

# Hội chứng Ophidiophobia: vì sao nhiều người có cảm giác hoang mang khi trông thấy rắn?

Chứng bệnh Ophidiophobia là dạng quen thuộc nhất trong nhiều loài động vật bò sát nhưng trong trường hợp người mắc chứng bệnh sợ rắn ngay cả khi xem qua màn ảnh hoặc sợ rắn nhưng lại ít sợ một số loài bò sát khác thì đây lại là vấn đề tuyệt đối khác.

Cảm thấy sợ rắn là một dạng cảm xúc bình thường khi xuất hiện những loài động vật hoang dã, các loài động vật bò sát như chứng bệnh sợ thạch sùng, hội chứng sợ rắn thì không đơn thuần chỉ là sợ mà nó còn gây ra lo ngại & tác động cuộc sống người đó theo một hướng tiêu cực, quan sát qua bài viết phần tiếp theo để có ánh mắt rõ hơn về chứng bệnh này.



## Biểu hiện thường gặp của người mắc hội chứng Ophidiophobia

Hội chứng Ophidiophobia khó để phỏng đoán chính xác trong thời gian đầu bởi những triệu chứng khá đại trà, trong trường hợp ở cấp độ nhẹ bạn chỉ cảm giác hoảng hốt khi thấy những loài rắn khổng lồ hoặc rắn có độc, nhưng đến khi đạt mức độ nặng, có thể bạn sẽ sợ cả những chú rắn vô hại qua màn hình tivi & cảm thấy khó thở, tim đập nhanh.

Vậy nhưng sẽ có sự khác nhau giữa chứng bệnh Ophidiophobia và hội chứng sợ những loài động vật bò sát, bạn sợ rắn không có nghĩa bạn sẽ sợ nhiều loài như thạch sùng, cá sấu,... & trái lại.

<https://trungtamtinhoc.thanhdong.edu.vn/Images/files/ttth/dauhieusapcokinh-p38432917.pdf>

<https://phong-kham-thanh-duc5.webflow.io/blog/kham-phu-khoa-o-dau-tot-nhat-tai-ha-noi>

<https://suckhoedoisong.bcz.com/2025/07/08/phong-kham-san-phu-khoa-ha-noi-thai-ha/>

<https://suckhoedoisong.bcz.com/2025/07/08/phong-kham-san-phu-khoa-ha-noi-thai-ha/>

<https://khamphukhoathaiha.com/hut-thai-co-nguy-hiem-khong-102303.html>

<https://phong-kham-thanh-duc5.webflow.io>

<http://suckhoe365.vnn.mn/phong-kham-pha-thai-o-dau-an-toan-bid1.html>

<http://phongkhamthaiha.lovestoblog.com/2023/07/17/gioi-thieu-phong-kham-phu-khoa-11-thai-ha-uy-tin-so-1-ha-noi/>

<http://phongkhamdakhoa11.atSPACE.cc/2022/05/25/dia-chi-pha-thai-an-toan-o-ha-noi/>

<https://khamphukhoathaiha.com/phuong-phap-pha-thai-hut-chan-khong-102318.html>

<https://khamnamkhoathaiha.page.tl/Cach-pha-thai-bang-du-du-xanh-tai-nha.htm>

<https://khamphukhoathaiha.com/kham-phu-khoa-o-dau-tot-102179.html>

<https://velog.io/@suckhoe24gio/chi-phi-pha-thai-an-toan>

<https://khamnamkhoathaiha.mystrikingly.com>

<https://suckhoe24gio.gitbook.io/suckhoe24gio/thuoc-pha-thai-an-toan-va-cach-dung>

## **Tại vì sao nhiều người lại bất an tuyệt đỉnh khi nhìn thấy rắn?**

Dựa theo nhiều nghiên cứu được thực hiện về chứng bệnh sợ rắn, những nhà khoa học đã đưa ra nhiều kết luận khác nhau về cội nguồn của sự hoang mang này.

Rắn là một loài vật không chân, việc đó cũng là một thực tiễn khiến mọi người có cảm giác bất an, sự ám ảnh càng gia tăng gấp bội khi sở hữu nhiều loài rắn có nọc độc cực mạnh & kích cỡ cực kỳ to lớn, nhưng trong trường hợp chúng là loài rắn nhân hậu không nọc độc mà dạng hình cũng nhỏ bé thì tại sao các bạn lại cảm thấy sợ? một số lí do phổ biến sau đây sẽ giải thích khi mắc chứng bệnh sợ rắn, chi tiết:

### **Hội chứng sợ rắn do di truyền**

Trong trường hợp trong gia đình đã từng có người thân mắc chứng bệnh này thì chức năng cao một số thế hệ đời sau cũng đều gặp phải.

### **Thương tổn tâm lý**

Có thể trong kí vãng họ đã từng có kí ức không mấy yêu đời với loài bò sát này, ví dụ như đã từng bị hù, bị rắn cắn hoặc xem một bộ phim đáng sợ có mối liên quan đến rắn,... nguy hại để lại nhiều biến chứng tâm tính dẫn đến chứng bệnh Ophidiophobia.

### **Chứng bệnh Ophidiophobia do bị ảnh hưởng bởi môi trường**

Có thể bẩm sinh, người đó không có nỗi lo lắng này nhưng sau vài lần được nghe khá nhiều nói về từ người mắc chứng bệnh Ophidiophobia nếu để lâu cũng đều bị nhiễm theo & lo sợ càng tăng.

### **Ảnh hưởng từ mê tín dị đoan**

Loài Rắn thường gắn liền với quan niệm xấu tại nhiều nền văn hóa trên toàn cầu, dù chỉ là số ít

nhưng nó vẫn có sự ảnh hưởng đến tâm trạng & gây ra chứng bệnh sợ rắn.

## **Giải pháp chữa tốt hơn hết cho người mắc chứng bệnh Ophidiophobia**

Sở hữu nhiều phương pháp để điều trị chứng bệnh Ophidiophobia, nhưng thường gặp nhất vẫn là các biện pháp sau đây đã & đang được nhiều người lựa chọn:

### **Bạn nên tự tìm hiểu về loài rắn**

Nghe qua có khả năng vô lý nhưng đây xem như là tâm trạng ngược giúp bệnh con người bỏ hữu hiệu nỗi sợ của bản thân, qua đây sẽ nắm được vì sao bản thân lại sợ rắn, loài rắn nào vô hại, loài rắn nào có độc cần giảm thiểu xa,...

### **Phương pháp trị liệu tinh thần**

Đối với phương pháp này, các chuyên gia sẽ lý giải về nỗi sợ rắn của họ xuất phát từ đâu, chỉ dẫn người đó giải pháp an ủi nỗi lo lắng.

### **Sử dụng thuốc điều trị chứng bệnh sợ rắn**

Sử dụng thuốc là biện pháp kiểm chế tốt sự hoang mang, hành động nhưng chỉ có giá trị trong một thời gian ngắn, sau khi hết lợi ích người có bệnh vẫn trở lại cảm giác lo lắng, căng thẳng, stress. Có khả năng dùng với một số trường hợp nguy cấp, nếu như muốn hữu hiệu cao hơn phải sử dụng lâu dài.

### **Phương pháp thôi miên**

Trên thực tế chưa nhiều bác sĩ chuyên khoa tâm lý điều trị bằng phương pháp cho người nhiễm bệnh tự dưng chạm dần với loài rắn trong môi trường tự nhiên mà không có hại cho bệnh nhân, đồng thời còn có liệu pháp thôi miên giúp người có bệnh có được duy trì cảm xúc thư giãn nhất khi tiếp xúc với rắn.

Tuy đây là giải pháp không nên khuyến khích sử dụng nhưng vẫn sở hữu nhiều người đã ứng dụng & thành công.

### **Kỹ thuật nhận thức hành vi**

Liệu pháp nhận thức hành vi ảnh hưởng trực tiếp tục một số tư duy tiêu cực về nỗi sợ rắn, khi ứng dụng giải pháp này, người bị bệnh có thể nhẹ nhàng giảm thiểu những nỗi sợ vô lý của chính mình.

Tin tức trong bài viết hi vọng sẽ giúp mọi người nắm được nhiều hơn về chứng bệnh sợ rắn cùng với lý giải vì sao nhiều người lại thấy hoảng loạn, ám ảnh khi nhìn thấy rắn dù cho trực tiếp hay gián tiếp, qua đây kết luận hội chứng sợ rắn không gây ra nguy hại cho tính mạng nhân loại nhưng vẫn nên có sự can thiệp chữa trị tinh thần từ một số thầy thuốc để chất lượng cuộc sống được nâng cao nhiều hơn.