

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



F40.2 SPECIFICKÉ FOBIE

- Jedná se o přehnaný, patický strach ze specifických objektů nebo situací, kterých se běžně lidi nebojí.
 - Pouhé pomyšlení na setkání se s objektem strachu vyvolá anticipační úzkost, proto se jim člověk vyhýbá, což mu může někdy komplikovat i plnění běžných povinností a fungování v mezilidských vztazích.
 - Platí totéž, co u jiných fobických poruch, že si je zpravidla člověk vědom nesmyslnosti takového strachu, ale nemůže si pomoci.
 - Jestliže vyhýbavé jednání nevede k dostatečnému odstupu od fobického objektu nebo situace je také doprovázený intenzivní úzkostnou reakcí (až panikou) a širokým spektrem vegetativních příznaků.
-

F40.2 SPECIFICKÉ FOBIE

Existuje několik set fobií, které se rozlišují dle předmětu strachu:

- strach z pavouků - arachnofobie
- strach z uzavřených prostor - klaustrofobie
- strach ze tmy - nyktofobie
- strach z ostrých předmětů - aichmofobie
- strach z červenání se - ereutofobie

atd.

V současné klasifikaci už není tak důležité čeho se fobie týká.



Etíopatogeneze

- Většina specifických fobií je naučena imitací vzorů nebo nepříjemným zážitkem v dětství a udržuje se pomocí vyhýbavého chování.
 - Většina se jich vytvoří v dětství a v dospělosti se oslabí, nebo zůstávají beze změny. Jen malá část progreduje.
 - Méně často vznikají v dospělosti po traumatickém zážitku.
-

Terapie

- **Odstupňovaná expozice**
 - **Zaplavení** – pacient je konfrontován rovnou s nejobávanější situací, ve které zůstává tak dlouho, dokud strach nepoleví. Tato metoda je velmi účinná, nicméně jen málo pacientů se k ní odhodlá.
 - **Systematické desenzibilizace** – mírnější forma odstupňované expozice, je užívána zejména v terapii dětí. Konfrontace se strachovým objektem přichází v době, kdy je dítě relaxované, a to buď v imaginaci nebo reálně.
 - **Hypnóza**
-

Diferenciální diagnostika

- Agorafobie a sociální fobie – strach u specifických fobií je vázan na strachový objekt a v jiných situacích se nevyskytuje. U agorafobie a sociofobie se vyskytuje v širším spektru situací
 - Poruchy příjmu potravy – za strachem z jídla je touha ostat štíhlou
 - Schizofrenie a psychotické poruchy – strach ze specifických objektů má bludný charakter
-

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
-