

● 黄铎香 编著

# 心理医生手记

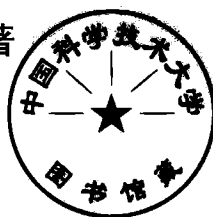
—— 光怪陆离的心理疾病  
及心理现象揭秘

暨南大学出版社

# 心理医生手记

——光怪陆离的心理疾病及心理现象揭秘

黄铎香 编著



暨南大学出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

心理医生手记/黄铎香编著. —广州:  
暨南大学出版社, 2000.4  
ISBN 7-81029-846-1

I. 心…

II. 黄…

III. 心理卫生—普及读物

IV. R395.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 27963 号

出版: 暨南大学出版社

排版: 暨南大学出版社照排中心

印刷: 广州市新明光印刷有限公司印装

发行: 新华书店

开本: 787×1092 1/32 印张: 6 字数: 13 万

版次: 2000 年 4 月第 1 版 印次: 2000 年 4 月第 1 次印刷

印数: 1-5000 册

定价: 10.00 元

# 为《心理医生手记》 出版说几句话

黄铎香医生是一位有经验的心理医生，他与我一起开创了中山医科大学附属第三医院的心理咨询门诊。现在他把咨询门诊中的实例及书信咨询中的资料，集结成册，正式出版，这是一件大好事，必将对广大的读者与心理上有不同程度障碍者有较大的帮助。

心理咨询由于面对咨客的不同职业与要求，可分为医学心理咨询、社会心理咨询、学生心理咨询、职业心理咨询等。在本手记中占大多数的是医学心理咨询，当然也有一些社会、学生、职业等方面的咨询。因此，本书是适合广大有心理问题的读者看的，当然，对于其他的读者（包括从事相关行业的人士），亦可当作了解心理咨询的资料，或作为一种消闲书籍来阅读。

广东省心理卫生协会理事长  
中山医科大学医学心理学教授  
赵耕源 2000.1.14

# 前言

医学心理学是我国改革开放后蓬勃发展起来的一门崭新学科。医学心理学在临床上的应用形成另一门崭新的学科：医学心理咨询学。作者从1983年起，参加了中山三院的心理咨询工作，随后应家庭医生门诊部之邀，坐诊其心理咨询教授门诊，接触了我国大量的心理疾病病例及与医学有关的心理问题，积累了丰富的心理咨询、心理治疗的经验。曾于1988年写过一本宣传诊治心理疾病的科普书《扭曲的心理——心理医生札记》，受到广大读者的欢迎与好评，不少读者就是看了书以后，找作者咨询的。本书是《扭曲的心理》的姐妹篇，内容分三部分。第一部分：咨询手记。作者从现实生活中的各种心理疾病病例出发，系统地介绍了各种常见的神经症（如焦虑症、神经性抑郁症、恐怖症、强迫症、疑病症、癔症、人格解体神经症等）和人格变态、性变态（如同性恋、易性癖、施虐狂与受虐狂等）以及严重的心理疾病（如精神分裂症、躁狂抑制症、精神发育迟

滞等)的诊断、治疗及预防知识。第二部分:心理万花筒。围绕与医学心理学有关的问题,如心理紧张与疾病、情绪与癌症、个性与冠心病、儿童教育、家庭心理卫生、青春期心理卫生、老年期心理卫生等,从心理学角度进行分析指导。第三部分:心理疾病 60 例。收集了 60 个我国较典型的心理疾病病例及少见的一些心理疾病病例,如梦言症、梦游症、睡眠瘫痪、发作性睡症、恋老癖、露阴癖、窥阴癖、受虐淫、口淫癖、恋乳癖、恋臭癖、恋物癖等。全书深入浅出,资料翔实,密切结合我国心理咨询的临床实践,一步步引导读者进入医学心理学这一陌生的领域。

本书不仅适合于广大的关心自身及他人心理疾病的读者,而且对从事医学心理咨询的专业人员、医学生、广大医务工作者、教师及从事健康教育的人员也有参考价值。

此书得到我的老师、我国著名医学心理专家、国内综合医院心理咨询开拓者之一赵耕源教授的细心审阅,特表衷心的感谢。珠江医院李利荣同志帮助整理大部分病例,在此一并致谢。

作者

# 目 录

## 第一部分 咨询手记

- 一、经理寻医记——谈慢性焦虑症 ..... (2)
- 二、莫明其妙的“惊恐”——谈急性焦虑症 ..... (8)
- 三、悲观厌世的心理病——谈神经性抑郁症 ..... (10)
- 四、脑中挥不去的“幽灵”——谈强迫症 ..... (15)
- 五、不怕、不理、不对抗，顺其自然——谈“森田  
疗法” ..... (20)
- 六、不敢见人的人——谈恐怖症 ..... (22)
- 七、无病呻吟——谈疑病症 ..... (26)
- 八、中外异议的神经症——谈神经衰弱 ..... (29)
- 九、我在哪里——谈人格解体神经症 ..... (33)
- 十、万能装病者——谈癔症 ..... (35)
- 十一、从两个男性婚配说起——谈同性恋 ..... (38)
- 十二、讨厌的阳具——谈易性癖 ..... (44)
- 十三、快乐中的痛苦与痛苦中的快乐——谈施虐狂与  
受虐狂 ..... (47)

|                                     |      |
|-------------------------------------|------|
| 十四、冲动杀人者——谈病态人格 .....               | (49) |
| 十五、调皮的小孩——谈儿童多动症 .....              | (52) |
| 十六、不识一字——谈精神发育迟滞 .....              | (55) |
| 十七、儿媳妇破案——谈老年性痴呆 .....              | (58) |
| 十八、奇怪的疼痛——谈隐匿性抑郁症 .....             | (60) |
| 十九、见鬼的秘密——谈精神分裂症 .....              | (63) |
| 二十、“血的教训”——谈精神分裂症病人的心理治疗<br>.....   | (66) |
| 二十一、“吹牛大王”阿钟——谈躁狂抑郁症 .....          | (73) |
| 二十二、贪吃的女郎——谈神经性贪吃症 .....            | (75) |
| 二十三、是“石头大王”惩罚她吗？——谈更年期综合<br>症 ..... | (76) |
| 二十四、心理杀人心理救——谈反应性抑郁症 ...            | (78) |
| 附：《心理健康测量量表》的介绍 .....               | (82) |

## 第二部分 心理万花筒

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| 一、信命者之死——谈心理紧张与疾病 .....   | (97)  |
| 二、胡副教授之恨——谈情绪与癌症 .....    | (100) |
| 三、舞厅的悲剧——谈激情 .....        | (103) |
| 四、肝硬化关长长寿之谜——谈个性与疾病 ..... | (104) |
| 五、从三气周瑜想到的——谈个性与冠心病 ..... | (108) |
| 六、张松戏曹操——谈记忆 .....        | (111) |
| 七、孔明借箭与心理——谈错觉 .....      | (114) |
| 八、高考前后话心理——谈高考的心理调节 ..... | (116) |
| 九、正确表扬与健康心理——谈儿童教育 .....  | (120) |

|                                       |       |
|---------------------------------------|-------|
| 十、儿童心理素质 ABC——谈儿童基本心理素质 .....         | (121) |
| 十一、胖的困扰——谈女性青春期发育的奥秘 .....            | (124) |
| 十二、新婚伉俪闹离婚——谈婚后夫妻角色的适应 ...            | (127) |
| 十三、看《廊桥遗梦》有感——谈婚后对情爱、<br>性爱观的反思 ..... | (129) |
| 十四、永远保守这秘密——谈女人失身 .....               | (133) |
| 十五、荧光屏前倒下的老人——谈老年人心理卫生 ...            | (135) |
| 十六、新风霞迎夫——谈家庭心理卫生 .....               | (137) |
| 十七、梦的“预兆”——谈梦 .....                   | (140) |
| 十八、这是神鬼的惩罚吗？——谈迷信与心理 .....            | (142) |

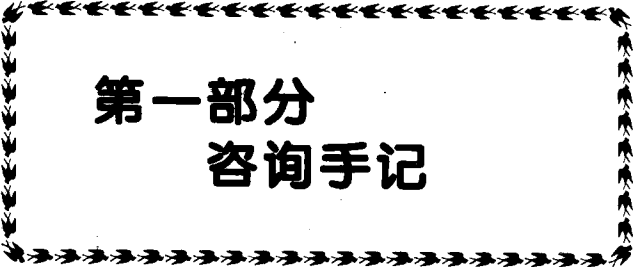
### 第三部分 心理疾病 60 例

|                             |       |
|-----------------------------|-------|
| [病例 1] 急性焦虑症 .....          | (145) |
| [病例 2] 急性焦虑症发展为慢性焦虑症 .....  | (145) |
| [病例 3] 慢性焦虑症 .....          | (146) |
| [病例 4] 慢性焦虑症 .....          | (147) |
| [病例 5] 神经性抑郁症 .....         | (147) |
| [病例 6] 神经性抑郁症 (有自杀行为) ..... | (148) |
| [病例 7] 社交恐怖症 .....          | (149) |
| [病例 8] 社交恐怖症 .....          | (149) |

|                                  |       |
|----------------------------------|-------|
| [病例 9] 不洁恐怖症 .....               | (150) |
| [病例 10] 僵尸症 .....                | (151) |
| [病例 11] 疾病恐怖症(恐癌症) .....         | (151) |
| [病例 12] 疾病恐怖症(艾滋病恐怖症) .....      | (152) |
| [病例 13] 小便恐怖症(又称神经性尿闭) .....     | (152) |
| [病例 14] 高空恐怖症 .....              | (153) |
| [病例 15] 广场恐怖症(空旷恐怖症) .....       | (153) |
| [病例 16] 强迫症(强迫性怀疑与强迫性联想) .....   | (154) |
| [病例 17] 强迫症(强迫性疑虑) .....         | (154) |
| [病例 18] 强迫症(强迫性对立思维、强迫性冲动) ..... | (155) |
| [病例 19] 强迫症(强迫性穷思极虑) .....       | (155) |
| [病例 20] 强迫症(强迫性穷思极虑) .....       | (156) |
| [病例 21] 强迫症(强迫性冲动) .....         | (156) |
| [病例 22] 强迫症(强迫联想, 强迫性洗手) .....   | (157) |
| [病例 23] 强迫症(强迫性注视) .....         | (157) |
| [病例 24] 强迫症(捡毛癖, 强迫计数) .....     | (158) |
| [病例 25] 强迫症(强迫疑虑合并强迫洗手) .....    | (158) |
| [病例 26] 强迫症(强迫性仪式动作) .....       | (159) |
| [病例 27] 疑病症 .....                | (160) |
| [病例 28] 疑病症 .....                | (160) |
| [病例 29] 人格解体神经症 .....            | (161) |
| [病例 30] 人格解体神经症 .....            | (161) |

|         |                              |       |
|---------|------------------------------|-------|
| [病例 31] | 梦言、梦游症 .....                 | (162) |
| [病例 32] | 睡眠瘫痪 .....                   | (163) |
| [病例 33] | 睡眠瘫痪(出现生理性幻觉) .....          | (163) |
| [病例 34] | 发作性睡病 .....                  | (163) |
| [病例 35] | 发作性睡病 .....                  | (164) |
| [病例 36] | 病态人格 .....                   | (165) |
| [病例 37] | 神经性厌食 .....                  | (166) |
| [病例 38] | 神经性厌食症伴贪吃现象 .....            | (166) |
| [病例 39] | 神经性厌食症 .....                 | (167) |
| [病例 40] | 性变态(男性同性恋) .....             | (167) |
| [病例 41] | 性变态(女性同性恋合并易性癖、异装癖)<br>..... | (168) |
| [病例 42] | 性变态(恋老癖) .....               | (169) |
| [病例 43] | 性变态(露阴癖) .....               | (170) |
| [病例 44] | 性变态(窥阴癖) .....               | (170) |
| [病例 45] | 性变态(窥阴癖) .....               | (171) |
| [病例 46] | 性变态(受虐淫) .....               | (171) |
| [病例 47] | 口淫癖 .....                    | (172) |
| [病例 48] | 口淫癖 .....                    | (172) |
| [病例 49] | 性变态(恋物癖) .....               | (173) |
| [病例 50] | 性变态(恋物癖) .....               | (173) |
| [病例 51] | 性变态(恋脚癖) .....               | (174) |
| [病例 52] | 性变态(恋脚癖和恋乳癖) .....           | (175) |
| [病例 53] | 性变态(淫语癖) .....               | (175) |
| [病例 54] | 性变态(恋臭癖) .....               | (176) |
| [病例 55] | 性变态(易性癖) .....               | (177) |

|         |                |       |
|---------|----------------|-------|
| [病例 56] | 老年性痴呆 .....    | (177) |
| [病例 57] | 慢性酒中毒 .....    | (178) |
| [病例 58] | 急性反应性精神病 ..... | (178) |
| [病例 59] | 精神分裂症 .....    | (179) |
| [病例 60] | 躁狂抑郁症 .....    | (181) |



# 第一部分 咨询手记

## 一、经理寻医记

### ——谈慢性焦虑症

某市有一患者，打电话到门诊，问我最近出不出诊，他近期要来咨询。我告诉他，近期我就到他那市开会，可在会议空余时间找我，能省不少旅费车费。他高兴极了，问清我到该市的具体时间，说一定要到车站接我。

我对他全无印象，也不知他得了什么病，病情如何，姓什么，怕彼此不认识，因此，把我的特征说了一下，方便联系。

那天，火车晚点，但他一直等到我下车。他一见我就像久别重逢的老朋友，高兴万分地说：“黄医生，我们只见面 10 分钟，因此，你对我的印象不深，但我永远记住你，感激你，你解除了我多年无法解决的痛苦——焦虑症。说来你不会相信，我为这个病花了两三万元也未见好，但你只给我看了 10 分钟，开了 28.50 元的药，指点几下，现已痊愈了，我哪能忘记你呢？”我听了愕然，但又不便多问，车很快到了住地。我说：“后天晚上我有空，你来我这里聊聊吧！”

那晚，我辞退了要探望我的其他朋友，空出时间与刘经理畅叙——从他的名片，我才知道，他是一位很有身份的人。

见面时大家如老朋友，问寒问暖。然后他慢慢进入寻医的苦恼经历的回忆中。

两年前，我由于工作太忙，责任心又太强，为此觉得压力很大，经常失眠、心跳、心慌、紧张、头晕、胸闷，无法上班，老板以为我“闹情绪”，提出加工资，令我哭笑不得。到本地医院，诊断为“神经衰弱”，服了一些安定、维生素 B，好些，但症状反反复复。不久我又感染了乙肝病毒，因此，情绪更为紧张，坐立不安，惶惶不可终日，易出汗，经常感到呼吸不够气。在当地医院住院两个月，没有效果。于是，母亲很焦急，通过熟人，请来巫婆到家“逐邪”。自己明知是迷信，但不敢逆母亲之命。巫婆口中念念有词，突然含了一口酒，迎面喷来，令我恶心呕吐。于是又找另一医院医生，医生认为我有“思想问题”，同我做“思想工作”，结果可想而知。如此到处寻医，折腾了两年，令人失望，我对前途已失去了信心，悲观厌世，甚至想轻生解脱，吓得妻子哭哭啼啼。忽然一天，从《家庭医生》杂志上得知你在家庭医生门诊部开诊，于是夫妇俩第二天即花 1000 多元，买了飞机票飞往广州，终于找到了你。那一天，咨询的人太多，你只能给我谈 10 多分钟，检查后便对我说：“你得的是慢性焦虑症，伴有抑郁情绪，你不必顾虑，此病 2~3 个月基本可治好。你先服一些我开的药，半个月后来复诊。除了服药，我建议你每天早起慢跑 15 分钟，这一点至关重要。”药款才 28.50 元，我半信半疑。但回来后，服药当晚见效，睡得特别香，几天后情绪变得开朗，我开始跑步。半个月后，奇

迹出现了，不但不失眠了，而且心跳、心慌、紧张感也渐渐消失了。通过门诊电话联系取药，再经过三个月，一切正常，我上班了。

他停了一下，又继续讲下去：“所以我非常感激你，因为你不但救了我一个人，而且救了我全家。因困难时我多次想结束生命，我家人也饱尝痛苦……”讲到这里，他的声音有些嘶哑，眼睛也湿润了。我立即转了一个话题。至此，我才明白，他为什么对我那么热情真挚。

焦虑症是怎样的一种病？为什么那么难治呢？

原来，广大群众，甚至绝大多数医务人员，对心理疾病的知识普遍了解得太少，因此，不能正确认识及诊断焦虑症，经常误诊，所以治疗效果也就不好。

焦虑症是以突如其来、反复出现、莫明恐怖和焦虑不安为特征的一种神经症，一般伴有植物性神经功能障碍。

此病国外多见，据称占人口 5% 的人患有焦虑症，约占精神科门诊人中的 6% ~ 27%。国内也常见，据统计占综合医院心理咨询门诊病人的 12.2%，比例相当高。我们曾在《大众医学》上发表了一篇有关焦虑症的文章，结果两个月内收到 300 多封信，均说自己得了焦虑症。但许多医务工作者并不了解此病，有的病人被误诊为心脏病，甚至被怀疑是假病、装病，使患者长期得不到及时有效的治疗，以致求神拜佛，甚至失去生活的信心而自杀身亡。

焦虑症起病可缓可急，急的叫急性焦虑症，缓的叫慢性焦虑症。

## 急性焦虑症

又叫“惊恐发作”。病人在急性精神创伤后突然发病，莫名其妙地惊恐，心慌，出汗，面色苍白，心脏激烈跳动，呼吸困难。病人感到“气不够用了”、“马上就要死了”、“快要发疯了”，似“大难临头”。发作时间由数分钟、数小时至数日不等，间歇期可完全正常。一般反复发作，少数发作1~2次自行缓解。

例如，一位男青年来信说：“有一天去某地途中，突然心跳心慌、气促、出汗，情绪异常紧张，自己觉得快要死了，于是下车停在路上不敢走路，后来要人陪同才能回家，至今不敢一人出门。”

一个50多岁的中年男性做“自发五禽戏动功”，突然感觉“走火”，收不了功，感到心跳、心慌、气促，害怕自己快“发疯了”、“快要死了”。经师傅指点，也“收不了功”，他只好到医院急诊，经服镇静安眠药而症状消失，但从此再也不敢做气功了。

## 慢性焦虑症

症状复杂多样，常见有心悸、失眠、疲乏、神经过敏、胸闷、气急、烦躁、抑郁情绪和急性焦虑发作。

心悸：常为阵发性，持续时间长短不一，一般找不到明显的诱发因素，病人可感到胸痛、气促；

失眠：主要表现为入睡困难，浅睡多梦；

疲乏：与体力活动不相称，休息后也不缓解；

神经过敏：表现为心胸狭窄，为一些小事看不开，为小事大发脾气，而事后又觉不应该，并为此而懊悔。病人怕光、怕吵、怕拥挤，有一点光线或声音都睡不着