

挣脱这种疼痛

易忽略病人的精神、心理状态，只关注躯体，做各种化验检查，而其中不免有几项轻度异常，这样很容易把诊断思路引向某种器质性疾病。

在诊断过程中，梁东风会让患者完成一个测量焦虑、抑郁状态的量表，以此判断患者的心理和精神健康状况。对于部分病人，他还会组织有心理科医生参加的多学科会诊，进一步对患者的心理和精神状态做详细的诊断。“通过量表很容易发现，纤维肌痛患者的焦虑、抑郁状态是非常明显的。”

事实上，明星 Lady Gaga 很早就公开自己是纤维肌痛患者，而且承认自己有严重的焦虑和抑郁，而这些精神症状与她的纤维肌痛也是有关联的。

《新民周刊》记者采访到的一位纤维肌痛患者的女儿，曾自学心理学，对母亲的心理问题看得比较清楚。“我妈妈焦虑倾向很明显。她什么事情都要担心，哪怕跟我们家没关系的人，只是她听说别人家有什么事，她就放在心里，一直想，想到夜里睡不着觉。”

梁东风医生在临床接触的众多纤维肌痛患者中，也发现了一些共同的特征。他发现，一些纤维肌痛患者，有的是先有抑郁状态，然后出现躯体疼痛；有的是先有躯体疼痛，长期患病后出现焦虑和抑郁。而这些精神上的困扰和躯体上的疼痛，又相互作用和影响，两者相互叠加一步步加重患者心身两方面的痛苦。

从医生们用药的经验上，也能从侧面佐证纤维肌痛是一种典型心身疾病这一特征。对纤维肌痛治疗有经验的医生发现，如果将控制精神症状的药物和控制神经痛的药物一起使用，往往会收到比较好的效果。

汪霞是今年春节前得到确诊的，被诊断为纤维肌痛后，她开始服用医生开的两种药。服药三天后，她就明确感到疼痛减轻，精神也好很多。“正好是春节，假期几天，我感觉特别高兴，很多年没有这么轻松了。”

梁东风医生说，除了药物，他还会建议患者多运动，最好参加达到出汗程度的运动，他认为，运动也是一种针对心身疾病非常有效的治疗方式。遗憾的是，国内现有的条件下，患者对于运动治疗还不太能够接受和遵从。“纤维肌痛患者一般都有疲乏、气短、气喘等症状，让他们运动的确需要他们克服很大的障碍。”

误诊、漏诊，九成病人未得到诊断

国内纤维肌痛患者被误诊的情况非常普遍。纤维肌痛症状容易与其他疾病混淆，同时纤维肌痛患者大多存在“共病”，也就是说一些疾病经常并发纤维肌痛。这些特点让纤维肌痛在临床上容易被误诊和漏诊。

“盲人摸象”式的诊断容易误诊漏诊纤维肌痛

