

826

扭曲的心理

——心理医生札记

黄铎香 著



A0287388

科学普及出版社广州分社

内容简介

医学心理学是一门崭新的学科。对心理疾病的认识和治疗，近几年才受到国内医学界的重视。本书用医生札记的形式，提供了大量心理疾病的病例，通俗而详细地介绍了心理疾病的症状、治疗及致病因素等有关知识。了解一些医学心理学和心理疾病知识，对于心理疾病患者和医务工作者甚为重要，而且于广大读者也是有益的。

扭曲的心理

——心理医生札记

黄维香 著

责任编辑 胡天家

封面设计：兰 泉

科学普及出版社广州分社出版发行

(广州市应元路大华街兴平里3号)

广东省新华书店经销

广东第二新华印刷厂印刷

开本, 787×1092毫米 1/32 印张, 4.375字数, 95千字

1988年10月第1版

1988年10月第1次印刷

印数: 11,000册

ISBN 7-110-00708-1/R·79

定价: 1.50元

前 言

1983年3月，我国精神病及医学心理学专家、中山医科大学精神医学教研室主任赵耕源教授亲自创建和主持了广州中山医三院心理咨询室，在广东省内首次开展综合医院内的心理咨询工作。我作为他的学生和助手，在他的指导下参与这一工作直至现在。几年来，咨询室迅速发展壮大，不但进行门诊心理咨询，还开展了信件心理咨询；不但应用各种心理疗法，而且还实施“社会治疗”手段，为六千多心理疾病患者排忧解难，挽救了一些有自杀观念或有自杀行为的病人，防止了一宗宗重大的社会事故，引起广大群众的关注，获得社会各界的支持。《羊城晚报》等七八家大报作了专题新闻报道，中央电视台和广东电视台作了专门介绍。美国《纽约时报》和《先驱论坛报》记者专程采访了赵耕源教授，并在各自的报纸上发表了访问记。

几年来，在接触千百个心理疾病患者过程中，我深刻地体会到，这些病人的痛苦，并不比患了癌症、绝症的病人轻，但往往得不到人们的理解和同情，得不到社会的关心和帮助，有的甚至孤立无援而自杀身亡。有些患者，可因微小的心理刺激而发病，本来只要人们对心理卫生稍加留意即可预防，有些患者，只要得到人们的谅解和同情即可治愈。但是由于人们（其中也包括不少医务工作者）缺乏心理学的知识，从而酿成一个又一个悲剧，影响了千家万户的幸福生活。由此我

想到要写一本科普书籍，引起人们对心理疾病的关注。我的这一想法立即得到广东省医学科普创作研究会领导的支持和鼓励，于是我花了一年的业余时间写成此书。

本书的内容分为三个部分：第一部分是心理医生札记，从实际的病例入手，揭示心理疾病患者的痛苦及心理疾病与社会环境的密切关系，以引起人们对心理疾病的重视，这部分有几篇曾以黄铎的笔名在一些杂志发表过；第二部分是常见心理疾病知识介绍，从横的方面介绍神经症、心身疾病、性变态等疾病和病态人格知识，医务人员看一看这部分内容也许是有益的；第三部分是病例介绍，通过50例典型病例，深化人们对心理疾病的认识，从而使心理疾病患者能被早发现、早治疗。在写作上，力求做到群众性、科学性和趣味性相结合。

本书在编写过程中，得到广东省医学科普创作研究会的大力支持和推荐，得到赵耕源教授的审阅和指正，在此，表示衷心的感谢！广州中医学院蔡明同志和我校学生心理学科研小组的同学帮助整理了部份病例材料，一并表示感谢！

由于水平所限，而医学心理学又是一门崭新的学科，因此，缺点和错误在所难免，殷切希望读者和心理学工作者多提宝贵意见，以利今后修改。

作者

1987年4月

于中山医科大学精神医学教研室

一、夺回可爱的青春

“黄医生，电话！”我正在接待一个又一个咨询者，护士叫我听电话。究竟是谁打来的呢？我心中暗暗纳闷。

抓起电话筒，传来一位少女的声音：“哈哈，黄医生！你还记得我吗？”看来她要考考我。

“你是小汪吧？”我回答说。

“哈，你的记性真好！一年多了，还记得我。”

我怎么会不记得呢？这位少女，还是我要进一步了解近况的咨询者，一年前，她来找我的时候，有严重的自杀观念，经过治疗和各方面工作，许久没有来咨询了，我真担心她遇到不幸啊！

“小汪，你现在怎么样？”

“我现在好了，不过，有些事想请教您，我想去拜访您，您家住在哪里？”

一般情况下，医生是不方便告诉家庭住址的，但对于这个患者，我无法拒绝，于是我告诉她我家的地址，并表示欢迎她光临。

放下电话，一个熟悉的面孔浮现在我的脑海里，并回想起一年前她来咨询室的情景：

一位身穿军装的少女来到我的面前，她长得好高大，浓眉大眼，但面色显得苍白、忧郁。

“医生！”她用发颤的声音叫了我一声。我一听便知道她有非常痛苦的心事，便以同情的目光望着她。我说：“有什么使你痛苦的事，请慢慢讲吧。”

原来，她16岁参军，被派到护士班学习。在学打针时，第一次实习碰上一位老太婆，臀部皮肤比较韧，她又特别紧张，结果针一下去，针头不但没插入，反而弹了出来，药水洒满一地，吓得她全身发抖。自此以后每当想到打针，她就恐惧万分，心跳、心慌、出汗，甚至头晕、头痛。想到自己将来要当护士，天天要打针，怎么过日子？因此，她不断地向领导、家人说不做护士工作。父亲狠狠批评她，也无济于事，只好叫她转业。小汪父亲原是某医院医生，已征得领导同意安排女儿的工作。岂料情况临时变化，引起小汪的不满，她说：“父亲讲话不算数，我现在根本不信任他了！”

不久，小汪父亲所在的医院开办一个护士班，家人又劝她去考，而且考上了。

现在，离毕业实习只有三个月了，她一想到将来天天给病人打针，心里很害怕，怎么办呢？而父母又不理解，只是一味责骂训斥，没人关心安慰，长期处于紧张、焦虑、忧郁及痛苦之中。看来只有一条路——自杀。她说到这里，泪流满面。

她的心情我完全理解。她得的是一种“恐怖症”，对这种病，可以采取系统脱敏疗法。但是，当前她有严重的焦虑、抑郁，不宜应用，只好先治标，以挽救她年青的生命。

我告诉她不要太悲观，可以帮助她摆脱当前的困境，说服亲人理解她，帮助她。但是，要给我们一些时间。她以半信半疑的目光看着我，慢慢地离开了咨询室。

不久，她父亲收到我发出的信，很快找到了我。当我将他女儿的心病说出来之后，他的眼圈红了，泪水溢满眼眶，他紧

握着我的双手感动地说：“黄医生，谢谢您这样关心我的女儿，我有愧。过去，女儿说这说那，我总认为是思想问题，以为是看不起护士工作，总是用马列主义大道理教训她一顿。看来，她的确有她的难处啊，现在怎么办？”

我提出两个办法：第一作为父亲要多关心她，安慰她，不要总是责怪她。要给她温暖，给她情感上的支持；第二向医院领导汇报，征得领导的理解和支持，可以让她学别的专业或干别的工作。

此后，小汪没再来咨询室了。我还担心她会发生什么不幸的事，并准备发信追踪。不料，她倒来了电话。看来，问题解决了，又挽救了一个年青的生命！

小汪约定两周后才来看我，但她先来一封信：

“尊敬的黄医生：您好！

我怀着感激的心情，向您表示衷心的感谢，感谢你对我的关心、帮助和认真负责的医疗态度。自从上次去贵院倾听你的开导后，心里感得坦然和平静些了，能坐下来专心听课和复习，几次大考成绩优异，并获得全班第一名，但我不感兴趣的科目仍然学得不好。比如护理操作考得一塌糊涂，全班倒数第三，我差点哭起来……。现在医院领导把我调到检验科，这下，我不再为打针的事提心吊胆了。经过几年的实践，我懂得了看待问题要一分为二的道理，干任何工作都不会一帆风顺的。到了检验科也一定会遇上许多困难，尤其象我这样感情脆弱、个性又好强、不善于随和的人。但不管怎样，我一定要努力干好工作，来报答各位处处关心我的好人……。”

两周后，她来到我家，穿着连衣裙，人似乎又高大了些，体态丰满，面色红润，如果不是她自我介绍，我真不敢相信这是小汪。她兴致勃勃谈到学习、谈到工作以及“好运气”，

直到此时，她才知道她的“好运气”——工作的调动，与我们的治疗方案有关。最后，她表示，决不辜负领导和医生们的期望，一定要钻研业务，干好本职工作，为四化建设贡献力量。

二、一场虚惊

有一年，某城市办“医学心理班”，我应邀前去讲课。最后一节下课后，一位学员对我说，他有一个亲戚，是20多岁的男年青，名叫吕生，因“阳痿”痛苦不堪。市内有名望的医生都看过了，仍未解决问题，想请我看看。

为方便起见，我选择了一个小房间单独与吕生交谈。只见吕生长得眉清目秀，一派文弱书生的样子。一打听，才知他是河北某学院的毕业生，已有女朋友。一个月前，吕生一次手淫后发生耳鸣，大约持续了一个星期，当时没有在意，后来才发现自己的性欲逐渐下降，对女性不感兴趣，阴茎不能勃起，阴囊也是松弛的，触摸后不收缩，他觉得似乎与过去不同了，心里紧张起来。

后来，他接到女朋友约会的信，也似乎无动于衷，就更紧张了，产生极度的恐惧情绪，一连两周吃不下饭，睡不着觉，思想高度集中在这个问题上。可是越紧张，生殖器的功能越不如以前，性欲越来越弱，因此思想负担越来越重，心情越来越抑郁，甚至觉得对人生也毫无兴趣了。经过内科、外科医生诊治，吃了不少中药，情况没有丝毫改善。

我详细打量了他，觉得发育上没有大的问题，又作了体格检查，没有发现阴茎、阴囊、睾丸和附睾有什么问题。于是询问他最近的生活、工作状况与过去有何不同？他说，两

个月前他开始带学生实习，还要讲课。而过去从未担任过这类工作，精神比较紧张，有时备课直到深夜。很明显，他的阴茎不能勃起，性欲减退(轻度性冷淡)与紧张的工作，生活上的突然变动是有密切关系的，也是由于他对性认识(如手淫)以及恋爱的看法有错误认识而造成的。

于是，我首先安慰他，说明以上的现象是暂时的，是完全可以恢复正常的，不必为此而过份担心。另一方面告诉他应该正确看待手淫，过去社会上曾过份宣传手淫的害处，由此而产生的恐惧感是没有必要的。此外，还建议他多吃些含蛋白质丰富的食物，如蛋类、鱼类食物等；不要太晚睡觉，以致过份疲劳。

但是，他仍无信心，认为我一不作仪器检查，二不给药服，这样能治好病吗？回去后，他又翻来复去地想，逐渐地他自己原来的想法又占了上风，情绪又紧张起来。回到单位，他给我写了一封信，坦率地谈出了他的顾虑：怕因性欲愿望的减弱，得不到女朋友的爱情。

我立即给他回了一信，除了指出爱情与性欲、性生活的辩证关系之外，坚持我的看法：他的性欲减退是属于精神上的焦虑、紧张引起的，只要按照我的办法去做，即一不害怕；二多锻炼，把注意力分散到别的方面去；三不过份疲劳、紧张；四适当增加含丰富蛋白质的食物，一定可以慢慢恢复的。

这样，他又渐渐消除了疑虑，认识到消极的想法是错误的，头脑清醒了许多，决心按我的办法去做，积极锻炼身体，把精力集中到工作中去，不自我烦恼。过了一个月，他发觉性功能有所恢复。这时，他对我所讲的道理便深信不疑了。情绪好了，恢复就更快，三个月后，性功能就基本恢复

到过去的水平了。这时，他才知道自己的病根所在，认识到自己的一场虚惊是由于对性知识了解甚少所造成的。

几月后他来信说：“黄医生，去年发生了这件难堪的事情，多亏您的帮助才渡过了难关，感激的话不必多说。我觉得您所进行的工作是十分十分的重要，尤其是对于我们这些年轻人。我就是由于缺乏性知识和其它心理学知识，才产生了这些极为可怕而现在想起来又极为可笑的事情。说实话，经过这一次遭难，我对心理学也产生了兴趣。我觉得心理作用对于人的生活及生理上的影响简直太大了！”

三、重重复复的疑虑

有一天，我正在吃晚饭，忽然有人敲门，开门一看，是一位50多岁的妇女和一个20多岁的男青年，原来都是我的熟人。那妇女叫何姐，那青年是她的儿子张仔。何姐见我楞着，先开了口说：“阿黄，这次又要来麻烦你了，张仔把全家弄得不知象什么样了！”只见当日热情活泼开朗的张仔，此时双眼盯住我，摇了摇头，苦笑了一下。我见他消瘦得可怕，眼窝凹陷，神色疲乏，头发乱蓬蓬的，口周胡须也不剃。

张仔五、六岁的时候，我到过他家，看见他很喜欢绘画，而且画得挺不错。那时，何姐征求我的意见：“阿黄，你说张仔长大干什么好？”我笑了笑说：“看来，他有一定的绘画才能，对绘画感兴趣，将来可让他搞美术工作！也许会成为一个美术家呢！”何姐同意我的看法。高中毕业以后，张仔没有考上大学，何姐便为他联系到一间花布厂，安排他搞样本设计工作，他很满意。

不久，厂里派他到一所全国有名的美术学院进修。又过了一年，他终于考上了这间学院。记得在他回家进行毕业设计的时候，经过广州还探望过我，愉快地描述着毕业后的远大理想。

真想不到，才一个多月，眼前的张仔竟会变成这个样子。接着他向我讲述他的病史：

“事情发生在离校前的毕业分配期间。由于学院一般都是定向分配，而我原来所在工厂又很需要我，所以我一直没有分配到外省的思想准备。一个月前，有同学给我传来了一个消息，说我将分配到外省去。自己一听，非常紧张，几天几夜没有睡过一个好觉，不是入睡困难就是早醒，老在想，到别的地方入地生疏怎么办？工作开展不起来怎么办？远离父母生活不方便怎么办？爱人调动怎么办？明知没有必要去想，但自己已无法控制。结果弄得脑子嗡嗡响，整天发呆，无法上课。学校打了一个长途电话叫母亲来看我，自己一点反应也没有，心情仍很焦虑抑郁。后来工厂与学院联系，学院终于同意自己分回原单位，但是，当自己接到通知书时，又疑虑是否院方把通知发错了？是否写错了姓名？甚至回到原工厂报到时，仍不相信自己真的是回来了。为此，终日忧心忡忡，心慌、心乱、烦闷和坐立不安，头部似有什么东西‘罩’着一样。心情悲观抑郁，甚至出现绝望情绪，真是度日如年啊！”

我了解，张仔从小就胆小、怕事、害羞，工作和学习过份认真，凡事要求十全十美，依赖性强。这种性格一般叫“强迫性格”，结合他的典型的临床症状，我便诊断他为“强迫症”。我笑着毫不在乎对他说：“不要怕，这是一种神经官能症，一般是可以治好的，我治过不少这样的病人，大都效果理想。”另又安慰何姐：“不必过份紧张、担忧，此病一般不会变为精神分裂症的。”这么几句肯定的话，使张仔母子俩如释重负，并非常信赖我，觉得有了希望，脸上也露出了笑容。当晚，张仔便在我家吃了一大碗饭，回去安睡了五六个小时。

第二天，张仔来心理咨询室咨询，我教他采用“森田疗

法”治疗，即对强迫疑虑这一症状采取：不怕、不理、不对抗的态度，顺其自然。同时还开了一个月的抗忧郁药给他晚上服。嘱他休息一周后，天天早上起来运动20分钟，把生活、工作安排得紧凑些。

不久，收到他的来信，说重重复复的疑虑大为减少，失眠现象已全部消失，头脑清醒多了，心情开朗多了，很满意。

一个月后，他托人来再取了一个月的药。不久又来了一信，说重重复复的疑虑已全部消失，正式上班了，并征求意见是否可停药。我叫他可逐渐减量至完全停药。

至今已有一年多了，没有复发。

这是一种带有严重抑郁心情的强迫症。这种强迫症比单纯有强迫症状而无抑郁心情的强迫症疗效要好，只要把抑郁情绪改善了，强迫症状亦随之减轻或消失。因此，这种类型的强迫症，在用“森田疗法”治疗的同时，加用少量抗抑郁药，往往能取得较好的疗效。

四、曲折的姻缘

有一天，我接到一封邀请信，是小程与小丽请我参加他们的婚礼，信是这样写的：

尊敬的黄医生：

您好！告诉您一个好消息，我俩下月要结婚了，回想起去年的紧张岁月，感激之情是无法用语言来表达的。我们结婚之时，首先想到了您，全家一致邀请您参加我们的婚礼，请您务必赏光。

小程、小丽敬上

小程、小丽的结合，有着一番曲折的故事……。

记得在前年12月，一位苗条、温存而又有些腼腆的姑娘来到咨询室。主诉是焦虑、抑郁一年多，几天来失眠的症状加重。患者从小胆小、怕事、敏感、多疑，一年前男朋友向单位申请离职，到外地搞装修。患者担心政策会变，整天提心吊胆，怕出问题，似有“大难临头”之感。几天前服过鹿茸，三天三夜睡不着觉，思虑更多。碰到什么事均感不顺心，有时暗暗流泪，不想上班。自卑，认为自己什么都不如男朋友，担心如此下去会得精神病，担心结了婚担负不起家庭的重担等等。

经过检查，身体无器质性病变，诊断为焦虑症。经过心理上开导、解释及抗焦虑药治疗一个月，症状大大减轻，情

绪稳定，睡眠好。有时男朋友陪她来咨询，我就教她男朋友如何关心她、爱护她、开导她。他都答应了。

不料，不久之后，小丽的症状急剧恶化，焦虑、抑郁情绪加重，甚至出现自杀观念。原来，他的男朋友从外地回来，又在广州接了任务，要赶工完成，一时无空探望小丽，小丽便以为男朋友有疏远自己的意思，非常不安，思想顾虑重重，几个晚上无法入睡，烦躁得很，情绪异常悲观，自罪自责。

我起初以为真是男方变卦了，劝她想开点，“强扭的瓜不甜”，但她一句也听不进去。

考虑到小丽情绪上的突变，加上她那脆弱的性格，我预感到她会发生急性心理应激，可能会有反应性精神症状的表现。于是交代她的父亲：“这几天要让她在家休息，好好睡觉。”除了抗焦虑、抑郁药物外，还开了较多量的安眠镇静药。并嘱她父亲请小程来和我谈谈。

第三天，小丽的父母亲带小程来见我，试探了小程对小丽的看法，发现小程根本没有抛弃她的意思，而是小丽自己自卑、多疑引起了误会。我要求小丽父母对他俩的事采取积极支持的态度，以免葬送小丽二人的幸福。并安排小程去探望小丽，说明情况。

不久，小丽父母表了态，对她与小程的婚事表示完全赞同。加上小程向小丽说明了原委，小丽的情绪马上活跃起来，露出了笑脸。看到小程、小丽有说有笑，小丽父母才松了一口气。

我还叮嘱小程经常抽空去看望她，开导她。我说：“她是为你而焦虑抑郁的，现在要靠你去治疗她，你的态度比心理医生的话更重要、更有效。”

不到半年，他们就送来这个大好消息，怎么不令人高兴呢？

我即挥笔给他俩写了一封回信，表示一定参加他俩的婚礼，并祝福他们幸福、美满。