

ملاک های تشخیصی :

- ترس مبرم و مداوم از یک یا چند موقعیت
- مواجهه با وضعیت اجتماعی و ترسناک
- اشخاص زیر ۱۸ سال طول مدت ۶ ماه
- اضطراب
- ترس یا اجتناب از انجام کار
- شیوع :** فوبی خاص بیشتر از فوبی اجتماعی است ، در زنان برابر مردان است
- علت :** عوامل ژنتیکی (یکی از بستگان درجه یک نیز این اختلال را دارند)
- عوامل زیستی شناختی (تاثیر داروها)
- (
- عوامل روانشناختی (منشاء در کودکی دارد)

خصوصیات اصلی اختلالات فوبی ، ترس دائمی شخص از اشیاء یا موقعیت هایی است که قرار گرفتن در آن بلافاصله منجر به واکنش اضطرابی می شود لذا بیمار از محرک اضطراب آور اجتناب می کند و این اجتناب معمولاً " سبب تخریب عملکرد شغلی یا اجتماعی او می شود به عبارت دیگر اختلالات فوبی ، ترس غیر منطقی است که به اجتناب آگاهانه از شیء یا موقعیت ترس آور منجر می شود .

فوبی خاص :

عبارت است از ترس منفرد و غیر منطقی بارز و مستمر نسبت به یک شیء یا موقعیت خاص (مثل : پروانه ، ارتفاع ، حیوانات ، دیدن خون)

پیش آگهی : بطور کلی تمایل به مزمن شدن

دارد ، عود ها مکرر هستند و به درمان مقاومند ، فوبی که از دوران کودکی شروع می شود معمولاً " زودتر از بین می رود .

درمان : روان درمانی :


- حساسیت زدایی
- سیل آسا واگربی
- درمان شناختی
- بینش گرایی
- هیپنوتیزم

دارو درمانی : آنتا گونیست های بتا

آدرنرژیک

- مهارکننده های MAO (فنلزین)
- اکسپرازولام ، کلونازپام



شماره سند: 95/eq/102/138 تاریخ تدوین : ۹۷/۵/۲۰ تاریخ بازنگری: ۰۳/۱۱/۲۰	عنوان سند: پمفلت آموزشی ویژه بیماران	 دفتر بهبود کیفیت و آموزش بیمارستان ۲۲ بهمن
--	---	--

اختلالات فوبیک



کلینیک آموزش سلامت

بیمارستان ۲۲ بهمن

۳۰۹ - ۱۶۵۵۹۵۳۲ داخلی

روش حساسیت زدایی :

ابتدا موقعیت یا شیء که خاصیت اضطراب زایی برای بیمار دارد شناسایی می شود و سپس بیمار تشویق می شود آن را تجسم کند • ابتدا احساس اضطراب می کند اما بتدریج اضطراب کاهش می یابد •

در جلسات بعدی موقعیت های شدیدتر را تجسم کند تا اینکه بر آن غلبه کند •



منبع: www.medlineplus

مداخلات :

بیمار تشویق شود که به موقعیت مورد اجتناب وارد شود زیرا مهم ترین عامل ترس دارد •

اگر بیمار یک بار با موقعیت ترس آور روبه رو شود و موفق بیرون آید ، اعتماد به نفس او افزایش می یابد بدین ترتیب اجتناب و ترس در هم می شکنند

