

A

中年男子胸痛、口干还消瘦 辗转求医大半年才真相大白

3年前,42岁的老王觉得自己经常会胸闷、胸痛,晚上也睡不好。再过了一阵子,他觉得自己越来越瘦了,还莫名总觉得口干,要多喝水才能缓解。

消瘦、口干,自己是不是得了糖尿病?

老王去医院检查,做了空腹血糖检测,正常。换了一家医院再查,还是正常,只是略高。老王反复查了多次血糖,都没有达到糖尿病的诊断标准。

糖尿病排除了,是不是心肺方面的问题?

这以后的大半年,老王辗转求医,去了宁波的多个大医院,全身体检做了N个检查。最后只发现肺部有小结节,但医生建议观察,暂时不需要手术。甲状腺也有小结节,医生的建议同样是观察随访。

“我明明不舒服,为什么都说我没问题?”老王的“逛医”路走了大半年,内分泌科、呼吸科、心血管内科、甲乳外科、消化内科、胸外科……他看了一位又一位的专家,花费越来越多,可是症状却仍如幽灵般时隐时现。眼看着身体也日渐消瘦,身高超过1.7米的他,体重已经快跌破50公斤。

一次偶然的契机,宁波市第一医院心理科季蕴辛主任接诊了老王,看过他带来的一叠厚厚的检查报告单,详细了解他的情况后,诊断他所有的问题都是“心病”。

“这位患者本身是非常敏感的性格,思虑很重,生活中也很容易紧张。”季蕴辛说,正是焦虑的情绪,导致老王出现一系列的身体症状。他常常会突然出汗、心跳加速,过后又会缓解,但所有的心血管系统检查都显示正常。他长期失眠,因此身体日渐消瘦,体质越来越差。

经过心理疏导和抗焦虑治疗,老王的身体症状慢慢消失了,晚上也能睡着了。这几年,老王不再到各个专科逛,坚持在心理科治疗。虽然有时情况也会反复,但在外人眼里,之前那个消瘦得走路有点佝偻的他一去不复返,体重增长了10多公斤,人也精神多了。

B

只要情绪不对头 七旬老太就会肚子痛

一位七旬老太,持续半年来一直在各大医院专科就诊,因为她常常感觉肚子痛。医生仔细询问发现,老人的腹痛症状并不典型,没有固定的位置,没有固定的时间,疼痛的具体感觉老人也描述不清。

为了查出腹痛原因,老人走遍了宁波知名的大医院,做了几乎能做的所有检查,包括胃镜和肠镜,都没有发现问题。每次检查,老人做企业家的女儿都会陪在身边,刚开始女儿还很紧张,担心母亲有什么严重的疾病,但眼看着一张张结果正常的检查报告单,女儿渐渐没了耐心。

有一次腹痛剧烈发作,老太住进了消化科病房,再次检查仍然没有任何问题,疼痛反而愈发严重。最后,医生不得不为她打止痛针来止痛。老太的“疑难杂症”让医生头痛不已,看到她情绪有些低落,想到请心理医生来会诊。

心理医生经过深入交谈,发现老人确实情绪不好,老人的独女事业有成,虽然很孝顺,每次国外回来都给老人带东西,但陪伴的时间很少。自从外孙上大学后,老人愈发感觉孤独。心理医生判定,老人的腹痛是抑郁情绪引起的,但老人根本不相信只是情绪问题会有这么严重的后果。

经过和老人的家属充分沟通,心理医生尝试给老人进行抗抑郁治疗,让老人意想不到的是,她的腹痛明显好转,两周后就出院了。

此后,心理医生叮嘱老人的女儿,要多关心老人。这以后一年,心理医生都没看到过这位老人。有一天,老人又因为腹痛来到医院住院,这次她直接想到找心理医生。再次排除了所有躯体疾病后,老人经过抗抑郁治疗,症状再次消失。医生了解到,这次老人是因老伴突然去世而导致情绪异常。

看了N个专家 做了N个检查 还是不知道病在哪里 “逛医族” 出没医院

身体确实有症状,但看了N个专家,做了N个检查,却找不到一种疾病来解释……在医院里有这样一个特殊的患者群体,他们花费大量的金钱和时间,查来查去,最终发现问题根源在心理方面。有专家把这类患者的行为称为“逛医”。

“逛医”是一种说不出的痛。在心理医生看来,这种情况除了要心身同治,背后还有社会层面的深层次原因值得深思。



严勇杰 绘

C

“逛医”人群以中老年为主 每人都有厚厚一叠检查单

“身体上确实有这样那样的症状,但查遍全身都查不出疾病的源头,这样的患者在临床上并不少见。”季蕴辛说,从现代医学理念看,疾病不仅仅是身体犯病,同时还有心理上的,病因不仅仅是病毒、细菌,还有生活压力、社会压力、各种刺激、矛盾等。

季蕴辛告诉记者,在心理门诊遇到的患者中,有20%左右的就诊患者之前都有“逛医”经历,他们共同的特点就是每个人都带着厚厚一叠检查单。从他们的就诊记录看,他们看了很多专科,有的甚至去上海、杭州看过,但总是找不到自己的病在哪里,苦不堪言。从年龄看,“逛医”人群以中老年人为主,35岁以下的年轻人很少见。

“在我们医院,各个科室的医生会有这样一种默契,如果一名患者查遍全身都查不出疾病的源头,那么就会考虑他(她)是不是有心理方面的问题。”浙江省医学会心身医学分会主任委员、宁波市第一医院院长阮列敏教授认为,心理因素和躯体疾病往往互为交织,其发生、发展和预后相互影响。生活或工作压力、家庭变故等都可能引起内心的矛盾冲突,进而引起身体的异常反应;反之,长期的躯体疾病困扰也会引起焦虑、担心等不良心理状态,加上羞于承认自己有心理或精神问题等传统观念束缚,进而出现“逛医”行为。

国外一项研究发现,综合医院就诊群体中,精神障碍诊断比例占44%,心理社会问题占43%。这些患者中,需要干预者占41%,患者本人需要专业帮助者占54%。

据统计,高达80%的心身障碍患者首先在躯体疾病专科就诊。神经内科、消化科、呼吸科、心内科、内分泌科等都是心身疾病诊治的“主战场”,原本这些患者应该去心理咨询门诊、精神心理科和心身医学科。

D

“逛医”是一种说不出的痛 需要身心同治才能解决问题

在医生看来,在频繁“逛医”的老年人患者群体背后,很多还有更深层次的因素,值得深思。

季蕴辛主任表示,人上了年纪后,生理功能的退化加之家庭环境的改变,这些都对心理健康产生影响;与社会联系减少,子女不在身边,缺乏归属感,这些都可能引发老年人的心理疾病。而对于这些患者来说,子女的关爱胜过良药。只要平时多关心慰问老人,让老人的心理障碍缓解得快一些,心理问题解决了,很多躯体症状自然也就解除了。

阮列敏教授认为,有病乱“逛医”,会耽误治疗的最佳时期。患者反复到各大医院各科就诊,重复做大量昂贵的检查、治疗,可能浪费大量医疗资源。另外,反复“逛医”是一种对医生、医院的极度不信任,导致医患矛盾增多、关系紧张,应该引起高度重视。

专家建议,要避免反复“逛医”,普及心身健康知识、推广心身医学、提高医务工作者早期识别心身疾病及有效沟通能力刻不容缓。而对就医患者来说,如果看遍各科并治疗多日后,身体不适症状仍不能缓解,就应接受医生建议去看看心理精神科,排除是否是心理因素造成的身体不适,从根本上解除病痛。

记者 孙美星 通讯员 俞水白