200块钱和医生聊天,不如用来买药吃实在。”实际上,心理治疗并非可有可无,而是一项非常重要的治疗手段。

一条“求血”信息刷爆朋友圈,爱心医院组织全院职工献血三八节,白衣天使送出特殊“礼物”

“同事手术期间两次大出血,血液紧张暂时供应不上,请求朋友们帮忙献血……”近日,不少济南市民的朋友圈被患者周女士急需输血的消息刷屏。济南嘉乐生殖医院了解情况后,第一时间联系到省血液中心,于3月8日组织全体职工献血。

8日上午,省血液中心专门调配献血车来到济南嘉乐生殖医院,在嘉乐生殖医院一楼大厅里,几十名身穿白衣的医务工作者排起了长队。医院护士张丽告诉记者,血库紧缺,身为一名医护人员,能够帮助那些需要血的患者,也是一件值得高兴和光荣的事。“患者来医院后,常常出现贫血、出血等情况,需要供血,我认为在能力范围内,每个人都应尽力去献出自己一份力。”

现场医院领导带头献血,



全院职工献血热情高涨。有的人是第一次参加献血,难免会有紧张情绪,身旁有经验的同事便帮助安抚。参加完献血后,医生护士们没有休息,而是紧接着投入到紧张忙碌的工作中去。

济南嘉乐生殖医院副主任护师孙绪杰告诉记者,“嘉

乐生殖医院发扬传统,组织全体职工在‘三八节’当天,献上这样一份特殊的爱心,用实际行动去帮助病患,支持伟大的无偿献血事业。”

据悉,当天全院共有23人参与献血,献血量达8400毫升。

本报记者 焦守广 摄影报道

知名皮肤专家涂平来济会诊

本报济南3月12日讯(记者孔雨童) 3月27日,济南市皮肤病防治院将邀请我国皮肤病知名专家涂平前来会诊,为市民诊治各种皮肤问题。

涂平,医学博士,博士研究生导师。现为北京大学皮肤性病学教研室主任、北京大学第一医院皮肤性病科首席专家,系中华医学会皮肤科学会皮肤组织病理学组组长。涂教授长期从事皮肤科临床工作,对中西医结合疑难、重症皮肤

病方面造诣极深,在皮肤肿瘤和皮肤激光美容等领域亦建树良多。

会诊时间:3月27日
会诊地点:济南市皮肤病防治院(经三路165号)门诊二楼专家诊室。想要预约的市民可拨打济南市皮肤病防治院电话(0531-87036224)或登录医院官网预约,也可以通过医院官方微信预约:搜索“jnspsy”加关注——进入主页预约。



「癌之孤单」公众号



公众号 齐鲁健康大讲堂