

## Agorafóbia

Az agorafóbia, a bezártságtól való félelem olyan helyeken és helyzetekben jelenik meg, ahonnan nehéz vagy kellemetlen kijönni, elmenekülni, vagy ahol nehéz segítséget kapni. A jellegzetes helyek közé tartoznak a zárt helyek, mint színház, mozi, lift, közlekedési eszközök, éttermek, valamint hidak, alagutak, pincék. Jellegzetes helyzetek az elindulás otthonról, különösen egyedül, a sorban állás, tömegben, forgalmas helyen tartózkodás. A közlekedési fóbia jellegzetesen kiterjed vonatra, buszra, villamosra, repülőgépre, de különösen a metróra. Minél zsúfoltabb a jármű, annál inkább félelmetesnek tűnik az agorafóbiás személy számára. Gyakran előfordul, hogy amikor már semmilyen járművön nem mer közlekedni, illetve csak kíséreléssel tud, még mindig mer személygépkocsival, de igen súlyos agorafóbiás beteg már csak úgy tud közlekedni, ha saját maga vezeti az autót, utasként rosszul lesz.

Amennyiben az agorafóbiás beteg belekényszerül a számára félelmetes helyzetbe, akkor súlyos szorongást él át, pl. heves szívverést, remegést, izzadást stb. A beteg gyakran fél attól, hogy elveszti az emlékezőképességét vagy "megőrül". Van aki attól fél, hogy nem tudja a vizeletét vagy székletét visszatartani, ha rosszul lesz. Igen gyakori, hogy kíséretet szervez magának a beteg, hogy közlekedni tudjon.

Az agorafóbia leggyakrabban a fiatal felnőttkorban, 18-35 éves kor között kezdődik, nők körében 2-3-szor gyakoribb. Az agorafóbia súlyosságától függően különböző mértékben akadályozza meg a mindennapi életvitelt. Az agorafóbia kezelésében a pszichoterápiás és a gyógyszeres beavatkozások hoznak eredményes változást, a diagnosztizálást és a kezelés megválasztását azonban minden esetben bízunk szakemberre.