

Supplementary material 1. 공황장애의 진단 기준(The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, fifth edition [DSM-5])

- A. 예기치 않은 공황발작이 반복된다. 극심한 공포와 고통이 갑작스럽게 발생하며, 수 분 이내 최고조에 이르고, 다음 중 4가지 이상의 증상을 동반한다.
1. 심계항진, 가슴 두근거림 또는 심장 박동 수의 증가
 2. 발한
 3. 몸이 떨리거나 후들거림
 4. 숨이 가쁘거나 답답한 느낌
 5. 질식할 것 같은 느낌
 6. 흉통 또는 가슴의 불편감
 7. 메스꺼움 또는 복부 불편감
 8. 어지럽거나 불안정하거나 멍한 느낌이 들거나 쓰러질 것 같음
 9. 춥거나 화끈거리는 느낌
 10. 감각 이상(감각이 둔해지거나 따끔거리는 느낌)
 11. 비현실감(현실이 아닌 것 같은 느낌) 혹은 이인증(나에게서 분리된 느낌)
 12. 스스로 통제할 수 없거나 미칠 것 같은 두려움
 13. 죽을 것 같은 공포
- B. 최소한 한 번 이상의 공황발작 후 한 달 이상 다음 두 가지 중 한 가지 또는 둘 다 발생한다.
1. 공황발작과 결과(예: 통제력 상실, 심장마비, 정신이상)에 대해 지속적으로 걱정하고 염려한다
 2. 공황발작과 관련하여 심각한 부적응적인 행동변화가 있다(예: 공황발작을 피하기 위하여 운동이나 친숙하지 않은 상황을 회피하는 행동)
 3. 이 증상들은 약물이나 다른 의학적 상태의 생리적 효과에 기인한 것이 아니다
 4. 이 증상들은 사회적 불안장애처럼 두려운 사회적 상황, 특정 공포증처럼 공포를 유발하는 물건이나 상황, 강박-충동장애의 강박, 분리불안장애의 애착 대상으로부터의 분리, 외상후 스트레스 장애의 외상성 사건의 회상 등의 다른 정신장애에 의해 더 잘 설명되지 않는다