

→ 中国心理卫生协会临床心理卫生手册

内科分册

主 编 沈雁英 副主编 顾秀玲 周亦伦

 人民卫生出版社

内科分册

中国中西医结合临床指南

中国心理卫生协会临床心理卫生手册

内科分册

主 编 沈雁英

副主编 顾秀玲 周亦伦

编 者 (以姓氏笔画为序)

于丽平 王 云 王 臻

李 文 陈宇丹 沈雁英

范 慧 周亦伦 贾 凯

顾秀玲

(编者单位 首都医科大学附属北京朝阳医院)

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国心理卫生协会临床心理卫生手册. 内科分册/
沈雁英主编. —北京: 人民卫生出版社, 2010. 7

ISBN 978-7-117-13017-2

I. ①中… II. ①沈… III. ①内科学: 医学心理学-
手册 IV. ①R395.1-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 096899 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医学 师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

内 科 分 册

主 编: 沈雁英

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 尚艺印装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 7.5

字 数: 143 千字

版 次: 2010 年 7 月第 1 版 2010 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-13017-2/R · 13018

定 价: 17.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

序 言

生物-心理-社会因素与疾病的发生、发展密切相关的理念近年来已广为宣传,但实际上,在广大临床医务工作者中远未形成共识,得不到应有的重视,更未在临床实践中得以认真有效的贯彻。

迄今,不少医务工作者仍习惯于以单纯的生物学理论为导向开展临床工作,忽视心理社会因素对疾病的发生、发展、治疗与预后的重要影响,甚至错误地认为心理障碍只是精神科的事。殊不知,几乎所有临床学科,包括归属于内、外、妇、儿、内分泌、皮肤、神经、精神等学科的疾病均可在疾病的发生、发展过程中伴发心理问题、心理障碍和心理疾病。这些问题如得不到及时、准确和有效的处理,势必严重影响疾病的预后,甚至造成不可挽回的严重后果。为此,当务之急,尤其是在综合医院临床各科,广泛开展和普及医学心理学、临床心理学的工作,使临床医务人员尽快具备运用心理学的基本知识、基本原理和基本方法及时正确处理各类躯体疾病所伴发的心理问题、心理障碍和心理疾病的能力,全面提高临床医学的整体水平,以造福于广大患者。

为适应临床医学发展的需求,中国心理卫生协会组织精神病学家、心理学家和临床医学各科的多位资深专家撰写了《临床心理卫生手册》系列丛书,通过介绍医学心理学和临床心理学的基本理论、基本知识和基本方法以及当前国内外相关方面的最新理论和研究成果,旨在使广大临床医学工作者及时了解和掌握当前世界范围内医学模式从单纯生物学模式向生物-心理-社会医学模式转变的强大潮流;强化心身兼备的整体医学观念;以及掌握有效治疗和预防各类躯体疾病伴发的相关心理问题、心理障碍和心理疾病的方法。因此,本系列丛书可能有助于广大临床工作者、医学生和从事预防与康复工作的医务人员更好地开展临床工作。

本系列丛书的编写与出版是基于上述宗旨的一种新的尝试,由于知识、经验和能力所限,谬误之处在所难免,恳请同道不吝赐教,诚挚叩首,感激之至!

中国心理卫生协会理事长 **蔡焯基**
2009年10月

目 录

第一章 概述..... 1

第一节 临床心理学的定义..... 1

第二节 内科心身疾病的范畴..... 2

第三节 研究内科心身疾病的意义..... 3

第二章 心身疾病..... 4

第一节 心身疾病的概念..... 4

一、心身疾病概念 4

二、心身疾病的特征 4

三、心身疾病的范围分类 5

第二节 心身疾病的心理社会影响原因..... 6

一、情绪因素与心身疾病 6

二、人格特征与心身疾病 7

三、社会环境因素与心身疾病 7

四、生理因素与心身疾病 8

第三节 心身疾病的诊断和治疗原则..... 8

一、心身疾病的诊断 8

二、心身疾病的治疗 9

第三章 呼吸系统的心身问题 11

第一节 呼吸系统心身问题概述 11

第二节 典型疾病的心身问题 12

一、支气管哮喘..... 12

二、过度通气综合征..... 17

三、慢性阻塞性肺疾病..... 20

第四章 心血管系统的心身问题	25
第一节 心血管系统的心身问题概述	25
第二节 典型疾病的心身问题	25
一、冠心病	25
二、高血压	29
三、心脏神经症	31
四、心律失常	33
第五章 消化系统的心身问题	37
第一节 消化系统心身问题概述	37
第二节 典型疾病的心身问题	37
一、消化性溃疡	37
二、胃食管反流病	40
三、肠易激综合征	42
五、神经性厌食	44
六、溃疡性结肠炎	47
第六章 神经系统的心身问题	50
第一节 神经系统心身问题概述	50
第二节 典型疾病的心身问题	51
一、头痛	51
二、脑卒中	54
三、阿尔茨海默病	58
四、帕金森病	63
五、纤维肌痛综合征	66
第七章 泌尿系统的心身问题	68
第一节 泌尿系统心身问题概述	68
第二节 典型疾病的心身问题	68
一、尿毒症的病因	68
二、尿毒症的临床表现	69
三、尿毒症的治疗	69
四、尿毒症患者的主要心理问题	69

五、如何应对尿毒症患者的心理问题	72
第八章 内分泌系统的心身问题	74
第一节 内分泌系统心身问题概述	74
第二节 典型疾病的心身问题	75
一、甲状腺功能亢进	75
二、糖尿病	78
三、肥胖症	83
第九章 疼痛的心身问题	91
第一节 疼痛的心身问题概述	91
第二节 典型疼痛的心身问题	91
一、疼痛的心理生理学基础	91
二、慢性疼痛的心理学评估方法	94
三、慢性疼痛管理的心理学方法	98
参考文献	107

概 述

第一节 临床心理学的定义

1948年,世界卫生组织(WHO)在其《宪章》中指出“健康不仅是没有病和不虚弱,而是身体、心理、社会功能三方面的完满状态。”1990年,WHO对健康给予了更加明确的定义:健康包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康四个方面。由此可见心理健康已越来越被关注。

临床心理学属于应用心理学范畴,是一门新兴学科,其定义是运用心理学的知识和原理,研究心理异常的发生原因、发病机制、症状与诊断、预防与治疗,帮助患者纠正自己的精神和行为障碍,通过心理咨询指导和培养健全的人,以便有效地适应环境和更有创造力。

临床心理学是心理学中的一个分支学科,是整合了心理学中的科学方法、理论和实践经验以理解、预告并减轻适应不良、能力丧失和不安,并促进人类的适应、调节和个人发展的学科。临床心理学研究范畴包括:①重性精神障碍(如精神分裂症、双相情感障碍等);②与心理因素密切相关的焦虑障碍(如强迫症、焦虑症、社交焦虑症、惊恐障碍和创伤后应激障碍);③心理因素引起的躯体疾病(如高血压)。

临床心理学的正式出现是在1896年,促使它出现的社会和历史因素很多,但主要包括以下三个方面,即在心理学中科学研究方法的使用;对人类个体差异的兴趣的发展;以及对行为异常的看法及治疗方式等。美国心理学家赖特纳·韦特默(1867~1956年)是第一位临床心理学家,在1896年创建了第一个心理诊所,这是世界上第一个儿童指导诊所,并成为临床心理学产生的标志。韦特默将临床心理学定义为:“系统培训发展,既关注智力落后和行为异常的原因和治疗方法,但同时它也是关于正常发展的科学,它试图把握对心理和躯体的发展产生促进、保守或阻碍作用的各种条件。”临床心理学总的指导思想:既要注意到人类内在的精神-生物学因素,如神经系统的结构和功能,人体生理过程与精神活

动的交互影响等；又要注意到人的一切功能所赖以实现的外在自然环境和社会环境。在临床心理学范围内考虑各种问题时，无论这些问题表现在一个个体，还是某一群体，都应从上述两方面入手，从人的内外两方面的相互关系中去寻找答案和解决办法。临床心理学另一原则是诊断与治疗并重。很多人往往以为临床心理学只是一系列测验和检查工作。其实，临床心理学不是以测定和诊断为最后目的，它的最终目的是通过各种治疗手段，使心理学的原则在解决具体个人的问题时见到实效。实际上，就连某些诊断的可靠性，也是在逐步治疗过程中渐渐明确并被证实的。由于治疗是临床心理学中关键性的实践领域，所以任何人从事这类工作必须十分谨慎。一般没有经过训练和没有经过考核的人，无论是心理学家或是医学工作者，都无权给出治疗方案，这恰似医疗工作中的处方权一样。

心理是人脑的功能，是客观现实在人脑中的反映，受体内外有害因素的作用，人脑的功能发生紊乱时，人的心理活动过程就会发生紊乱，表现出各种各样心理异常，甚至严重的精神障碍，使个体不能正确判断自我和客观环境的现实状况，导致适应社会生活能力的缺损。因此了解患者的心理状况，并作出相应指导是临床工作非常重要的内容。临床心理学是心理学中最有生命力的组成部分。临床心理学不仅可以研究、治疗严重的精神障碍，指导医疗实践，又可以在这一过程中揭示心理的机制；临床心理学不仅可以帮助少数精神严重障碍的患者，又可以帮助正常人，缓解心理压力，解决心理问题，培养和训练人们良好的个性，使正常人的精神活动更具有创造力。

第二节 内科心身疾病的范畴

随着科学技术的不断发展，医学科学正在由“生物医学模式”向“生物-心理-社会医学模式”转变，心理和社会因素对健康和疾病的影响作用也相应地受到重视。目前普遍地认识到，精神和躯体或者说是心与身体是有机的、不可分割的统一体。现代医学和心理学的研究证明，很多种疾病都可能由导致患者心理冲突、紧张等社会心理因素所诱发。反之，严重的躯体疾病同样可引起明显的心理障碍。可见，在医学领域中，“生物-心理-社会医学模式”理应成为指导临床、教学和科研工作的基本原则，应该给予充分的重视。

心身疾病的概念就是在这个基础上提出来的。所谓心身疾病，就是指那些心理—社会因素在疾病的发生和发展中起主导作用的躯体疾病。由于它具有生理上的障碍，因此心身疾病又称为心理生理疾病。心身疾病是一种躯体疾病，但又有别于在临床上找不到致病心理因素的所谓单纯的躯体疾病，又不同于由心理因素诱发、没有器质性病理过程或器质性损害的神经症。

第三节 研究内科心身疾病的意义

随着人类对健康的逐步认识,现代医学模式也发生了转化,即从纯生物的模式向生物-心理-社会模式转变,一个人的健康不但要有健康的躯体,还要有健康的心理状态和良好的社会接触。生物、心理、社会三因素相互作用、相互影响、高度统一,任何一方面出现问题都会牵涉到另外两方面,如躯体疾病可以引发心理问题,而心理问题引发的适应不良可导致社会功能障碍,社会因素如人际关系紧张、矛盾冲突、压力等又可以导致心理不适出现,如紧张、焦虑、抑郁、困惑、烦恼等,长期的心理矛盾又是生理疾病产生的原因。所以,现代医学提出:应从生物-心理-社会三轴系统着手,全面地对疾病进行诊断、治疗、预防、康复和护理。

内科疾病心身问题是研究各种内科疾病与心理因素的相互关系,是涉及临床心理学和内科学的交叉研究方向。它既研究心理因素对内科疾病的病因、临床表现、诊断、治疗和预后的影响,又研究内科疾病的发生、发展过程中的心理表现,进而在治疗内科疾病的同时解决患者心理问题,有利于患者内科疾病的早日康复,有利于节省医疗资源,提高人民的生活水平,促进国民经济的更好、更快发展。

临床心理学是目前我国亟待发展的专业。随着经济的发展和人民生活水平的提高,公众日益重视自身的心理健康。一方面,当前社会对心理治疗人员的需求急剧增长,另一方面,我国尚缺乏能够真正培养相关人才的专业机构。目前医院和学校提供的相关服务的数量和质量均不能得到保证,无法对具有心理问题和障碍的来访人员和患者进行有效的心理干预和治疗,因此学习和研究内科疾病心身问题意义重大,可以帮助内科医生利用心理知识去治疗内科疾病,使患者早日康复。

第二章

心身疾病

第一节 心身疾病的概念

一、心身疾病概念

心身疾病(或称心理生理疾患):指以心理社会因素作为重要原因参与发病的躯体疾病。

狭义的心身疾病是指心理社会因素在发病、发展过程中起重要作用的躯体器质性疾病;广义的是指心理社会因素在发病、发展过程中起重要作用的躯体器质性疾病和躯体功能性障碍,即包括那些具有明显躯体症状的器官性神经症或心理生理障碍。显然广义心身疾病包括了狭义心身疾病和狭义心身障碍。

二、心身疾病的特征

(一)美国精神疾病诊断与统计手册第3版(DSM-Ⅲ)规定

1. 患者有环境刺激导致的心理因素,这种心理因素在时间上与其躯体疾病的发生或加剧有联系。
2. 在患者躯体上可以检查出器质性的病变或具有已知病理生理过程,如呕吐、偏头痛等。
3. 疾病的开始不是由躯体的病变引起的,但是其症状往往以某种躯体症状和体征表现出来。

(二)心身疾病特征

1. 以躯体症状为主,一般比较明确的病理生理过程。
2. 某种个性特征是疾病的易患素质。
3. 心理社会应激(如生活事件等)和情绪反应与疾病的发生和发展有关。
4. 生物或躯体因素是某些心身疾病发病的基础,心理社会因素往往起到“扳机”作用。

5. 心身疾病通常发生在自主神经支配的系统或器官。
6. 辅以心理治疗或心身综合治疗比单纯生物学治疗效果好。

(三) 界定心身疾病的条件

1. 心身疾病具有躯体症状和躯体症状相关的体征。
2. 发病的原因应当是心理社会因素或主要是心理社会因素。
3. 涉及的通常是自主神经系统所支配的系统或器官。
4. 同样性质、同样强度的心理社会刺激对一般人只引起正常范围内的生理反应,而对心身疾病易患者或已患有心身疾病的患者可以引起病理生理反应。
5. 与遗传和个性特征有一定的关系,不同个性特征的人容易罹患某一“靶器官”的心身疾病。
6. 有些患者有较确切的心理社会因素致病过程,大部分患者不了解,但能感到某种心理社会因素能加重自己的病情。

三、心身疾病的范围分类

(一) 内科心身疾病

1. 心血管系统 原发性高血压、原发性低血压、冠状动脉硬化性心脏病,阵发性心动过速、心动过缓、期前收缩、雷诺病、神经性循环衰弱症。
2. 消化系统 胃溃疡、十二指肠溃疡、神经性呕吐、神经性厌食症、溃疡性或过敏性结肠炎、贲门或幽门痉挛、习惯性便秘、直肠刺激综合征。
3. 呼吸系统 支气管哮喘、过度换气综合征、心因性呼吸困难、神经性咳嗽。
4. 神经系统 偏头痛、紧张性头痛、自主神经失调症、癫痫、心因性知觉异常、心因性运动异常、慢性疲劳等。
5. 内分泌代谢系统 甲状腺功能亢进、艾迪生病、副甲状腺功能亢进或低下,垂体功能低下、糖尿病、低血糖。

(二) 外科心身疾病

全身性肌肉痛、书写痉挛、外伤性神经症、阳痿、类风湿关节炎。

(三) 妇科心身疾病

痛经、月经不调、经前期紧张综合征、功能性子宫出血、功能性不孕症、性欲减退、更年期综合征、心因性闭经。

(四) 儿科心身疾病

心因性发热、站立性调节障碍、继发性脐绞痛、异食癖、遗尿症、神经性厌食、夜惊症、儿童多动综合征等。

(五) 眼科心身疾病

原发性青光眼、中心性视网膜炎、眼肌疲劳或痉挛等。

(六)口腔科心身疾病

复发性慢性口腔溃疡、颞下颌关节紊乱综合征、特发性舌痛症、口臭、唾液分泌异常、咀嚼肌痉挛等。

(七)耳鼻喉科心身疾病

梅尼埃综合征、咽喉部异物感、耳鸣、晕车、口吃。

(八)皮肤科心身疾病

神经性皮炎、皮肤瘙痒症、圆形脱发、多汗症、慢性荨麻疹、牛皮癣、湿疹、白癜风。

(九)其他与心理因素有关的疾病

癌症、肥胖症等。

第二节 心身疾病的心理社会影响原因

心身疾病是由许多因素综合作用的结果,并且会造成某生理系统或自主神经系统的器质性病变。在诸因素中,社会心理因素的影响起重要作用。这种个体与环境的交互影响可能延续终生。当然,心理社会因素能否致病,还取决于个体对此类因素的评价、应对能力和人格特征。

一、情绪因素与心身疾病

情绪活动可分为两大类:一类是愉快或积极的情绪。这种情绪对人体的生命活动能起良好的作用,提高体力和脑力劳动的效率,使人体保持健康。但应注意,超常或过度的所谓“正性情绪体验”同样具有致病性。另一类是不愉快的、消极的情绪,诸如愤怒、恐惧、焦虑、忧愁、悲伤、痛苦等。这种情绪的产生,一方面是适应环境的必要反应,另一方面往往过分地刺激人体,促使人的心理活动失去平衡,因而有害于健康。如果消极情绪经常反复出现,它所引起的长期或过度的神经紧张,会造成机体的病变,如内分泌功能失调、血压持续升高等可转变为某些器官、系统的疾病。一般而言,引起人们产生丧失感、威胁感和不安全感的心里刺激,最易致病。见图 2-1。

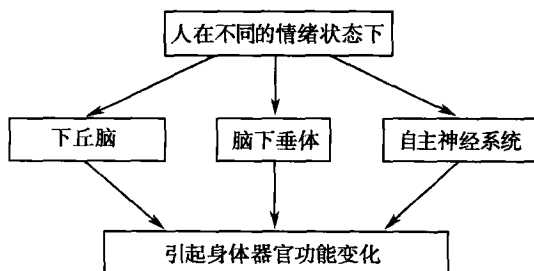


图 2-1 情绪(心理因素)致病的生理学基础

二、人格特征与心身疾病

大量证据表明,什么人得病,什么时候得病,与人格有关。所谓人格,是指个体心理活动(认知、情感、意志和行为)特征的总和,个体的人格特征往往决定了个体对应激性心理因素的评估和应对能力。重大的心理紧张刺激对某人可能是毁灭性的打击,而另一个人却可以泰然处之。这就是人格与心理应激相互影响的结果。

患者的人格特点和行为方式与疾病的密切联系,既可作为许多疾病的发病基础,又可改变疾病的过程。如表 2-1 所示:

表 2-1 疾病的个性特征

疾病	个性特征
高血压	经常压抑愤怒的情绪,易激怒,好高骛远,存在攻击性和依赖性之间的矛盾、焦虑和抑郁的多型性性格
冠心病	A 型行为模式;具有攻击性、冲动性,上进心强,过度敌意,争强好胜,精力充沛,时间紧迫感,急躁、忙碌
结肠炎	谨慎小心,拘泥,严守时刻,缺乏自信心,拘泥于形式,抑郁、强迫性格,顺从,心胸狭窄
溃疡病	情感容易压抑,羞涩腼腆,有依赖性和挫折感、也可表现有雄心和魄力,行动上因循守旧、被动顺从,不好与人交往,缺乏创造性,情绪不稳定,过分关注自己,常有矛盾心理
哮喘病	过分依赖、过敏和过于被动,顺从、幼稚,暗示性强,胆小、内向或自我中心,缺乏自信心,不好表达情感,常希望得到他人帮助照顾,情感表现模棱两可
偏头痛	固执,好战,嫉妒倾向,谨小慎微
荨麻疹	渴望得到同情,有自卑自负倾向
癫痫	性格黏滞,固执,刻板,倔强或顺从
癌症	内向、习惯于自我克制、与别人过分合作、屈从于权威,情绪压抑、不表现负面情绪、善于忍耐、多思善愁,长期处于矛盾、孤独、失望情境下

三、社会环境因素与心身疾病

(一)社会因素与心身疾病

人体疾病的发生发展,不仅和人与自然环境的关系是否协调有关,而且受到社会的制约,特别是与社会变故,与一定时期内社会生产的发展水平及社会文化环境密切相关。越是新异的、不可控制的或不可预见的事件,越可能同疾病有

联系。

(二)生活事件与疾病的相关研究

生活事件是造成心理应激并进而损害健康的主要应激源,是研究心身疾病的一个重要内容。

1. 生活事件同疾病发生和加重有相关关系。
2. 生活事件作为一种非特异性因素同大多数疾病有联系。
3. 生活事件的性质与特点影响他们同疾病间的相关程度。
4. 生活事件同疾病间只有较低的相关。

四、生理因素与心身疾病

心理社会因素通过生理变化的环节才会导致或加重躯体疾病。由于生理特点的不同,因而具有不同的相应心身疾病的易罹性,心理社会刺激起着“扳机”的作用。身体器官的脆弱性是心理社会因素导致心身疾病的一个重要条件。脆弱的原因:一是遗传因素,一是环境因素。见图 2-2。

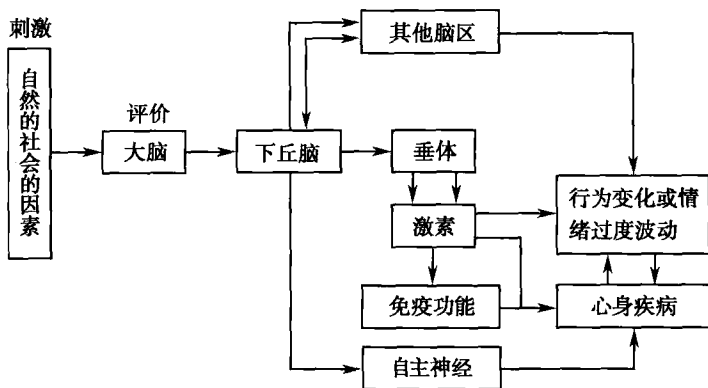


图 2-2 心理社会因素致病过程

第三节 心身疾病的诊断和治疗原则

一、心身疾病的诊断

(一)心身疾病诊断原则

1. 明确的躯体症状。
2. 寻找心理社会因素并明确其与躯体症状的关系。
3. 排除躯体疾病和神经症的诊断。

(二)心身疾病诊断程序

1. 病史采集 除与临床各科病史采集相同外,还应注意收集患者心理社会方面的有关材料,例如心理发展情况、个性或行为特点、社会生活事件以及人际关系、家庭支持等,从中初步寻找与心身疾病发生发展有关的一些因素。

2. 体格检查 与临床各科体检相同,但要注意体检时患者的心理行为反应方式,有时可从患者对待体检的特殊反应方式中找出其心理素质上的某些特点,例如是否过分敏感、拘谨等。

3. 心理检查 应结合病史材料,采用交谈、座谈、行为观察、心理测量直至使用必要的心理生物学检查方法,对其进行较系统的医学心理学检查,以确定心理社会因素的性质、内容和在疾病发生、发展、恶化和好转中的作用。

4. 综合分析 根据以上材料,结合心身疾病的基本理论,对是否为心身疾病、何种心身疾病、有哪些心理社会因素在其中起主要作用和可能的作用机制等问题作出恰当的估计。

二、心身疾病的治疗

心身疾病的治疗原则:心身疾病的治疗要兼顾到患者的生物学和心理社会诸方面。一方面要采用有效的生物医学手段处理身体的病理过程,另一方面必须在心理和社会水平上加以干预或治疗。

心理和社会水平的干预、治疗,主要围绕三个目标:①努力帮助患者从客观上消除致病的心理社会因素,消除应激源;②提高患者对应激的认识水平,增强患者的应对能力;③努力矫正应激引起的生理反应,以减轻其对身体器官的冲击。具体方法如下:

适应环境:许多研究发现,只要让患者入院,即使不用药,患者的病情也会好转。其原因有三:①环境改变了,使患者暂时摆脱了引起或加重其疾病的生活和工作应激源;②身体得到休息,能规律地进食和睡眠;③安慰剂效应(由“将会从医疗中获益”的期望引起)。由于真实情况下不可能将所有的患者都收住院治疗,还有些患者可能并不适应医院环境,并且住院患者最终也必须离开医院,所以应尽可能帮助患者适应生活和工作环境,减少或消除应激源。

药物治疗:当患者负性情绪水平很高或已维持很长时间,认知能力很差时,可以选用某些改善情绪的药物来控制过度的心理生理反应。用药的结果,会降低患者的负性情绪水平,使得由负性情绪引起的生理反应得到改善。当患者的情绪通过药物作用变得较为平稳后,他们接受医生所给予的正确的思维和应对方式、主动纠正自己原来的认知偏差的能力也会明显提高。

心理治疗:心理治疗的方法很多,如精神分析法、认知疗法、行为疗法等。治