



## 心慌胸闷、头晕紧张却查不出疾病？ 或是焦虑症找上门

40多岁的市民王女士经常心慌胸闷，每次发作她都觉得自己是心脏病，十分担心，然而到市二院心内科做了彩超、CT等各项检查后，一切正常。后来心内科的医生建议她到心理科就医，结果确诊为焦虑症。经过抗焦虑的系统治疗，王女士的病情如今大为缓解。

市二院心理科主任郭满红介绍说，像王女士这样对自己的身体健康莫名感到紧张、担忧的人，是被焦虑症找上了门。如今焦虑症在心理科门诊中很普遍，不少患者在各大医院的内外科反复就诊无果后，才想到心理科就医。

### 焦虑症患者很常见

和王女士一样，20多岁的刘女士也是被焦虑症所困扰。刘女士从去年6月份开始经常感到腿软、头晕，莫名紧张，有时甚至紧张得腿会发抖，她老怀疑自己身体出了什么问题。后来，这种情况越来越严重，甚至朋友约她出去玩她也会很抗拒。烦躁不安时，刘女士试过躺在床上休

息，想让自己安静下来，但越是安静地躺在床上，内心越烦躁，身体越不适，她更怀疑自己患有疾病。后来，她到市区多家医院进行各种检查和治疗，还用中药进行调理，都没有奏效。家人看到她被折磨得很痛苦，近日带她到市二院心理科咨询检查，从而才得知她患上了焦虑症。

“如果人们经常感到心慌胸闷、头晕乏力、肌肉紧张，怀疑自己身体有问题却反复检查都未果时，建议到心理科查查病因。”郭满红说，患者出现这种症状也可能是焦虑症，可以进行药物和心理方面的治疗。

郭满红说，焦虑症的症状为无缘无故、没有明确对象和内容

的焦急、紧张和恐惧，患者感觉似乎某些威胁即将来临，但又说不出究竟存在何种威胁或危险，它持续时间很长。焦虑症会给身心健康带来严重危害，比如不能集中精力工作、坐立不安、失眠多梦等。曾经有位男性患者，病情严重发作的一次，感觉上不来气，于是急忙拨打120求助。

### 焦虑症不同于抑郁症

随着人们生活和工作的压力增大，抑郁症和焦虑症已经成为日常生活中很普遍的一种疾病，只有正确区分这两种心理疾病，才能进行有效的针对性治疗。

郭满红说，焦虑症在情绪方面的症状主要为紧张、恐惧和过于担心，表现为“怕死”。焦虑症的发病与遗传、神经系统的活动类型、年龄、性格等因素有关。比如，对于女性来说，焦虑在更

年期是一个比较容易发生的阶段。从性格特征上来说，自我要求比较高、追求完美和内向的人容易出现焦虑。焦虑症在旁人看来常常是无法理解的，它并不仅仅是某一天心情不好，不会因为睡了一觉就简单地过去。如果患上焦虑症，这时最好到心理科找医生咨询求助，进行针对性的治疗。

抑郁症的典型表现是情绪低落，感觉生活没意思，甚至有

自杀的念头和行为。抑郁症以抑郁心境、思维迟缓和意志活动减退为主，多数病例还存在各种躯体症状。从外在表现来说，可分为三类：一类是外观看情绪低落的人；一类是隐匿性抑郁症，常常以躯体不适为主要表现，比如肢体疼痛、头晕、腹泻等；还有一类是微笑抑郁症，他们在他人面前表现得很开心，但内在却承受着痛苦。经过规范治疗，大部分抑郁症都会有

所改善。而由于社会观念的影响，很多人遇到精神问题时，都不愿意面对，导致病情延误。如果连续两个星期不开心，那就要去看医生。我们应把抑郁症与感冒、发烧等生理性疾病一样看待。出现抑郁问题，要积极面对，并及时就医，采取心理疏导和药物相结合的方法进行治疗。不能把心理疾病与精神疾病等同起来，否则患者得不到正确治疗。

(魏应钦)

## 我国百万人口 白内障手术率 提前达标

本报讯 记者近日从2018屈光性白内障手术新进展国际会议上获悉，我国百万人口白内障手术率已从1988年的83提高到2017年的2205，提前实现“十三五”全国眼健康规划目标，标志着我国防治盲水平显著提升。

白内障是全球首位致盲性眼病。我国60岁至89岁人群白内障发病率约为80%，90岁以上人群白内障发病率高达90%以上。“十三五”全国眼健康规划提出，我国百万人口白内障手术率到2020年底达到2000以上。据介绍，我国的白内障手术已从防盲手术逐步转变为屈光性白内障手术，同时提供功能性人工晶体。目前，屈光性白内障手术技术与国际接轨。(白剑峰)

## 导读

市二院学术论文  
被列入国家医学  
指南参考文献

[AII·2]

市第一人民医院——  
3D打印技术  
让骨科手术  
实现“私人订制”

[AII·4]

“寻找鹰城单身  
男神女神”活动  
开始报名啦

[AII·7]



鹰城微健康