

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)



پیش آگهی : بطور کلی تمایل به مزمن شدن

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

درمان : روان درمانی :

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

دارو درمانی : آنتا گونیست های بتا

آدرنرژیک

- مهارکننده های MAO (فنلزین

- اکسپرازولام ، کلونازپام



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)

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

اختلالات فوبیک



کلینیک آموزش سلامت

بیمارستان ۲۲ بهمن

۳۰۹- ۳۲۵۹۵۵۱۶ 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

<https://22bahman-hospital.com/amouzeshbimar/>

آدرس سایت آموزش به بیمار بیمارستان ۲۲ بهمن

منبع: www.medlineplus.com

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 شکند

