



名医与您谈疾病丛书

总主编 李广智

一度得到市场热捧的**畅销书隆重再版上市**
集名医解答指导、问题全面实用之优势屹立于科普书林
多家权威协会郑重推荐

强迫症

顾问 严和骏 张明园 徐韬园 徐声汉
名誉主编 王祖承 肖泽萍 徐一峰 陈圣祺

主 编 李广智



中国心理卫生学会

上海交通大学医学院精神卫生系

复旦大学医学院精神卫生系 同济大学医学院精神卫生系

上海市精神卫生中心 上海市心理咨询中心

上海市精神卫生临床质量控制中心

推 荐 优 秀 科 普 读 物

上海市科学技术协会《名家科普讲坛》参与组织编写

中国医药科技出版社

名医与您谈疾病丛书

强迫症

总 主 编 李广智

顾 问 严和骏 张明园 徐韬园 徐声汉

名誉主编 王祖承 肖泽萍 徐一峰 陈圣祺

主 编 李广智

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书重点介绍了强迫症的一般常识、病因、临床症状、诊断与鉴别诊断、治疗以及预防保健知识,并通过案例分析等从各个侧面深入浅出地阐述了强迫症的相关知识。适合强迫症患者和家属阅读,也可供社区社工、心理咨询师、心理治疗师和临床医生、护理人员阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

强迫症/李广智主编. —北京:中国医药科技出版社,2013. 7

(名医与您谈疾病丛书)

ISBN 978 - 7 - 5067 - 6114 - 7

I. ①强… II. ①李… III. ①强迫症 - 防治 - 问题解答
IV. ①R749.99 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 078922 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行:010 - 62227427 邮购:010 - 62236938

网址 [www. cmstp. com](http://www.cmstp.com)

规格 958 × 650mm $\frac{1}{16}$

印张 14 $\frac{1}{4}$

字数 162 千字

版次 2013 年 7 月第 1 版

印次 2013 年 7 月第 1 次印刷

印刷 北京地泰德印刷有限责任公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 6114 - 7

定价 29.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

《名医与您谈疾病丛书》

总编委会

学术顾问 钟南山 陈灏珠 郭应禄

主任委员 吴少楦

副主任委员 王应泉 许军 刘建青 范志霞

委 员 (按姓氏笔画排序)

丁小强	王灵台	王宪衍	王祖承	牛云飞
方 栩	方宁远	冯晓云	吉 俊	向红丁
刘志民	许曼音	孙晓文	李 明	李广智
严和骏	肖泽萍	吴艺捷	吴逸雯	何大为
何家扬	邹俊杰	宋永建	张明园	陈 晟
陈生弟	陈圣祺	陈雨强	郁汉明	罗邦尧
周玉坤	郑志忠	胡大一	胡修全	夏术阶
钱荣立	倪立青	徐一峰	徐声汉	徐韬园
黄 勇	彭志海	葛均波	程怀瑾	程蔚蔚
傅 毅				

科普顾问 朱建坤

秘 书 范志霞(兼)

《强迫症》

编 委 会

顾 问 严和骏 张明园 徐韬园 徐声汉

名誉主编 王祖承 肖泽萍 徐一峰 陈圣祺

主 编 李广智

副 主 编 谢 斌 宋立升 赵 敏 江开达 朱紫青

何燕玲 方贻儒 季建林 施慎逊 陆 峥

肖世富 杜亚松 张海音 陈 珏 沈文龙

张少平 陈银娣 潘尧生 季卫东 赵宝龙

徐维安 王 颀 翁史旻 蔡 军

编 委 (按姓氏笔画排序)

王 振 陈 涵 范 青 蒋文晖

秘 书 王 军

出版者的话

随着生活水平的提高，人们对医学保健知识的需求空前高涨，我社紧扣时代脉搏，也加大了对医学科普图书的投入。要想提高全民的健康素质，有效防治疾病，需要加大对疾病和健康知识的宣传、普及和推广工作，使群众了解和掌握相关知识，才能够有效预防疾病的发生和发展，并能有效缓解“看病难，看病贵”的问题。

基于此，我社于2009年出版了《名医与您谈疾病丛书》，第一版丛书共71本，囊括了绝大部分常见疾病。该丛书一经出版，就受到了广大读者的热烈欢迎，许多品种重印多次都不能满足读者需求，致使该丛书一度在医学科普图书中独领风骚。2009年，本丛书获“第七届统战系统出版社优秀图书”奖；丛书总主编李广智2011年荣获“上海大众科技奖·提名奖”；该丛书的6个分册曾连续入选新闻出版总署2010~2011年度、2011~2012年度《农家书屋重点出版物推荐目录》，重印多次，受到读者的一致好评。时隔四年，随着新技术、新概念的不断进展，许多观念也在不断更新，本丛书有必要与时俱进地进行改版补充和修订。

本次修订，从第一版中挑选了销量最好的前23本，就国内外最新进展和指南做了补充和更新，特别新加了一些患者最常问的问题和解答。本次再版的分册分别为：《高血压》、《痛风》、《高脂血症》、《类风湿关节炎》、《前列腺疾病》、《妇科炎症》、《腰椎间盘突出症》、《颈肩腰腿痛》、《脂肪肝》、《脑卒中》、《肾炎》、《胆囊炎与胆石症》、《乙型肝炎》、《乳腺疾病》、《甲状腺功能亢进症》、《银屑病》、《癫痫》、《尿路感染》、《抑郁症》、《焦虑障碍》、《冠心病》、《糖尿病》、《老年性痴呆》。考虑到目前心理卫生方面频发的问题和疾患，我们又加了《强迫症》和《精神分裂症》两本书一起出版，共25本。

本次修订，还是沿用了读者问、名医答的形式，对25种常见疾病、综合征或重要症状的病因、临床表现、诊断、治疗、预防保健等问题，做了尽可能详细而通俗的阐述；并特别选答在临床诊疗中患者询问医师最多的问题，为读者提供实用全面的防治疾病知识。它既适用于患者及其家属全面了解疾病，也可供医务工作者向病人介绍其病情和解释防治措施。

为大众的健康事业做好宣传普及推广工作是我社义不容辞的光荣职责，希望本丛书的再版，能够受到广大患者和家属的欢迎。

中国医药科技出版社
2013年5月

前言

古希腊神话的悲剧人物西西弗斯，被宙斯诅咒，在地狱中不断地推巨石上山，巨石到了山巅，又滚滚落到了山脚。就这样日复一日、年复一年地推着巨石……这种徒劳无功、毫无指望的苦役真令人痛苦难熬。

其实，日常生活中我们也常看见西西弗斯的影子：走出了门，常常反复回家检查门是否锁住了、煤气是否关掉了；手洗了一遍又一遍，没完没了；账目核对了一遍又一遍，始终不放心……明知是多余，但不能克制自己，内心充满了痛苦。心理学和精神医学将之称为强迫症。

在 20 世纪 80 年代以前，强迫症被视为较为罕见的疾病。随着时代快节奏的发展，人们的生活规律都变得既要按部就班又要加快速度，于是乎强迫症这一精神障碍便迅速攀登上疾病舞台的主流阵地，不断增多并引起了人们的重视——强迫症需要医疗干预了。

2013 年，强迫症已成为各大媒体的“流行语”，如 2013 年 2 月 18 日、19 日，上海人民广播电台《生活服务大课堂》邀请专家做了访谈：《远离强迫 轻松生活》。2013 年 2 月 6 日，《西安晚报》等各大媒体纷纷报道，金马影帝张涵予和当红小生任重领衔主演的《永不低头》眼下正在热拍，这部被誉为 2013 年最受期待的战争片，除了宏大的故事架构外，剧组主创也关注每个细节，张涵予在拍戏方面更患上了严重的“完美强迫症”。2013 年 1 月 25 日晚上 8 点，上海东方电视台新娱乐频道“家庭演播室”黄金档时段播出“现代文明病”，节目中许多嘉宾都反映自己“亚历山大”，常常出现强迫症状，如明明车门已经锁上，但是还是不放心，反复检查；明明手

已经洗的很干净，但还是不放心，反复洗手。笔者有幸被邀，作为一名精神科的执业医师，对强迫症、抑郁症、焦虑症等现代文明病——作了点评。

近年来我国大陆没有强迫症的流行病学资料，但是，香港特别行政区的研究报道显示，香港强迫症患病率为2%。我国部分省市甚至超过3%。1982年我国12地区精神疾病流行病学调查，本病在15~59岁人口中，患病率为0.3%。城乡的患病率相近。

根据加拿大、以色列、德国、新西兰、韩国、冰岛等国1984~1994年不同时间、不同地区的流行病学研究报道，强迫症的患病率为0.7%~2.1%。美国(2013年)为3%左右，而且逐年增长。

强迫症发病于成年早期，75%的患者起病于30岁前。强迫症与强迫人格有一定关系，E.Kringlen报告72%的患者病前即有强迫人格，我国报告为26%(成都，1960)。所谓强迫人格，其突出表现为不安全感、不完善感、不确定感，因而表现为小心多疑，事无巨细均必求全求精、尽善尽美，且犹豫不决、优柔寡断。他们往往是理智胜于情感，逻辑强于直觉。既严于律己，又苛求别人。平日一本正经，做事一丝不苟，难得通融。强迫性思维、表象、恐惧或冲动也可发生于一些正常人，尤其在关于性冲动和攻击性冲动方面，但与强迫症不同的是症状并不持续，只是偶尔出现。

强迫症已经成为一个全球性的问题，估计全世界强迫症的患者至少5000万。

2013年4月1日《心理健康》导报(上海医学会精神卫生分会等主办)指出，中国一方面经济高速发展，另一方面，人们的精神压力也越来越大，引发的时间也日益增多，中国已是精神危机的“重灾区”。

有鉴于此，中国心理卫生协会、上海市心理卫生学会、上海市精神卫生中心和上海市心理咨询中心组织了上海交通大学医学院、复旦大学医学院、同济大学医学院等精神卫生系的专家编写了《强

迫症》这本科普读物。书中针对病人提得最多的问题，采用问答形式，尽可能深入浅出地解答。同时，为了方便读者与各位专家沟通，我们特设了名医简介作为附录放在最后。

编 者

2013 年 4 月

目录

Contents

常 识 篇

什么是强迫症?	2
什么是神经症?	2
什么是人格障碍?	3
人格障碍有哪些特征?	3
什么是强迫状态?	3
强迫症是常见病吗?	4
强迫症是“精神病”吗?	5
强迫症是精神障碍吗?	6
强迫症会发展为精神分裂症吗?	7
什么是自知力?	8
自知力缺乏提示什么?	8
什么是精神检查?	9
什么是心理学检查?	10
你知道洁癖吗?	11
你知道性洁癖吗?	13
为什么现代成功人士中强迫症患者不在少数?	14
强迫症是一种可以治疗的疾病吗?	16
强迫症状可以自愈吗?	16
强迫症能否根治?	16
强迫症容易复发吗?	17

病因篇

强迫症与遗传有关吗？	20
强迫症与遗传关系不大的报道有吗？	22
强迫症与5-羟色胺系统增高有关吗？	22
除了5-羟色胺系统增高外，强迫症还与其他生化有关吗？	23
强迫症与脑病理学有关系吗？	23
强迫症与心理社会因素有关吗？	24
精神分析学说认为强迫症是怎样形成的？	25
行为主义学派认为强迫症是怎样形成的？	26
强迫症与性格有什么关系？	27
强迫症与药物有联系吗？	28

症状篇

强迫症有哪些症状？	32
强迫型人格障碍有哪些特征？	33
什么是强迫性怀疑？	34
什么是强迫性回忆？	34
强迫性表象还有哪些具体表现？	35
什么是强迫性穷思竭虑？	35
什么是强迫情绪？	36
什么是强迫意向？	37
什么是强迫行为？	37
强迫性检查到底要检查什么？	37
强迫性洗涤为哪般？	38
为什么会强迫询问？	39
什么是强迫性仪式动作？	39
强迫症的伴随症状有哪些？	41

诊断与鉴别诊断篇

强迫症有哪些诊断标准？	44
我国目前采用CCMD-3诊断标准的具体内容是什么？	45
什么是神经症的诊断标准？	46
目前国际通用的诊断标准（ICD-10）的内容是什么？	47
强迫症的脑影像学检查有什么异常？	48
强迫症患者内分泌有什么改变？	48
怎样自测是否有强迫症状？	48
强迫症如何与其他疾病鉴别诊断？	50
精神分裂症与强迫症有什么区别？	50
抑郁症与强迫症如何区别？	50
强迫症与恐惧症如何区别？	51
强迫症怎样与药源性强迫相鉴别？	52
强迫症怎样与脑器质性疾病引发的强迫相鉴别？	52
强迫症与焦虑症如何区别？	52
强迫症与孤独症如何区别？	52
强迫症与抽动秽语综合征如何区别？	53

治 疗 篇

强迫症有哪些治疗方法？	56
心理治疗和药物治疗哪种方法好？	56
我不想做心理治疗，只用药物治疗可以治好强迫症吗？	57
我不想吃药，只做心理治疗可以治好强迫症吗？	58
当强迫症发作时，有什么办法可以迅速让我的强迫症停止？	58
有没有无创伤性的物理治疗方法来治疗强迫症？	58
生物反馈治疗对强迫症效果如何？	59
电休克治疗对强迫症有效吗？	60
经颅磁刺激对强迫症有效吗？	60

强迫症可以采用手术治疗吗？	61
在强迫症治疗中家属如何配合？	62
家属平时如何与强迫症患者相处？	62
家属怎样才能帮助强迫症患者渡过难关？	63
强迫症可以使用中医中药治疗吗？	63

心理治疗

强迫症产生的心理诱因及心理特点是什么？	64
强迫症如何进行心理治疗？	66
强迫症采用心理治疗会有效吗？	68
强迫症心理治疗靠什么发挥疗效？	68
心理治疗强迫症一般要多久？	69
强迫症心理治疗的形式有哪些？	69
什么是精神动力学治疗？	69
什么是认知疗法？	71
什么是认知领悟疗法？	72
什么是行为治疗？	74
什么是认知行为疗法？	76
什么是支持性心理疗法？	77
什么是森田疗法？	78
对强迫症患者如何进行心理支持？	80
强迫症患者家属如何对强迫症患者进行心理支持？	82
团体心理治疗如何治疗强迫症，效果如何？	83
团体治疗来治疗强迫症时，所有的成员都需要是强迫症的病人吗？	84

药物治疗

强迫症可以用药物治疗吗？	85
强迫症药物治疗为什么会有效？	85
治疗强迫症需要服药多久？	85

强迫症经服药病情稳定后可以停药吗？	86
强迫症服用药物后会变傻变呆吗？	86
强迫症需要终身服药吗？	86
强迫症长期服用药物会有严重的副作用吗？	86
服用强迫症药物对肝肾功能影响大吗？	87
强迫症服药对心血管损害大不大？	88
吃了治疗强迫症的药物会有依赖性/成瘾吗？	88
强迫症服用药物后可以谈恋爱结婚吗？	89
女性强迫症患者服用药物期间可以怀孕生孩子吗？	89
女性强迫症服用药物时可以哺乳吗？	89
男性强迫症服用药物时可以要孩子吗？	90
强迫症药物治疗会影响性功能吗？	90
强迫症服用药物期间可以喝咖啡和茶叶吗？	91
强迫症服用药物期间可以饮酒吗？	91
强迫症服用药物的时候可以同时服用感冒药吗？	91
强迫症服用药物的时候可以同时服用高血压药、心脏病药吗？	92
强迫症服用药物的时候可以同时服用糖尿病药吗？	92
为什么强迫症患者的用药会有不同？	93
治疗强迫症常用且有效的药物有哪些？	93
三环类药物治疗强迫症疗效如何？	95
氯米帕明治疗强迫症的用法用量和注意事项如何？	95
怎样应对氯米帕明引发的不良反应？	97
什么是选择性5-羟色胺再摄取抑制剂？	98
5-羟色胺与去甲肾上腺素再摄取抑制剂也能治疗强迫症吗？	99
哪些药物对性功能没有影响？	99
可以选用氟西汀治疗强迫症吗？	99
氟西汀治疗强迫症有哪些注意事项？	99

氟西汀治疗强迫症有哪些副作用？	100
可以选用帕罗西汀治疗强迫症吗？	100
帕罗西汀治疗强迫症有哪些注意事项？	100
帕罗西汀治疗强迫症有哪些副作用？	101
可以选用舍曲林治疗强迫症吗？	101
舍曲林治疗强迫症有哪些注意事项？	101
舍曲林治疗强迫症有哪些副作用？	101
可以选用氟伏沙明治疗强迫症吗？	102
氟伏沙明治疗强迫症有哪些注意事项？	102
氟伏沙明治疗强迫症有哪些副作用？	102
可以选用西酞普兰治疗强迫症吗？	102
西酞普兰治疗强迫症有哪些注意事项？	103
西酞普兰治疗强迫症有哪些副作用？	103
可以选用艾司西酞普兰治疗强迫症吗？	103
艾司西酞普兰治疗强迫症有哪些注意事项？	104
艾司西酞普兰治疗强迫症有哪些副作用？	104
可以选用文拉法辛治疗强迫症吗？	104
文拉法辛治疗强迫症有哪些注意事项？	104
文拉法辛治疗强迫症有哪些副作用？	105
可以选用度洛西汀治疗强迫症吗？	105
度洛西汀治疗强迫症有哪些注意事项？	105
度洛西汀治疗强迫症有哪些副作用？	106
可以选用曲唑酮治疗强迫症吗？	106
曲唑酮治疗强迫症有哪些注意事项？	106
曲唑酮治疗强迫症有哪些副作用？	107
可以选用碳酸锂治疗强迫症吗？	107
碳酸锂治疗强迫症有哪些注意事项？	107
碳酸锂治疗强迫症有哪些副作用？	107
可以选用丙戊酸盐治疗强迫症吗？	108

丙戊酸盐治疗强迫症有哪些注意事项？	108
丙戊酸盐治疗强迫症有哪些副作用？	108
可以选用米氮平治疗强迫症吗？	108
米氮平治疗强迫症有哪些注意事项？	109
米氮平治疗强迫症有哪些副作用？	109
可以选用氯丙咪嗪治疗强迫症吗？	109
氯丙咪嗪治疗强迫症有哪些注意事项？	110
氯丙咪嗪治疗强迫症有哪些副作用？	110
三唑仑的用法用量和注意事项是什么？	110
艾司唑仑的用法用量和注意事项是什么？	111
阿普唑仑的用法用量和注意事项是什么？	112
劳拉西泮的用法用量和注意事项是什么？	113
地西泮的用法用量和注意事项是什么？	114
氯硝西泮也能用于强迫症的治疗吗？	115
丁螺环酮也能用于治疗强迫症吗？	116
治疗强迫症为什么常合用安定类药物？	116
哪些安定类药物治疗强迫症效果比较好？	117
安定类药物治疗强迫症有哪些注意事项？	117
安定类药物治疗强迫症有哪些副作用？	118
服用一种药物无效后怎么办？	118
是单一用药好还是联合用药好？	118
什么情况下强迫症状可用抗精神病药治疗？	119
新型抗精神病药物利培酮治疗强迫症的报道有哪些？	119
服用利培酮有哪些须知？	120
新型抗精神病药物奎硫平治疗强迫症的报道有哪些？	122
新型抗精神病药物阿立哌唑治疗强迫症的报道有哪些？	123
新型抗精神病药物奥氮平治疗强迫症的报道有哪些？	123
强迫症伴发症状的药物选择有哪些？	125
强迫症一般需要多久的治疗时程？	125

难治性强迫症有哪些成因及对策？	126
抗强迫症药物是否会导致怀孕畸形或影响哺乳？	127
强迫症会不会自己痊愈？	127
强迫症是否需要住院治疗？	127
通过正规治疗后，强迫症能够痊愈吗？	127
难治性强迫症怎样治疗？	128
难治性强迫症的心理治疗多采用哪些方法？	129
怎样选用药物治疗难治性强迫症？	129
能采用外科手术治疗难治性强迫症吗？	130

儿童强迫症篇

儿童也会有强迫情绪吗？	132
什么是儿童强迫症？	132
儿童强迫症有哪些特点？	133
儿童强迫症的病因有哪些？	136
儿童强迫症和遗传有什么关系？	136
从精神分析的角度如何解释强迫症状？	137
从行为学角度如何认识强迫症状？	137
什么强迫情绪是正常的？	138
儿童的哪些强迫行为是正常的？	139
儿童强迫症会与哪些疾病共同存在？	140
貌似强迫症的焦虑症？	140
强迫症儿童会有抑郁情绪吗？	141
抽动症儿童也有强迫症状吗？	142
咬手指甲是强迫症的症状吗？	143
孤独症儿童的强迫特点是什么？	143
治疗儿童强迫症有哪些药物可以使用？	144
对强迫症的儿童如何实施心理治疗？	144
帮助孩子的疾病，家长应该做些什么？	145