

李殊响 编著

内科疾病的 心理治疗



人民卫生出版社

内科疾病的心理治疗

李殊响 编著

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

内科疾病的心理治疗 / 李殊响编著. —北京 : 人民卫生出版社, 2003.

ISBN 7-117-05725-4

I . 内… II . 李… III . 内科 - 疾病 - 精神疗法
IV . R505

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 083725 号

内科疾病的心理治疗

编 著: 李 殊 响

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 67616688)

地 址: (100078)北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

印 刷: 潘河印业有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 15.5

字 数: 378 千字

版 次: 2003 年 10 月第 1 版 2003 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 7-117-05725-4/R·5726

定 价: 26.00 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

序

医学家从临床实践过程发现,在防治疾病的过程中,心理因素与社会因素的影响日益突出。近来的研究也表明,人群的疾病大约50%与生活方式和行为有关;20%与生活环境和社会环境有关;20%与遗传、衰老等生物因素有关;还有10%与卫生服务的缺陷有关。这说明了医学模式转变的重要性与必要性,如今,生物·心理·社会医学模式愈来愈渗透到临床医学各个领域中,并日益为各科医生了解、接受、熟悉并应用。

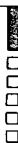
新医学模式强调了卫生服务目标的整体观,即从局部到全身、从生理到心理、从个体到群体、从医病到医人、从治疗到预防、从康复到保健、从单纯生物医学范畴扩展到社会医学、心理医学的广阔天地。从内科学的角度来看,新医学模式强调,在防治大内科疾病时,不仅要注意生物因素、理化因素、遗传因素、先天因素、免疫因素,还要注意到心理因素、行为因素、社会因素、环境因素、家庭因素;医生不仅要开药物处方,而且要开心理处方、社会处方;不仅仅是使内科病患者症状消失,没有了虚弱,而且要努力使患者具备健全的心身状态和良好的社会适应能力;不仅局限于防治内科疾病,而且要加强对人群健康的监护以及整体上提高其心身素质。总之,内科学的内涵与外延随着医学模式的转化而不断更新完善。

目前,国内已有综合介绍临床疾病心理治疗的专著,但以内科疾病为切入点,全面深入地介绍内科八大系统疾病的治疗方法本书似乎要算第一部,本书的特色在于作者根据心理因素权

重,把内科病的心理治疗分为四个层次,为同道提供了较实用且操作性较强的心理疗法:其一是心理因素起主要作用的内科各系统心身病,此时心理治疗将起重要作用;其二是心理因素作为诱因的内科病,此时心理治疗起辅助治疗作用;其三是产生神经、精神症状的内科病,此时心理治疗将成为综合治疗的一部分;其四是将内科病的一般治疗,包括饮食与休息等生活方式纳入行为治疗大范畴。

心理治疗是当代世界的四大疗法之一,在治疗各科疾病包括内科病时要发挥综合治疗的优势,这样,才能在更高层次上防治大内科疾病,才能进一步提高生命质量与生活质量。

王效道
午未之交于北京



前 言

人们越来越关注健康，渴望战胜疾病，并且总是习惯于将健康与疾病视为矛盾对立的两极，这种认识固然有其合理性，但未必经得起科学的推敲，因为健康和疾病的观念正在发生着深刻的变化，处在进一步的探讨之中。起码，认为不生病就是健康这种传统的认识是不全面的，按照比较公认的世界卫生组织（WHO）的定义，现代的健康观念应当理解为：健康不仅仅是没有疾病和虚弱，而且是指心理上、社会上适应良好，是指体魄强壮、心理健全、精神舒畅、心身安康。因为心身相契，互为因果，疾病不仅“病从口入”，而且“还自心生”，心理不健康会伤害身体，甚至引起躯体疾病，包括各种内科疾病。特别是当前的知识经济时代，由于科技蓬勃发展、信息流汹涌澎湃，竞争激烈、节奏加快，心身应激空前增多、加重，加之人们生活方式、行为方式的改变，所有这些都构成了现代病的前提，尤其是心脑血管病，如今心理、社会因素作为一个独立致病因子已为人们日益关注，也就是说，现代疾病的疾病谱已发生较大变化，而医学模式也从单纯生物型转变为生物、心理、社会医学型模式。因此，作为一个医生不仅要对患者进行药物治疗，而且还应实施心理与行为治疗，不能只懂生理，不懂心理；只知个体，不知群体；只见疾病，不见病人；只晓治疗，不晓预防。

众所周知，广义的内科病即大内科病，它包括系统内科病、神经—精神疾病、传染病、遗传病与老年性疾病以及内科临床综合征等，对于内科疾病来说，单纯药物治疗远远不够、鞭长莫及，

必须多维度、多层次、多方面进行综合治疗，而心理治疗就是防治内科病的重要一环，心理疗法已与药物疗法、理疗、手术并列为当今世界的四大疗法。

本书简要介绍了内科各系统疾病的概貌、病机与病理，着重分析了疾病的心理、社会因素，临床表现则主要叙述内科疾病产生的神经、精神症状，尤其是较全面、系统地介绍了大内科病的心理疗法，由于心理因素在各内科病中的权重不同，故其心理疗法有的较详尽，有的则较为简略。内科心身病因其主要由心理因素引起，故心理疗法居主导地位；有的内科病心理因素是次要原因或是一种诱因，此时心理疗法就成为一种辅助疗法；不少内科病还可能产生神经、精神症而导致心理障碍，对此，一方面要积极治疗原发病，另外还要积极进行心理治疗，双管齐下，才能获得较好疗效。此外所有内科病的一般治疗（包括休息与饮食）皆可纳入行为治疗大范畴，而行为疗法的实质就是一种新型心理疗法，合称心理—行为疗法。

本书分导论、总论、各论3部分论述，并对新医学模式下的病历书写提出了建设性的意见、建议与探讨，力求体系完整、内容新颖、资料翔实、结构严谨、布局合理、理论与实践并重，此书还穿插融入了本人主持的科研项目与成果，并附部分典型病例，实用性较大，可操作性较强，但挂一漏万甚至不妥之处在所难免，欢迎专家与同道批评指正。

本书适用于内科医生、临床各科医生、社区医生及广大基层医务人员阅读，也可作为大、中专医学院校师生的教学参考书，还可作为临床心理工作者与大学心理系专业学生的参考读物。

本书的写作得到了山西中医学院院长陶功定教授（医学博士）的大力支持，他对本书的结构和内容提出了中肯的意见，中国医学心理学学科创办人、中国心理卫生协会创办人、中国性学会创办人、北京大学医学部王效道教授欣然为本书作序，

在此一并致以真诚谢意，尤其是要最衷心地感谢人民卫生出版社给予的各方面的鼎力支持，正是该社促成了本书的问世。

李殊响

2003年5月于山西中医学院

目 录



第一篇 导 论

第一章 内科疾病需要进行心理治疗	2
一、医学模式的转变与心身医学的兴起	2
二、不良情绪与内科疾病密切相关	4
三、素质、人格关联大内科病	10
四、行为影响免疫力	15
五、内科疾病可产生神经、精神症状	18
六、内科临床中常有查无实据的躯体症状与躯体形式 障碍	21
七、心理治疗可以端正内科病人对疾病的态度,有利于病情 好转以至痊愈	23
八、心理治疗是非药物治疗内科疾病和康复疗法的重要组 成部分	24
九、心理疗法治疗内科疾病符合循证医学原则与临床经济学决 策原则	25
十、对于内科心身病,心理治疗具有独特疗效	26

第二章 新医学模式下的内科疾病诊断方法与病历

 书写	30
第一节 新医学模式下的内科疾病诊断方法	30



一、躯体的诊断	31
二、精神的检查与诊察	31
(一)首先进行详细全面的问诊	31
(二)深入细致地进行体格检查	32
三、系统客观的实验室检查及必要的特殊检查	39
四、进行心理测验性诊断	39
五、心理生理学检查	44
六、初步诊断与验证诊断	45
第二节 新医学模式下的病历书写	46
一、门诊病历书写格式	47
二、住院病历书写格式	47
 第三章 内科疾病常用心理疗法概述	50
一、简易精神疗法	50
二、行为疗法	51
三、自我训练法与渐进性放松疗法	54
四、认知疗法	57
五、存在一人本主义疗法	59
六、森田疗法与内观疗法	61
七、瑜伽疗法与超觉静思法	63
八、艺术疗法	64
九、催眠疗法	68
十、行为调节药物与安慰剂的应用	70
十一、信念疗法	72
十二、关爱疗法	74
十三、集体心理疗法与家庭治疗	75
十四、愉悦疗法	77
十五、运动疗法	78
十六、精神分析疗法	80

十七、积极心理疗法	82
十八、中医心理疗法	84
(一)中医疏导疗法——心理疏泄法	84
(二)中医暗示疗法	85
(三)中医行为疗法	86
(四)中医松弛疗法——默坐澄心法	86
(五)中医娱乐疗法	87
(六)中医圆梦疗法	88
(七)中医情志相胜疗法	89
(八)中医易地疗法	90
(九)中医自然疗法	90
(十)中医解除心因疗法	92
(十一)气功吐纳疗法	92
(十二)激情刺激法	93
(十三)点穴催眠术疗法	93

第二篇 各 论

第一章 呼吸系统疾病的心理治疗	95
第一节 急性上呼吸道感染	96
第二节 慢性支气管炎与阻塞性肺气肿	98
第三节 支气管哮喘	99
第四节 过度换气综合征	104
第五节 肺结核	105
第六节 肺炎	108
第七节 肺脓肿	109
第八节 肺性脑病	110
第九节 原发性支气管癌	111
第十节 结核性胸膜炎	113

第十一节 呼吸衰竭	113
第二章 循环系统疾病的心理治疗	116
第一节 冠状动脉粥样硬化性心脏病	119
第二节 原发性高血压	127
第三节 原发性低血压	136
第四节 心律失常	137
第五节 心血管神经症	139
第六节 原发性高动力循环	141
第七节 β -受体高敏症	142
第八节 白大衣综合征	143
第九节 风湿性心瓣膜病	144
第十节 先天性心脏病	145
第十一节 感染性心内膜炎	146
第十二节 心肌病	146
第十三节 病毒性心肌炎	147
第十四节 心包炎	148
第十五节 心力衰竭	149
第十六节 心脏性猝死	149
第十七节 雷诺病	151
第十八节 梅毒性心血管病	152
第三章 消化系统疾病的心理治疗	156
第一节 反流性食管炎	157
第二节 食管贲门失弛缓症	158
第三节 消化性溃疡	159
第四节 胃炎	164
一、急性胃炎	164
二、慢性胃炎	165

第五节	胃粘膜脱垂症	166
第六节	溃疡性结肠炎	167
第七节	胃肠道动力性疾病	169
第八节	消化道恶性肿瘤	174
第九节	肝硬化	177
第十节	肝性脑病	178
第十一节	肠结核和结核性腹膜炎	180
第十二节	慢性胰腺炎	180
第十三节	胆石症与胆囊炎	182
第十四节	应激性溃疡	183
第十五节	克罗恩病(Crohn 病)	185
第四章 泌尿系统疾病的 心理治疗		187
第一节	慢性肾小球肾炎	187
第二节	肾病综合征	189
第三节	慢性肾盂肾炎	191
第四节	慢性肾衰竭	192
第五节	排尿性晕厥	194
第五章 血液系统疾病的 心理治疗		195
第一节	贫血	195
第二节	真性红细胞增多症	198
第三节	白血病	198
第四节	淋巴瘤	200
第五节	多发性骨髓瘤	200
第六节	出血性疾病	201
第七节	白细胞减少症与粒细胞缺乏症	202
第六章 内分泌系统疾病的 心理治疗		204

第一节	甲状腺功能亢进症	205
第二节	慢性淋巴细胞性甲状腺炎	207
第三节	甲状腺功能减退症	208
第四节	肾上腺皮质功能亢进症	209
第五节	原发性慢性肾上腺皮质功能减退症	210
第六节	腺垂体功能减退症	211
第七节	尿崩症	212
第八节	更年期综合征	213
第九节	垂体性侏儒症	215
第十节	肢端肥大症	217
第十一节	嗜铬细胞瘤	218
第十二节	原发性甲状旁腺功能亢进症	218
第十三节	甲状旁腺功能减退症	219
第七章 代谢疾病的 心理治疗		221
第一节	糖尿病	222
第二节	低血糖症	225
第三节	肥胖症	227
第四节	痛风	230
第五节	高脂蛋白血症	232
第六节	黄色瘤	233
第七节	血色病	234
第八节	淀粉样变性	236
第九节	维生素缺乏症	237
第十节	微量元素缺乏症与中毒症	240
第八章 风湿性疾病的心理治疗		243
第一节	类风湿性关节炎	246
第二节	系统性红斑狼疮	248

第三节 血管炎.....	250
第四节 系统性硬化病.....	253
第九章 理化因素所致疾病的治疗.....	254
第一节 急性有机磷农药中毒.....	255
第二节 急性一氧化碳中毒.....	256
第三节 镇静催眠药中毒.....	257
第四节 酒精中毒.....	259
第五节 精神活性物质中毒.....	261
一、阿片类物质	262
二、精神兴奋剂	263
三、大麻	264
第六节 晕动病.....	265
第十章 神经系统疾病的治疗.....	266
第一节 偏头痛.....	267
第二节 紧张性头痛.....	269
第三节 三叉神经痛.....	271
第四节 面神经炎.....	273
第五节 臂丛神经痛.....	274
第六节 梅尼埃病.....	275
第七节 急性感染性脱髓鞘性多发性神经炎.....	276
第八节 脑血管疾病.....	276
第九节 癫痫.....	279
第十节 锥体外系疾病.....	281
第十一节 阿尔茨海默病.....	284
第十二节 重症肌无力.....	285
第十三节 纤维肌痛症.....	285
第十四节 神经功能性低热.....	286

第十五节 周期性瘫痪.....	287
第十六节 肝豆状核变性.....	288
第十一章 精神障碍的心理治疗.....	290
第一节 精神分裂症.....	291
第二节 神经症.....	293
第三节 心境障碍.....	307
第四节 进食障碍与睡眠障碍.....	309
一、进食障碍	310
二、睡眠障碍	311
第五节 性功能障碍与性心理障碍.....	314
一、性功能障碍	314
二、性心理障碍	322
第六节 人格障碍.....	333
第七节 自杀行为.....	339
一、生物与生理素质因素	340
二、心理因素	340
三、社会生态因素	342
第十二章 传染病的心理治疗.....	347
第一节 病毒性肝炎.....	348
第二节 细菌性痢疾.....	350
第三节 伤寒.....	352
第四节 流行性出血热.....	354
第五节 性传播疾病.....	356
一、艾滋病	357
二、梅毒	360
三、淋病	362

第十三章	遗传病的心理治疗	364
第一节	马方综合征	367
第二节	葡萄糖-6-磷酸脱氢酶缺乏症	368
第三节	血友病	369
第四节	先天性血卟啉病	370
第五节	范科尼综合征	371
第六节	苯丙酮尿症	372
第七节	强直性脊柱炎	373
第八节	亨廷顿舞蹈病	374
第九节	白化病	375
第十四章	老年病的心理治疗	377
第一节	老年充血性心力衰竭	379
第二节	老年高血压	380
第三节	睡眠呼吸暂停综合征	384
第四节	老年脂肪肝	387
第五节	高脂血症	390
第六节	慢性缺血性肾病	391
第七节	骨质疏松症	392
第八节	骨性关节炎	394
第九节	老年期痴呆	396
第十节	老年人跌倒	398
第十五章	内科临床综合征的心理治疗	401
第一节	呼吸系统综合征	401
第二节	心血管系统综合征	406
第三节	消化系统综合征	419
第四节	泌尿系统综合征	426
第五节	血液系统综合征	429