

F40 FOBICKÉ ÚZKOSTNÉ PORUCHY

Fobie je patickým strachem z objektu nebo konkrétních situací, kterých se běžně lidé nebojí.

K fobickým úzkostným poruchám patří:

- F 40.0 Agorafobie
- F 40.1 Sociální fobie
- F 40.2 Specifické fobie

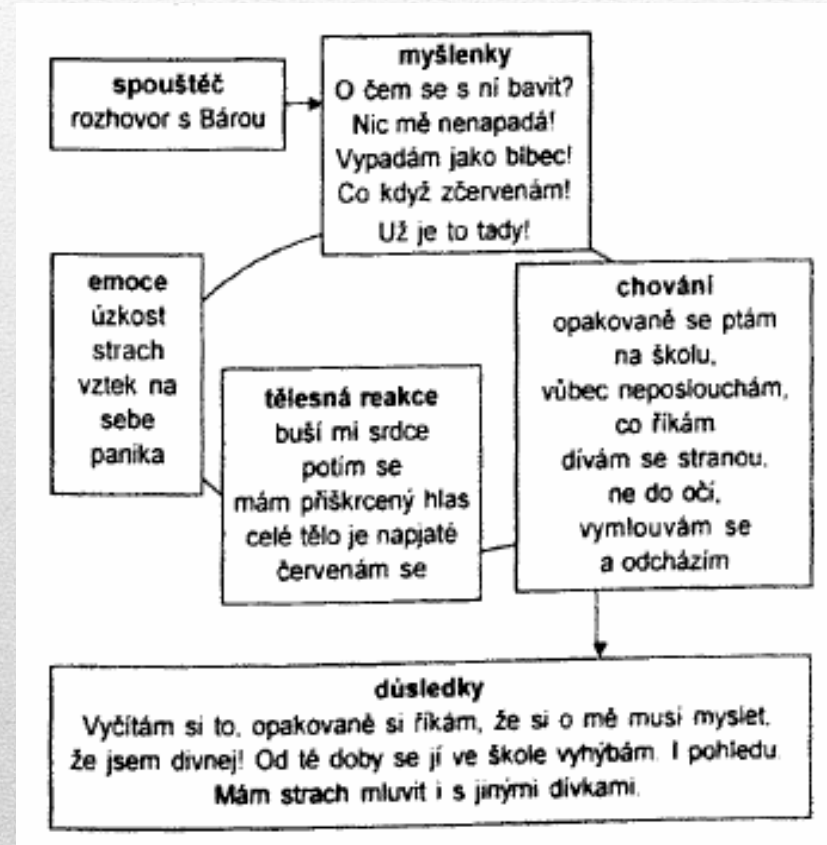


F40.1 SOCIÁLNÍ FOBIE

- Typickým projevem sociofobie je strach ze situací, kdy může být člověk pozorován, hodnocen a následně zosměšnět, ztrapněn, dehonestován.
 - Člověk se sociofobií se obává, že se nějakým způsobem v takovéto situaci ztrapní a druzí, kteří ho sledují ho budou podle toho hodnotit. Nejčastěji se obává toho, že bude muset například jíst před lidmi, vystoupit na schůzi, představovat se, hovořit s autoritou atd.
 - Jestliže se taková situace přiblíží jako reálná možnost, pak pocítuje intenzivní úzkost, červená se, potí se, pocítuje nevolnost, nucení na močení a třesou se mu ruce.
 - Anticipační úzkost ho pak vede k vyhýbání se sociálním situacím.
-

F40.1 SOCIÁLNÍ FOBIE

- Strach může mít velmi konkrétní podobu
- např. se člověk bojí, že se mu budou třást ruce, když bude pít kávu před kolegy v práci
- Bývá postiženo jak psychické, tak i tělesné sebepojetí
- Vyskytuje se stejně často u žen i u mužů
- Objevuje se nejčastěji v pozdním dětství, nebo časně adolescenci, kdy v kultuře stoupá nárok na sociální adaptaci



Etíopatogeneze

- Podobně jako u agorafobie se předpokládá dysfunkce neurotransmiterových systému a jistá genetická zranitelnost
 - Podle teorie učení je sociofobie považována za strach naučen podmíněním, modelováním nebo i vlivem informací z okolí.
 - Strach se obvykle nevyvine z jedné traumatické události, spíše je výsledkem opakovaných zkušeností
 - Navíc lze předpokládat negativní vliv některých výchovných manipulativních vlivů ze strany rodičů, zejména kolem třetího roku existence člověka, kdy se rozvíjí stud jako cenná lidská emoce a současně se završuje první úsek cesty k vlastní identitě (autonomie versus stud).
-

Terapie

- Psychoterapie:
zpracovat příčinu a pak KBT

(edukace, kognitivní rekonstrukce,

nácvik sociálních dovedností

a završuje se expozicí)
- Farmakoterapie:
krátkodobě anxiolytika,

ale z dlouhodobého hlediska bývají

vhodnější RIMA, IMAO, SSRI

Box 15.4

Příklady cvičných expozic

- ✓ Zeptat se, kolik je hodin.
- ✓ Informovat se na cestu.
- ✓ Usmát se na někoho v dopravním prostředku.
- ✓ Telefonovat cvičným telefonem.
- ✓ Telefonovat na informace, úřady, neznámým lidem (s nabídkou interview).
- ✓ Rozdávat letáky.
- ✓ Interview na ulici.
- ✓ Oslovit neznámého v autobuse.
- ✓ Sníst párek v rohlíku před lidmi.
- ✓ Sníst párek na tácku před lidmi.
- ✓ Přinést kávu s podšálkem položenou na tácku.
- ✓ Najíst se v restauraci s jedním známým člověkem.
- ✓ Najíst se v restauraci před více lidmi.
- ✓ Přednést připravenou přednášku před pacienty.

Diferenciální diagnostika

- Plachost – V případě sociofobie je úzkost vázána na určité situace, kdežto v případě povahového rysu se jedná o permanentní projevy člověka.
 - Vyhýbavá porucha osobnosti – za podobnými projevy chování a prožívání, jaké jsou u sociofobie, je u vyhýbavé poruchy osobnosti strach z odmítnutí. Úzkost zde není tak výrazná.
 - Častá je komorbidita sociofobie s jiným typem úzkostní poruchy nebo depresí
-

DOPORUČENÁ LITERATURA

- Vašina, L. (2011). *Vademecum psychologie clinicae*. (256 s.) Brno: Institut mezioborových studií.
- elf2

DALŠÍ ZDROJE:

- Höschl, C., Libiger, J., & Švestka, J. (2002). *Psychiatrie*. (1. vyd., 895 s.) Praha: Tigris.
 - Dušek, K., & Večeřová-Procházková, A. (2010). *Diagnostika a terapie duševních poruch*. (Vyd. 1., 632 s.) Praha: Grada.
 - Přehledové články na psychiatriepropraxi.cz
-