



躯体变形障碍的症状可以包括强迫审视在镜子中的自己、抑或完全不敢照镜子。

## 关于躯体变形障碍的回顾

### 您知道吗？

研究显示，大约每 50 人当中就会有 1 人受躯体变形障碍的困扰，然而实际的患病率可能更高。

躯体变形障碍 (Body Dysmorphic Disorder, BDD) 最早于 1891 年被意大利精神科医生恩里科·莫塞利 (Enrico Morselli) 描述为“畸形恐惧症”<sup>1</sup>。它表现为对自认为的外表缺陷的过分纠结，然而这些缺陷在他人看来可能无关紧要、或根本觉察不到。本文将较为细致地探讨 BDD，并涵盖对投保环节的潜在影响。

### 什么是躯体变形障碍的病因，哪些人是患者？

研究数据显示，大约每 50 人当中就会有 1 人受躯体变形障碍的困扰<sup>2</sup>。然而，由于人们不愿意透露自己的症状，BDD 可能被严重低估，实际的患病率可能更高。受 BDD 影响最大的

群体是青年和青少年。多个国家级的流行病学研究均显示，女性的患病率会略高<sup>3</sup>。BDD 在临床上很常见，特别是在皮肤科、美容外科和精神卫生方面<sup>4</sup>。

BDD 有许多症状，患者可能会过度担忧自身的某个部位，尤其是面部。他们会花非常多的时间把自己的外表与他人对比，强迫审视在镜子中的自己、抑或完全不敢照镜子。在很多情况下，大量的时间被花费在遮盖自己认为的瑕疵上，并且会对皮肤进行反复地修饰。许多 BDD 患者每天长时间沉迷于此，从而影响日常生活。

与其他的精神卫生疾病一样，生物心理社会因素被认为在 BDD 的病程进展中也起了一定作用。一项研究显示，当有一位家庭成员患有 BDD 时，其他成员患上这种疾病的可能性比普通人大 4 到 8 倍<sup>5</sup>。脑血清素水平下降所造成的化学失衡可能加重了 BDD<sup>6</sup>。引发症状的诱因有时可以追溯到重大的生活事件。

<sup>1</sup> See Body Dysmorphic Disorder Foundation; History of Body Dysmorphic Disorder  
<sup>2</sup> See Katharine Phillips; International OCD Foundation; Prevalence of BDD  
<sup>3</sup> See Katharine Phillips; Body Dysmorphic Disorder: Advances in Research and Clinical Practice; ©2017 by Oxford University Press

<sup>4</sup> See Bjornsson AS, et al. (2010 June); Body Dysmorphic Disorder; Dialogues Clin Neurosci

<sup>5</sup> See Feusner, JD, et al. (2008 March); The Pathophysiology of Body Dysmorphic Disorder; Body Image

<sup>6</sup> See OCD Ireland; The Facts About BDD

随着社交媒体的兴起，人们对外表的着迷愈演愈烈，“自拍”和可以淡化或遮盖所谓个人身体缺憾的各种照片滤镜也越来越流行<sup>7</sup>。



社交媒体会对弱势群体产生重大的影响，尤其是更缺乏安全感和更易受到抑郁症影响的年轻人。

使用社交媒体会加剧 BDD 患者的强迫行为。他们常常需要通过浏览、评论或“点赞”来寻求认同。一些社交媒体平台已经开始进行积极引导，例如，图片社交媒体 Instagram 最近禁止用户使用带有“虚拟”整容效果的增强现实滤镜<sup>8</sup>，从 2019 年 11 月起还隐藏了“获赞”计数，以改善用户的情感与心理健康状况<sup>9</sup>。

BDD 患者可以合并有诸如强迫症 (OCD)、重度抑郁症、焦虑症以及进食障碍等疾病，或者被误诊为患有这些疾病<sup>10</sup>。BDD 患者自杀的风险会增加，特别是那些出现严重症状、合并重度抑郁症、创伤后应激障碍或药物滥用的患者。有近 80% 的这类患者产生过自杀念头，25% 经历过自杀未遂<sup>11</sup>。BDD 患者通常更愿意向医生透露自杀念头，却对根本上的 BDD 症状只字不提。

## 躯体变形障碍的亚型

BDD 有两个令人关注的亚型：肌肉上瘾症和代理人型躯体变形障碍。

**肌肉上瘾症**是 BDD 的一个亚型，几乎只发生在男性中<sup>12</sup>。肌肉上瘾症的患者往往有着发达的肌肉和健美的身材，但他们却误认为自己块头小、身材走样。随之而来的，是对运动过度的沉迷，特别是对负重器械运动。使用合成代谢类固醇和其他功能增强药物的情况也很常见<sup>13</sup>。通常他们有严格的饮食计划，密切监控卡路里摄入。他们会经常性地照镜子，抑或彻底回避。他们还会多穿几层衣服，使身材显得更魁梧。自尊心通常建立在体型上，许多这一亚型的患者并不认为他们有什么问题。他们往往都有减肥（减脂）和增重（增肌）的计划，并且使用合成代谢类固醇、利尿剂和甲状腺素等多种不同的药物。这些药物的使用介绍在网上随处可见，并且变得纷繁复杂。为了抵消类固醇的副作用需要同时服用其他药物，例如阿那曲唑和三苯氧胺这类治疗乳腺癌的药物可以减少雌激素的产生，防止男性乳房发育<sup>14</sup>。

在另一种更为罕见的亚型（**代理人型躯体变形障碍**）中，患者会纠结于他/她所觉察到的另一个人外表上的缺陷<sup>15</sup>。这类患者通常有 BDD 或强迫症病史。这种纠结常常是针对其身边重要的亲人，比如配偶、父母、孩子或兄弟姐妹。然而，这种纠结也可以发生在一个完全陌生的人身上。患者试图检查、改善或掩盖他人的缺陷。这些纠结每天都会持续数小时。与之相关的巨大压力、内疚和羞耻感会影响日常工作。

<sup>7</sup> See Khanna A, Sharma MK (2017 January-June); Selfie use: The implications for psychopathology expression of body dysmorphic disorder

<sup>8</sup> See BBC News; Instagram bans 'cosmetic surgery' filters

<sup>9</sup> See MacPaw; Instagram removing likes: Why, when, and what it will look like

<sup>10</sup> See Katharine Phillips; International OCD Foundation; Diagnosing BDD

<sup>11</sup> See International OCD Foundation; Suicidality in BDD

<sup>12</sup> See Olivardia R, Blashill A, Hoffman J; International OCD Foundation; Muscle Dysmorphia

<sup>13</sup> See Pope CG, et al. (2005 December); Clinical features of muscle dysmorphia among males with body dysmorphic disorder; Body Image

<sup>14</sup> See Camil-Eugen V, et al. (2016 November); Aromatase inhibitors in men – off-label use, misuse, abuse and doping; Farmacia

<sup>15</sup> See Body Dysmorphic Disorder Foundation; About BDD

## 如何诊断躯体变形障碍？可供选择的治疗方法有哪些？

医生将完整记录病史并安排体检。如果怀疑患的是 BDD 或其他严重的精神疾病，将转诊给精神科医生或心理医生。

目前，BDD 在《精神疾病诊断与统计手册》第五版（DSM-5）中被归入“强迫症及相关疾病”<sup>16</sup>。基于 DSM-5 诊断标准，确诊 BDD 需要符合：

1. 对至少一种外观缺陷的过分关注，导致临床上显著的危象或功能受损。
2. 既往曾出现过极端和重复行为。
3. 症状不符合进食障碍的诊断标准。

BDD 有几种治疗方法可供选择。选择性 5-羟色胺再摄取抑制剂（SSRIs）是一种抗抑郁药，可以提高大脑中 5-羟色胺的水平，并已被证实对 BDD 患者有效<sup>17</sup>。在一项 SSRI 治疗与安慰剂对比的研究中，患者服用 SSRI 后症状的严重程度下降，复发率几乎是仅服用安慰剂患者的一半<sup>18</sup>。非药物治疗包括认知行为疗法（CBT）、网络或社区互助团体。鼓励进行社交互动，以避免因独处衍生出的问题。认知行为疗法和抗抑郁药的联合用于治疗更严重、或是顽固性症状的患者。康复的过程可能会很漫长，并且许多患者会多次复发。无论如何，治疗终会显著地改善症状。

一些 BDD 患者求助于皮肤科医生或整容外科医生，而非心理医生或精神科医生。2017 年有一项针对近 600 名接受过整形手术人群进行的研究，该研究通过使用有效的《躯体变形障碍问卷（BDDQ）》进行筛查，发现大约十分之一的受访者呈 BDD 阳性<sup>19</sup>。

同一研究还显示，外科医生仅能准确识别出 5% 的 BDD 阳性受访者。目前，外科医生会更多地应用 BDD 问卷来判断患者是否存在典型的 BDD 症状，并可以从中获得帮助以决定是进行整形手术、还是考虑更换其他的治疗方案。而在已接受整形手术的人群中，对手术效果感到满意的还不足 10%<sup>20</sup>。他们的焦虑很可能会转移到其他的外观问题上，有时还会进行多次的整形手术。

## 对保险的意义

BDD 症状的类型和严重程度千差万别，核保决定可能是标准费率、加费、责任除外事项，甚至是拒保。评估投保申请时要考虑的因素包括症状的自我认知程度、发作频率和次数，治疗类型、是否有住院史或精神病史，是否工作缺勤，是否有自杀念头和任何的合并症。

核保师应当对于被保险人存在的社交焦虑史、多次整形手术史、使用合成代谢类固醇或其他药物使用、以及合并的精神卫生疾病保持警惕。医学检查或报告可以体现是否存在肌肉过度、严重的痤疮或痤疮遗留的疤痕、男性乳房发育、女性面部毛发生长或肩部的拉伸皮纹。

## 结论

在本文中，我们讨论了躯体变形障碍，该病在一个多世纪前首次被提出，但仍然未得到充分的诊断。由于人们往往不愿意坦承自己存在这一类症状，因此要甄别出 BDD 患者非常困难。患者往往寻求美容整形而不是心理和精神医学的建议。但实际上，药物治疗可以显著改善 BDD 的症状、减少复发。社交媒体的出现及其指数级的增长为 BDD 提供了温床，这在 20 年前无法想象。保险公司能否提供人寿保险和生存保障，需要取决于许多因素，包括 BDD 症状的类型和严重程度。

<sup>16</sup> See American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th Edition)

<sup>17</sup> See Body Dysmorphic Disorder Foundation; Getting help

<sup>18</sup> See Phillips KA, et al. (2016 September); Pharmacotherapy Relapse Prevention in Body Dysmorphic Disorder: A Double-Blind Placebo-Controlled Trial

<sup>19</sup> See Joseph AW et al (2017 July); Prevalence of Body Dysmorphic Disorder and Surgeon Diagnostic Accuracy in Facial Plastic and Oculoplastic Surgery Clinics; JAMA Facial Plastic Surgery

<sup>20</sup> See BBC News; The 'ugly truth' about Body Dysmorphic Disorder

## 联系人



**Stuart Crichton**

资深核保师

电话: +353 87 904 0361

stuart.crichton@hannover-re.com

## 参考文献

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th Edition); 300.7 (F45.22); © American Psychiatric Association

BBC News; Instagram bans 'cosmetic surgery' filters; Retrieved on 27 November 2019 from <https://www.bbc.com/news/business-50152053>

BBC News; The 'ugly truth' about Body Dysmorphic Disorder; Retrieved on 27 January 2020 from <https://www.bbc.com/news/health-33190297>

Bjornsson, AS, Didie, ER, Phillips, KA (2010 June); Body Dysmorphic Disorder; Dialogues Clin Neurosci. 12(2): 221–232

Body Dysmorphic Disorder Foundation; About BDD; Retrieved on 23 October 2019 from <https://bddfoundation.org/helping-you/about-bdd/#bdd-by-proxy>

Body Dysmorphic Disorder Foundation; Getting help; Retrieved on 22 February 2020 from: <https://bddfoundation.org/helping-you/getting-help-in-the-uk/>

Body Dysmorphic Disorder Foundation; History of Body Dysmorphic Disorder; Retrieved on 22 February 2020 from: <https://bddfoundation.org/resources/history-of-bdd/>

Camil-Eugen, V, Osz, B, Amalia, M, Berbecaru-lovan, A (2016 November); Aromatase inhibitors in men – off-label use, misuse, abuse and doping; Farmacia 64(6):813-818

Feusner, JD, Yaryura-Tobias, J, Saxena, S (2008 March); The Pathophysiology of Body Dysmorphic Disorder; Body Image. 5(1): 10.1016/j.bodyim.2007.11.002

International OCD Foundation; Suicidality in BDD; Retrieved on 22 July 2020 from <https://bdd.iocdf.org/professionals/suicidality-in-bdd/>

Joseph, AW et al (2017 July); Prevalence of Body Dysmorphic Disorder and Surgeon Diagnostic Accuracy in Facial Plastic and Oculoplastic Surgery Clinics; JAMA Facial Plastic Surgery.269-274

Khanna, A, Sharma, MK (2017 January-June); Selfie use: The implications for psychopathology expression of body dysmorphic disorder; Ind Psychiatry J. 26(1): 106–109

MacPaw; Instagram removing likes: Why, when, and what it will look like; Retrieved on 22 July 2020 from <https://macpaw.com/how-to/instagram-removing-likes>

OCD Ireland; The Facts About BDD; Retrieved on 27 February 2020 from: <https://www.ocdireland.org/the-three-disorders/body-dysmorphic-disorder/>

Olivardia, R, Blashill, A, Hoffman, J; International OCD Foundation; Muscle Dysmorphia; Retrieved on 30 November 2019 from <https://bdd.iocdf.org/expert-opinions/muscle-dysmorphia/>

Phillips, Katharine; Body Dysmorphic Disorder: Advances in Research and Clinical Practice; ©2017 by Oxford University Press, 198 Madison Avenue, New York, NY 10016, USA

Phillips, Katharine; International OCD Foundation; Diagnosing BDD; Retrieved on 18 April 2020 from <https://bdd.iocdf.org/professionals/diagnosis/>

Phillips, Katharine; International OCD Foundation; Prevalence of BDD; Retrieved on 15 March 2020 from: <https://bdd.iocdf.org/professionals/prevalence/>

Phillips, KA, Keshaviah, A, Dougherty, D, Stout, RL, Menard, W, Wilhelm, S (2016 September); Pharmacotherapy Relapse Prevention in Body Dysmorphic Disorder: A Double-Blind Placebo-Controlled Trial; Am J Psychiatry. 173(9): 887–895.

Pope, CG, Pope, HG, Menard, W, Fay, C, Olivardia, R, Phillips, KA (2005 December); Clinical features of muscle dysmorphia among males with body dysmorphic disorder; Body Image. 2(4): 395–400

---

在 LinkedIn 上关注我们，了解最新的寿险与健康险资讯。



---

The information provided in this document does in no way whatsoever constitute legal, accounting, tax or other professional advice. While Hannover Rück SE has endeavoured to include in this document information it believes to be reliable, complete and up-to-date, the company does not make any representation or warranty, express or implied, as to the accuracy, completeness or updated status of such information. Therefore, in no case whatsoever will Hannover Rück SE and its affiliated companies or directors, officers or employees be liable to anyone for any decision made or action taken in conjunction with the information in this document or for any related damages.

© Hannover Rück SE. All rights reserved. Hannover Re is the registered service mark of Hannover Rück SE