



大家好, 2018-2019 美利华全国临床诊疗技能大赛第十八场于1月12日10:00 正式开始, 今天的参赛选手为来自吉林省神经精神病医院精神科主治医师宋丽波。大家观看比赛的同时为其打分还可参与抽大奖。

抽奖操作步骤: 关注公众号“美利华”, 打开右下角“大奖赛”, 会弹出“观看大赛”和“锦鲤体质”。点击“锦鲤体质”, 在10:00-11:30之间为宋丽波医生打分; 点击“观看大赛”, 可收看大赛现场直播, 于11:50参与抽奖。

以下为宋丽波医生访谈并整理的案例背景:

来访者, 女性, 24岁, 大专文化, 平面设计专业, 目前辞职1个月。已婚2年, 目前处于分居状态半个月, 未育。

主诉: 因“感觉高兴不起来, 未来没有希望, 想要释放压力, 改变自己”而来访。

现病史: 来访者于5个月前新入职一份工作, 为平面设计工作, 与自己的兴趣及所学专业相符, 4个月前则被要求承担一场大型活动的企划, 来访者感到压力大, 每天加班, 精力充沛, 自己也感到充实。活动完成后, 自己感觉情绪急转直下, 总想让自己闲下来, 没有精力。大约3个月前, 来访者感到自己总是闲不下来, 总想去商场买东西, 每次买很多, 想要打扮自己, 买东西不是因为自己心情很好, 很高兴, 而是感觉自己没有自信, 只有打扮自己以后, 才能找到自信。有时也会感觉兴奋, 心情好, 对什么都有兴趣, 想要去迪厅蹦迪, 但是这种兴奋感只能持续2-3天。就开始感觉不是特别快乐。夜间睡眠少, 凌晨2-3点才能入睡。

2个月前因为自己的加班费还没拿到手, 在自己不知情的情况下, 丈夫就办了张大约3万块钱的滑雪卡。来访者感觉工作时没有动力, 感觉自己工不工作, 以后生活都不会变得更好了,



那为什么还要那么累呢。又开始出现不吃东西, 什么都不吃, 偶尔吃一两口, 头晕时就含一块糖。同时出现手抖、心慌、出汗。人多时心烦、闹心。因为工作时人较多, 只能在单位工作半天, 下午就得回家工作。曾去某精神科专科医院就诊, 诊断“焦虑、抑郁、躁狂”, 处方了“百忧解”, 每早 1 片, “富马酸奎硫平片” 每晚 1 片。大概规律服药 1 个月左右, 睡眠有改善, 其余症状无改善。因为手抖、心慌而辞去工作。

40 余天前突然想要找人聊天, 所以在网上找了一个聊天软件, 一天能与人聊 10 个小时, 只要停下说话就感觉心烦。在网上认识了一个学心理学的男性, 经常开导她, 1 个月前饮食开始恢复正常。虽然能正常吃饭, 但是自己会觉得吃完就胖了, 是一种负罪感。

半个月前与丈夫分居, 想要离婚, 认为自己容忍丈夫已经到了极限, 丈夫什么事情都忽略自己, 自己无论做什么都要迎合丈夫的步伐, 即使自己病了, 去某精神科抑郁就诊时, 丈夫也外出滑雪, 不陪自己就医。即使自己提出离婚, 丈夫也认为是来访者的问题, 来访者病了, 才会提出离婚, 而不是自己的问题, 自己不需要改变什么。来访者想要改变自己, 释放压力, 想要恢复工作的状态。

大概 10 天前来访者自行停药, 约有 40-50 个小时未睡觉, 故来访者又开始服用。

既往史: 既往身体健康。无重大躯体疾病史。否认过精神活性物质滥用史。

个人史: 来访者为独生女, 母孕期不详。从小就生活在一个困难的处境里。与父母同住, 来访者的父亲在未婚时因盗窃做了两次的牢。性格暴躁, 酗酒, 赌博, 家暴妻子和来访者, 平时在家不工作, 同时也不让妻子外出工作, 如果出去找工作就是一顿暴打。害怕妻子在外面认识其他男性。所以经济困难, 日常生活靠低保度日。

对于来访者也是动辄拳打脚踢, 比如放学回家晚了, 没有及时打电话等等。在小学时,



因为看课外书，帮同学补习功课回家晚了，竟然被父亲打断了一条腿。来访者形容父亲就是“一枚定时炸弹”，随时可以爆发。

小学五年级时，因为母亲出轨，父母分居一年，父亲带着自己在家生活，迫于生活压力，父亲外出工作（做电工的工作），经常上夜班，来访者经常一个人在家，日常生活需要自己料理，学习任务需要自己独立完成，有时有一两个好朋友会来家里陪伴自己。小学时性格内向，但是学习成绩优异。

小升初时，因为来访者父亲经常上夜班，不能照顾来访者，所以央求来访者母亲回来照顾孩子，母亲搬回来后夫妻关系有缓和。来访者以优异的成绩考入了初中（进入的班级是高中学校里的初中直升班）。

初一时，来访者的父亲有了外遇，外遇的女性是自己好朋友的妈妈，两家相隔不远，来访者的母亲也知情，三个人可以像朋友一样在一起聊天、喝茶。在升入初中后，被同学排挤、捉弄，比如扔她的书包，往她的课桌上倒水（通过其他同学询问得知是几个男孩想要追求她，为了引起她的注意），女同学也不敢和她交朋友，也怕被捉弄。但是也交到 2-3 个好朋友，自己感觉性格越来越孤僻。学习优异，在班中排中上等。

初二时，来访者的父母离婚，来访者与母亲生活，但是母亲的私生活较乱，交了几个男朋友，经常不回家，所以来访者一个人生活的时候较多。上课时没有心思学习，趴着睡觉，学习成绩直线下降。

初三时，与自己最好的朋友大吵一架，因为自己感觉交朋友这么多年都是自己顺着朋友，感觉自己忍耐够了，所以因为一点点小事，大吵一架决裂了。来访者开始伤害自己，用刀子在自己的手臂上划。厌食，什么都不吃，即使吃一点也都吐出去。身高 168 厘米，体重已经减



轻到 90 斤。当时吃了一段时间中药，自己也给自己心态做了调整。与此同时，在公交车上遇到一个男性，与其发展为男女朋友（现在的老公，大来访者 10 岁）。来访者感觉很快乐，心情较舒畅。厌食和自伤行为也逐渐消失了。来访者也顺利考入高中。但是此时来访者的父母发现自己的恋情，父亲将来访者及其男友打了一顿，来访者也与父亲对打。父亲将来访者从母亲的住处接到自己的住处，强行将来访者的头发剪短，责令其分手。

高中时，来访者完全放弃学习，与不同的男孩谈恋爱，故意让老师知道，老师通知家长来校，但是父母均没有来。来访者自己推测可能是父母放弃自己，不管自己了，也可能是自顾不暇，因为他们两人的新感情都不顺利。

高一下半学期，被接去与母亲同住，再次在公交车上遇到男友，俩人复合。高二时与男友之间产生矛盾，因为来访者感觉不被重视，什么事情都顺着男友才可以，而男友一言不合就冷暴力处理。来访者开始关注体重问题，当时自己体重是 110 斤，一方面怕胖，一方面压力大时，就买来一堆的零食，一直吃到吐。大概每个月有 2-3 次。有时用手抠嗓子眼吐，每天吃完饭就会吃泻药，还间断服用减肥药。

高三时因为父亲不给生活费，男友又买了两辆摩托车（大约 20 万），透支卡还不上，来访者不得不一边上学，一边打工，发传单等。自诉工作时与同事相处较好，因为自己无论做什么都是先想着别人，讨好别人。

高考失利，复读时，因为家中拆迁，父亲要当钉子户，也不出去工作，经常联系不上父亲，自己和母亲租住的房子也因为拆迁不能再续租，因为没有钱，只能和男友租住地下室。继续一边打工一边复习功课。每个月仍有 2-3 次控制不住的吃东西，再用手抠嗓子眼吐掉。

上大学时，与室友关系紧张，为了缓和关系，经常打扫宿舍卫生，给寝室的同学打水，这



样关系有所缓和。也因为感觉男友忽视自己,经常在寝室哭泣,寝室同学劝其分手,但是来访者没有听从,与寝室同学的关系再次紧张,来访者又开始暴饮暴食,吃过之后抠吐,整个大一都是这样度过的。上大学后就没有再吃减肥药,偶尔服用泻药。

大二时,来访者突然意识到这样下去不行,自己开始改变,参加合唱团,打羽毛球,与同学外出聚会。节食减肥,能1个月不吃饭,只吃水果。来访者形容自己时而高兴,时而不高兴。高兴时,可以感觉心情舒畅,与同学连续2-3宿打麻将。不高兴时,将床上的帘子拉上,不爱说话,但是持续1-2天,或者有事情做了,情绪就会好起来。大二快结束时,先后交往了4-5个男朋友,也会发生性关系,一来想要气气自己的老公(当时是男朋友),二来看看有没有能把自己从这个怪圈里拉出去的人。男朋友知道后也不生气,也不指责,只是回避。

大三开始实习时,突然不想出去工作,在家里呆了4个月,整日在床上躺着,感觉做什么都没什么意思,睡觉时居多,有时刷手机,看手机时看到有意思的事情会开心起来。周一到周五都是这样,没有意思时,什么都不想干(男友只有周末回来住)。每隔几天暴食一次,吃完用手抠吐。周六、周日男友回来时,则心情好,主动陪伴男友,哄男友开心。因为男友喜欢滑雪,每周都需要外出滑雪,每周都需要消费2000多元,迫于生活压力外出工作。

工作为文案工作,需要写文章,这并不是自己喜欢的,但不得不为了生计做下去。和同事关系较好,未再出现厌食、暴食等行为,体重在130斤左右,对体重不满意,一直服用泻药。

工作1年半后结婚(2016年12月结婚),老公经常开玩笑说来访者胖,来访者就认为自己如果瘦下来,可能就能实现很多自己没实现的愿望了。所以间断服用泻药。结婚后来访者还想要做设计工作,就给自己报了一个为期4个月的学习班。

2018年8月,来访者找到了一份设计工作。是一家进食超市的设计工作,负责宣传海报、



宣传单等设计。因为店面升级,老板让自己和另外一个人负责一个 400 多人的大活动,让来访者做策划。来访者感觉自己有活力,精力充沛,每天都加班到很晚,很充实。

家族史: 来访者的父亲,初中学历,电工。在年轻时曾因偷窃而两次入狱。父亲性格暴躁、酗酒、赌博、家暴。父亲家中胞六行五,来访者的两个伯父均性格暴躁,来访者称小时候家庭聚会时,家里人会因为谈论别人的事情而吵架。

来访者的母亲,高中文化,之前始终无工作,近 2 年才有工作,平时性格敏感、懦弱,也特别急躁,来访者称因为自己与母亲吵架,告诉母亲彼此冷静冷静,便回到自己的屋子将房门锁起来,母亲便拿菜刀砍门,但是来访者否认母亲家暴自己,称和母亲很快就会和好。母亲家中胞四行一,大舅的性格与母亲相似,而小舅、小姨则脾气急躁。否认家族中两系三代精神病家族史。

我的概念化: 在遗传方面,来访者的父亲性格暴躁、酗酒、赌博、曾蹲过监狱,家暴来访者和其母亲,甚至在来访者很小的时候,因为一点小事将来访者的腿打断。来访者的母亲性格敏感、懦弱,也特别急躁,曾因为与女儿吵架,女儿将房门锁起来,便拿菜刀砍门。除此之外,来访者的父母关系也不和谐,关系很乱,彼此在婚姻存续期间相继有外遇,之后离婚,来访者在一个动荡的生活环境中生存,导致了来访者没有形成很好的边界感。父母没有以正确的方式对待来访者,来访者没有得到充分的爱与关怀。逐渐形成了长期压抑、痛苦的心境,空虚感明显,感觉自己不被肯定,不被尊重、没有价值感。成人后无法与他人建立稳定、良好的人际关系,要么讨好、顺从他人,以求获得良好的关系,但是会因为一点小事,而恼怒担心。经常情绪起伏较大,比如工作时认为自己有能力,经过努力确实将活动举办成功,此时来访者在一个高度自信的水平,来访者可能感觉自己精力充沛,愿意购物,不觉疲乏。之后又因为来访者的丈夫



在没有告知自己的情况下，花高价办理了一张只是丈夫喜欢的滑雪卡，来访者又感到不被认可，不被尊重，失去动力，就以冲动或自我伤害的方式来减轻痛苦，比如厌食、暴食、呕吐。

诊断：边缘型人格障碍

鉴别诊断：

- 1、双相障碍：因为来访者无论是在精力充沛，兴奋，想要蹦迪，疯狂购物，还是不愿工作，没有兴趣，只是躺着，厌食等情况，都在病程上没有满足轻躁狂、躁狂或重性抑郁的诊断标准，其极端及频繁的情绪转移，可以用边缘型人格障碍一元论来解释。
- 2、神经性厌食或贪食障碍：来访者有反复发作的暴食或厌食，以及反复出现的不恰当的代偿行为，比如说自我引吐、服用泻药等等，并不是每次发作都是因为担心体重，其疾病模式不符合，而边缘型人格障碍可以囊括厌食、贪食、及起伏的情绪变化。

治疗方案：

1、生物：

- (1) 规范作息时间；
- (2) 增加运动量，每天 1 个小时左右的运动时间，因为在大学时，曾参加合唱团，打羽毛球等让自己好了起来，仍可继续选择打羽毛球、跑步或者游泳等。
- (3) 在应用药物方面，因为患者睡眠不好，可继续服用富马酸奎硫平片，每晚 1 片。来访者服用百忧解每早 1 片，目前服用 1 个月，可加至每早 40 毫克，观察疗效。
- (4) 因来访手抖、心慌，应进一步完善甲功全项检查。

2、心理：DBT (CBT+正念+情绪控制)



可以通过正念减压的方式帮助她关注当下, 学会不加评判的对待自己的情绪, 学会控制和调整负性情绪。

也可以通过做链式分析和心情日记等方法, 找到其情绪波动的规律和触发因素, 结合认知调整的技巧, 帮助她找到可替代的合理的思维方式, 进而控制情绪。

3、社会: 因为患者目前处于离职状态, 眼下又马上到春节了, 可考虑休息一段时间, 选择先治疗, 在药物起效, 心理咨询一段时间之后, 病情稳定了, 可以掌握一定的情绪控制的技巧之后, 同时梳理好与丈夫的关系。此外, 患者聚焦于丈夫对其的关注, 要求离婚也是为了引起丈夫的关注, 丈夫没有离婚的打算, 也希望妻子好起来, 可以动员丈夫, 与妻子一起做婚姻、家庭治疗, 改变彼此之间的互动模式, 给患者提供心理支持。对于以后的工作, 可以继续从事来访者喜爱的平面设计工作, 尽量优选与人打交道少、不熬夜、不加班的工作。