

# 被忽视的老年抑郁

## 阅读提要

健康时报记者 徐诗瑜 王艾冰 杨晓露

■“老年抑郁和一般的成人抑郁一样，表现为情绪不好。只是对老年人来说，因为对死亡的关注度非常高，躯体化的症状就更加明显。”北京安定医院老年精神科主任医师潘伟刚告诉健康时报记者，有些老人觉得快要心梗了，检查后发现没有问题。

■在中南大学湘雅二医院精神卫生研究所副所长向小军接诊的患者中，有的患者甚至在不同科室辗转数年后才来到精神科：“老年人本身就更容易有腰腿疼痛或合并慢病的情况，部分老年人对变老、生病是有担忧的。当出现躯体不适，他们就会担心自己是不是得了重病，觉得自己的病治不好了，这种焦虑抑郁情绪又会放大躯体症状，反复恶性循环。”

■当过度放大躯体症状，将情绪问题被抛掷在一旁时，老年抑郁往往会被遗漏。除了知晓率低、难以启齿，不少老年患者在社区医院或综合医院非精神专科就诊时，首诊医生因并不熟悉老年抑郁症的表现，也会导致耽误老年抑郁的及时确诊。而笼罩在整个抑郁症患者群体身上的病耻感，也是老年抑郁症被忽视的原因之一。

■很多医院鼓励精神科医生加入到多种复杂疾病的多学科会诊中：如北京协和医院心理科的大夫加入到了其他学科的查房中；四川大学华西医院设置了“阳光医院”，让精神科的大夫给各个科室做培训；北京安贞医院心内科医生诊疗时会适时加入抑郁筛查自评环节。部分医学院校也设置了针对老年抑郁的前置课程。



在老年精神科等候的老人们都有一段艰难的确诊史。在跟医生交流时，他们首先谈到的并非情绪，而是身体。相对于年轻人，老年抑郁症患者表现出更明显的躯体症状，而在各个科室检查未果后，精神科成了他们求助的最后一站。

## 浑身不舒服，可能还是精神上的事

“嘴里的异物感好些年了，吃什么都没有味道。”年近70岁的韩女士在门诊声音不受控地微微发颤，目光呆呆地看向北京安定医院老年精神科主任医师潘伟刚。

她是在儿子的陪伴下到北京安定医院就诊的。他们曾辗转去过南方老家的县医院口腔科、省人民医院口腔科，针对口腔的种种治疗并未见效，异物感越来越重，直到完全影响了她的食欲，甚至让她丧失了完整的表达能力，说话时越来越颤，也就渐渐变得不爱说话。睡眠也变得越来越糟糕，每两个小时会醒一次，整夜的睡眠只有不到5个小时。直到北京大学口腔医院就诊时，医生说这并非口腔疾病，需要考虑精神对躯体的影响。

经过量表测评和医生诊断，韩女士被确诊为中度抑郁、中度焦虑伴有失眠。

68岁的李女士是在去年突然变得闷闷不乐的。2023年是她的

命中突生变故的一年，母亲因病离世后，丈夫也突发疾病去世了。在那之后，她开始感觉到浑身都不舒服，先是心慌，然后是胸闷，后来是胃不舒服。没做胃镜检查前，她觉得自己一定是患上了胃癌。没做心脏检查前，她笃定地告诉儿子：“我的心脏必须得要搭桥了。”

身体各处的检查持续了整整一年，均未见异常。李女士在北京安贞医院对心脏进行了详细地检查后，医生说：“心脏没什么问题，可能还是精神上的事儿。”

近日来，她觉得听力也变得越来越糟糕，睡觉也只能睡半宿，心慌了就什么也想不起来。困扰许久，她最终才决定来看老年精神科。

疾病态度量表显示为63分，提示重度焦虑、重度抑郁，存在躯体形式障碍可能。

“老年抑郁和一般的成人抑郁一样，表现为情绪不好。只是对老年人来说，因为对死亡的关注度非常高，躯体化的症状就更加明显。”潘伟刚告诉健康时报记者，有些老人觉得快要心梗了，检查后发现没有问题。有些老人觉得自己患上了胃癌，排查出来只是胃溃疡，并不会带来那么强烈的躯体痛苦。很多到老年精神科就诊的病人都在各个科室辗转已久，当排除了躯体疾病或当躯体症状难以通过临床表现解

释时，老年精神科成了他们的最后一根救命稻草。

## 变老、生病背后，容易隐藏焦虑抑郁情绪

67岁的赵先生是拖着行李箱来到诊室的。“吃药之后，我出现了非常严重的排尿困难，有时候要等好几分钟才能尿出来。”

在被确诊为抑郁、焦虑后，赵先生产生了新的恐惧：为什么吃一两片药没有效果？为什么吃药后感觉出现了一系列不良反应？如果不吃会怎样？

泌尿系统的逐项检查正常，服用的药物中也并不会造成尿等待的后果。这种躯体化的症状，正是过度焦虑带来的。

“但主动来看诊的老人寥寥无几。”在中国医师协会精神病学分会老年医学专委会副主任委员、中南大学湘雅二医院精神卫生研究所副所长向小军近30年的诊疗经验中，老年人及其家属对老年抑郁症的知晓度很低。

在向小军接诊的患者中，有的患者甚至在不同科室辗转数年后才来到精神科：“老年人本身就更容易有腰腿疼痛或合并慢病的情况，部分老年人对变老、生病是有担忧的。当出现躯体不适，他们就会担心自己是不是得了重病，觉得自己的病治不好了，这种焦虑抑郁情绪又会放大躯体症状，反复恶性循环。”

下转 16 版