



变态心理学理论与应用系列丛书

丛书主编◎刘新民

心身疾病

——心理生理障碍

PSYCHOSOMATIC MEDICINE

主 编 徐 斌 徐又佳



人民卫生出版社

PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

变态心理学理论与应用系列丛书

心 身 疾 病

——心理生理障碍



丛书主编 刘新民

主 编 徐 斌 徐又佳

编 者 (以章节先后为序)

徐 斌 徐又佳 李明德

杨健身 林 实

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

心身疾病——心理生理障碍/徐斌等主编. —北京:人民卫生出版社, 2009. 5

ISBN 978-7-117-11326-7

I. 心… II. 徐… III. 心身病-研究 IV. R749. 92

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 028521 号

心 身 疾 病

——心理生理障碍

主 编: 徐 斌 徐又佳

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 中国农业出版社印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850 × 1168 1/32 印张: 7.75

字 数: 191 千字

版 次: 2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-11326-7/R · 11327

定 价: 22.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

变态心理学理论与应用系列丛书

编写委员会

主任委员:刘新民

副主任委员:王 伟 张理义 李荐中 潘 丽

委 员(以姓氏笔划为序)

王 伟 孙 红 刘 薇 刘新民

李荐中 李功迎 赵静波 张理义

徐 斌 徐又佳 程灶火 熊吉东

潘 丽

序 言



人的心理不仅包含纷纭复杂、绚丽多姿的正常活动,也包括桀骜莫测、光怪离奇的异常活动。我们将这些表现各异且程度不等的非正常的心理活动统称为异常心理,研究这些异常心理的科学被称之为变态心理学。

变态心理学(abnormal psychology)又称为异常心理学或病理心理学(pathological psychology),是心理学中一门研究异常心理与行为及其规律的分支学科。变态心理学从心理学角度出发,研究心理障碍的表现与分类,探讨其原因与机制,揭示异常心理现象的发生、发展和转变的规律,并把这些成果应用于异常心理的防治实践。

随着人类社会的发展与进步,竞争激烈,人际关系微妙,导致心理障碍和心理问题不断上升。在世界范围内,各种心理困扰已成为影响人们生活、工作和健康的重要因素。根据 WHO 的统计,心理障碍占全球疾病的 10.5%(中低收入国家)和 23.5%(高收入国家)。在心理疾患如此突出的今天,对异常心理的认识和干预已成为维护人类健康的重大课题,研究变态心理学具有重要的现实意义。变态心理学是心理健康专业人员极为重要的知识结构,也是健康心理学、临床心理学、咨询心理学、心理治疗学和精神病学的共同基础。

另一方面,社会经济状况的改善、生活水平的提高和对生活质量的追求,促使人们更加关注心理健康与精神安宁。变态心理学为人们提供了解决心理困扰、适应环境和改善自我的途径,



序 言

不管这些问题是发生在生活中、工作中、学习中或人际关系中。变态心理学探索心理障碍如何产生、如何被诊断以及怎样得到预防和治疗,使我们对自己和他人的心理状态能够做出判断,并了解导致心理障碍的生物学因素、心理因素、生活环境和家庭背景的特点,从而提示我们应该注意的问题,消除异常心理的原因,减少心理障碍的发生。因此,变态心理学知识对所有人都具有重要意义,对每一个人的身心健康都有帮助。

在日常生活中,变态心理学还为人们提供了考察人类经验的历史与当代视野。例如,恺撒(Julius Caesar)的癫痫干扰了他对征服罗马人战争的指挥,林肯(Abraham Lincoln)的抑郁症影响了他在美国南北战争中的军事领导。可见,心理障碍也同样折磨着伟人或非凡的人,他们的心理痛苦严重到足以影响历史的进程。因此,变态心理学提供了洞悉人生和社会的新视角,使我们能够获得对历史、社会与人性的深刻洞察,如此丰富着我们对人类各种生活现象的解读,并对医学、教育学、社会学、人类学、管理学,甚至对军事、法律、文学艺术以及促进社会和谐等产生广泛而深远的影响。

总体来说,我国的变态心理学教学、研究和临床起步较晚、发展较慢。新中国成立前,国内只有个别非专业人员编译过变态心理学书籍。新中国成立后直到1985年才由北京大学陈仲庚教授编译出版了一部《变态心理学》参考书。1986年,张伯源教授和陈仲庚教授编写出版了《变态心理学》,是国内第一部变态心理学教材,对促进该学科的教学具有重要意义。1993年王登峰教授编撰出版了一部《变态心理学》。21世纪初,我国出版了几部国外变态心理学教材的中译本,对推动国内变态心理学教材建设很有价值。此时,我国高等院校为满足社会对心理健康专业人才日益增长的需要,心理学和应用心理学专业迅速增多,变态心理学作为核心课程之一,其教材建设问题显得十分突出。2002年,杜文东教授等组织国内近20所医学院校组成“全



国医学院校心理学专业教材编写委员会”，开始了 15 部心理学系列教材的建设，我和李建明教授主编了《变态心理学》（2003 年出版）。接着，顾瑜琦教授和胡佩诚教授组织编写了应用心理学系列教材和参考书，其中大型教科书《变态心理学》由我主编（2005 年出版）。2005 年，张伯源教授出版了第二部《变态心理学》教材。以后其他学者陆续出版了几部变态心理学教科书，如刘毅副教授（2005），王建平教授（2005），钱铭怡教授（2006），王登峰教授（2008）等。2006 年，我国教育部首次将变态心理学列入普通高等教育“十一五”国家规划教材。我主编的国家“十一五”规划教材和卫生部“十一五”规划教材《变态心理学》由人民卫生出版社出版（2007），接着又主编了其配套教材《变态心理学复习考试题解集》，由人民卫生出版社出版（2008）。新世纪以来，我国变态心理学的教学基本建设和学科建设进入了较快的发展阶段。

但是，由于变态心理学内容的广泛性和异常心理的复杂性，仅有教科书还是难以满足日益增长的理论和实践的需要。因此，作者认为有必要对各类异常心理与行为专题进行系统和深入的总结。为此，我们邀请国内十余位专家教授成立了“变态心理学系列丛书编写委员会”，拟编写一套变态心理学系列丛书，以便能够较为系统和全面地反映心理障碍理论与应用的最新成果。

本套丛书选择了变态心理领域 18 个专题形成单行本，包括《心理障碍的紧急处理》、《进食障碍与肥胖症》、《应激障碍》、《人格与健康》、《人格障碍》、《性障碍》、《神经症》、《睡眠障碍》、《躯体形式障碍》、《情感障碍》、《自杀与自伤》、《心身疾病》、《智力障碍》、《儿童多动障碍》、《慢性疲劳综合征》、《职业倦怠》、《青春期心理障碍》和《青少年违法与犯罪》等。

作者在编撰本套丛书过程中力图体现以下特色：一是科学性。这套丛书是对异常心理与行为研究和临床成果的总结，遵



序 言

循科学的基本原则和途径,着重于其学术价值,而不是经验心理学的方法与结论;二是系统性。丛书的每一部都较为全面地反映了该类心理障碍的历史来源、发展过程、流行病学、原因与影响因素、理论机制、临床表现、诊断与鉴别诊断、预防和治疗等;三是实践性。本套丛书以解决问题为目的,强调应用价值,提供诊断和防治方法,注重理论与实践的结合;四是开放性。全套丛书力图反映国内外研究的最新成果,并以生物心理社会整体模式为指导,广泛吸收多学科的相关知识与研究资料,从不同角度反映异常心理的性质与特点。总而言之,作者试图为心理健康专业人员和广大对变态心理学有兴趣的人们提供一套既有理论又有实践、既能体现历史又反映进展的参考书。

本套丛书从设计到完成经历了一年多的时间,很荣幸地得到多方面的帮助。首先,人民卫生出版社领导的远见卓识,为本套丛书的立项给予了最大的支持,他们组织专家对丛书逐一论证,潘丽编辑热情地予以全程指导。其次,中华医学会行为医学分会和全国教育研究会医学心理学分会的专家给予大力支持并提出许多建设性意见,使编者受益匪浅。再次,丛书作者克服诸多困难,精诚合作,辛勤投入,较好地完成了编写任务。对此,我深表感谢!

由于时间和能力的限制,本套丛书肯定存在着很多缺点和不足,甚至是错误,我们恳切地希望广大读者不吝赐教。本套丛书也未能够反映变态心理学的全部,只讨论了其中部分专题。作者期待着更多学者的参与,产出更多更好的专著,以推动我国变态心理学学科建设,促进其科学研究、教学水平和临床质量的提高。

刘新民

2008年12月

前言



心身疾病是介于躯体疾病与神经症之间的一类疾病。这个概念由 Halliday 提出,得到 Alexander 的倡导。长期以来,心身疾病对人类健康构成威胁,是造成死亡率升高的主要原因,正日益受到医学界的重视。如今几经演变,心理生理障碍成为较常应用的名称。

本书共分四章,第一章回顾了心身医学的由来与发展和心身疾病名称的演变。第二章回顾了早年被奉为经典的几种心身疾病的现状,当年曾受 Alexander 等心身医学的先驱们研究过的这些心身疾病仍然是目前医学界关注的热点,由此可见前辈们正确的选择和现代医学与时俱进的发展。第三章介绍以心理应激为核心的心理生理学作为心理生理障碍的基础,是想唤起临床工作者运用现代的科学技术手段来实现 Alexander、Mirsky 等创立的心理生理学研究方向;这方面,国际上已经先行了,我国也已经开始。第四章列出近年来关注的一些心理生理障碍,主要是说明虽然精神病学分类中不使用“心身医学”及“心身疾病”的概念;但这一领域仍在发展;这一章的内容就是证据。但限于我们的水平,“挂一漏万”在所难免。

最后,关于“burnout”一词的译法;目前较多译为“倦怠”,也有译为“耗竭”,我们以前曾译过“心身憔悴”;因为“burnout”的直译是“烧光”;而且心理、生理都有表现,所以现在均改译为“心身憔悴”。

徐 斌 徐又佳

2008 年中秋于苏州

目 录



第一章 心理生理障碍概述	1
第一节 心身医学的由来与发展	1
一、心身医学的由来	1
二、心身医学的发展	2
第二节 心身疾病名称的演变	10
一、关于经典心身疾病	10
二、心身疾病概念的扩大	10
三、精神疾病分类对心身疾病认识的发展	14
第二章 经典心身疾病的现状	16
第一节 消化性溃疡	16
一、病因的认识	16
二、治疗的进展	20
第二节 炎症性肠病	21
一、Crohn 病	22
二、溃疡性结肠炎	23
三、两者的临床与心理学所见的差别	24
第三节 甲状腺功能亢进	27
一、病因及发病机制	27
二、病人的心理特征	28
第四节 类风湿关节炎	28
一、临床表现	29
二、治疗	30
第五节 原发性高血压	33



目 录

一、心理社会因素与高血压	33
二、高血压诊断与治疗现状	35
第六节 支气管哮喘	39
一、流行病学	39
二、病因及发病机制	41
三、治疗和预防	43
四、哮喘儿童的心身问题	45
 第三章 心理生理学——现代心理生理障碍的基础	46
第一节 心理应激——健康与疾病中的心理 因素	46
一、应激源	46
二、应激的中介机制	49
三、应激反应	50
第二节 心理病理学研究中的心理生理学	51
一、焦虑障碍中的心理生理学	51
二、抑郁的心理生理学	54
第三节 心理应激测试——一种心理生理学研究方法	57
 第四章 近年来关注的心理生理障碍	60
第一节 癌症	60
一、心理社会因素与癌	62
二、心理生物学相互关系	75
三、癌的心身治疗	76
第二节 代谢性疾病	80
一、代谢综合征	80
二、糖尿病	83
第三节 疼痛性疾病	99



一、慢性疼痛	99
二、偏头痛	106
三、紧张性头痛	110
四、纤维肌痛症	112
第四节 循环、呼吸心理生理障碍	116
一、白大衣高血压	116
二、白领高血压	117
三、A 型行为类型	118
四、心理性心律失常	123
五、慢性阻塞性肺疾病	126
六、过度换气综合征	133
第五节 胃肠道心理生理障碍	136
一、胃肠功能紊乱	136
二、慢性胰腺炎	155
第六节 器官移植的心理生理问题	158
一、与器官移植有关的特殊问题	158
二、肾脏移植的心理生理问题	162
三、心脏移植术后合并精神症状	164
四、肝脏移植病人的心身问题	164
第七节 更年期心理生理障碍	167
一、女性更年期	167
二、男性更年期	171
第八节 睡眠障碍	175
一、失眠症	176
二、睡眠呼吸暂停综合征	180
三、不宁腿综合征	182
四、快眼动睡眠期行为障碍	183
第九节 创伤后应激障碍	185
一、定义与临床表现	186



目 录

二、PTSD 的心理生理学	188
三、治疗	190
第十节 心身憔悴	196
一、生理及心理反应表现	198
二、评估	198
三、有关的生理与心理社会因素	199
四、干预	201
第十一节 口腔科心身疾病	201
一、口腔科躯体化障碍	201
二、牙科恐怖和焦虑	205
三、应激与功能异常	210
第十二节 述情障碍	211
一、发生机制	212
二、失体感症与心身感丧失症	213
三、述情障碍与器质性疾病的关系	214
四、述情障碍的测定	216
五、述情障碍研究举例	218
第十三节 手术的心理生理问题	219
一、手术焦虑	219
二、手术应激	221
三、手术后心理生理障碍	222
四、麻醉下知晓	224
第十四节 网络成瘾	226
一、同义语、定义	226
二、诊断、病因及流行病学	226
三、心理社会因素与网络成瘾	228
四、健康的网络使用	229
参考文献	230

第一章



心理生理障碍概述

第一节 心身医学的由来与发展

一、心身医学的由来

中医学虽无心身医学之名,却是行心身相关之实。不论在理论或实践上“形神合一”、“情志致病”、“三因发病论”、“情志治病”、“养生保健”等概念与现代心身医学的思想是完全一致的。

现代医学中的心身观源于德国,Heinroth(1818)提出“心-身”(mind-body)概念,并描述了整体观的心-身的不可分割性。而后,Jacobi(1844)用“心身的”(psychosomatic)一词强调心理因素在发病机制中的主要地位;Tuke(1872)写了《健康和疾病中心理对躯体的影响》一书,为心身医学奠定了基础。首先使用“心身医学”(psychosomatic medicine)一词的是Felix Deutsch(1922)。1930年,von Krehl提出“没有疾病,只有病人”的箴言,他的学生 von Weizaecker 将精神分析的知识应用于内科临床并提出:“要研究活人,研究者必须把自己卷入到被研究者的生活里去”。von Bergmann 观察并证实了器质性变化前的功能紊乱可分为若干阶段,并创造了“功能病理学”(functional pathology)这一术语。他们既研究心理事件与神经症行为方式之间的关系,也指出了心理事件与内脏疾病之间的关系,这些工



第一章 心理生理障碍概述

作对德国的心身医学发展起了推动作用。另外,德国的科学家也进行早期的心理生理学研究,用催眠法观察到心理刺激与思想对躯体功能有相对特异性影响(Wittkower)。精神分析学说对早期的心身医学有较大影响。二战后,Mitscherlich 在前西德成立了第一个心身医学诊所。1954 年创刊了《心身医学与精神分析杂志》。

心身医学兴于美国。美国心身医学的发展可分为四个阶段:①心理测试应用于临床;②心理动力学概念的传入,精神分析学派在美国发展;③临床心理学进入精神卫生领域;④现代心身医学的兴起与发展。F. Dunbar 对现代心身医学的发展功不可没,1935 年她在《Emotions and Bodily Changes》一书中将某些疾病归因于特异的人格因素;1939 年又创办了《Journal of Psychosomatic Medicine》,确立了心身医学的学科独立性。1944 年她牵头成立“American Psychosomatic Society”,扩大了心身医学的研究队伍。还有 Weiss 和 English (1950) 以及 Alexander (1960) 所著的《Psychosomatic Medicine》专著也起了积极作用。从历史的观点来看现代心身医学源于心理学、生理学、社会文化及临床心理生理学 4 个方面(图 1-1)。

二、心身医学的发展

现代心身医学是多学科交叉的产物,是各学科的专家们在各自领域中的实践和研究成果汇合而成。

(一) 在学术研究方面

著名心身医学家 Hebert Weiner (1999) 在为《心身医学杂志》创刊 60 周年所写的纪念社论中对该刊 60 年来发表重要论文的评述,反映了心身医学学术研究发展的轨迹。

他将 1939~1961 年称为初创时期。这个时期的论文主要包括:①生理学家们(如 Cannon、Selye 等)的工作;他们通过动物实验研究,创立了“应急”(emergency)理论和“应激”(stress)

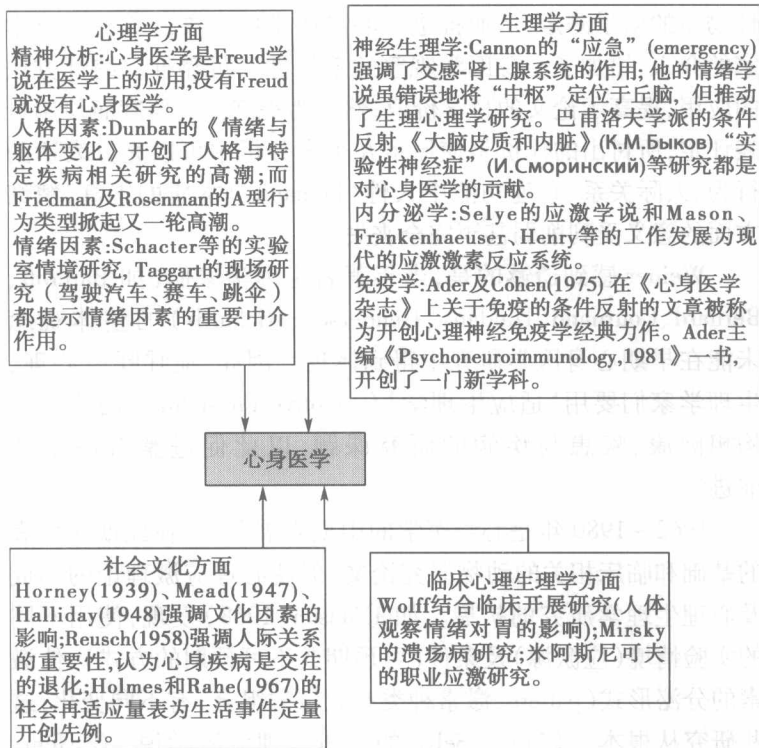


图 1-1 现代心身医学的组成

学说。②以 Alexander 为首的精神分析学家将精神分析理论应用于当时不明原因(现在看来是多因素发病)的疾患,开创了“心身疾病”的研究。③临床医生(如 Wolff)对人体进行了重要观察。这些学者在自己的工作领域中,以出色的业绩吸引、训练和培养了许多研究者。虽然,精神分析学家 Alexander 的研究方法曾多次受到批评,然而 Weiner(1999)公正地指出,尽管有些不足,但他的某些陈述还是得到证实,如 Mirsky 的实验研究对经典心身疾病的精神分析研究予以支持。④在这一阶段的后期, Benson 及 Yalow 建立了放射免疫测定技术,实现了对生物活



性物质的微量测定,从而推进了心身医学的发展。⑤行为科学家的介入,增加了心身医学观察的系统性和可靠性。统计方法的应用,提高了论文的科学价值;然而为提高论文信度而使用量表评定,所付出的代价是使原本在个案分析中可以充分表达的行为、人际关系、心理功能中人性(humanity)本质的丰富、精细方面的意义受到削弱甚至完全丧失。

Weiner 感到遗憾的是,当年著名生理学家们(如 Barcroft、Bernard、Cournand、Haldane、Henderson、Richards)的整体观念未能在早期心身医学研究中得到体现。因此,他呼吁:“心理、生理学家们要用‘适应生理学’(adaptive physiology)的概念来构想健康、疾患与疾病的研究课题,以此促进整合医学的前进”。

1962~1980 年是心身医学的中期发展阶段;在此期间发表的基础和临床相关的动物研究论文,促使心理应激理论的形成及心理生理学研究的扩展。如①Mason(1968)发现,使用不同的实验情境(应激源)及条件(可预期或不可预期的方式),使激素的分泌形式(pattern,激素种类和数量的组合)有不同变化;这些研究从根本上修正了 Selye 的经典生理应激学说。②Henry 等(1971)通过研究社会对抗在处于统治地位的雄性小鼠收缩压升高中起作用,提出了群体中社会角色的特异反应。③Harburg 等(1973)在人类高血压的研究中指出,经济、治安、家庭等社会应激源的作用;丰富了社会生态学的研究。④Ader 及 Cohen(1975)关于条件反射与免疫的论文为以后的“心理神经免疫学”奠定了基础。⑤Cobb(1976)的社会支持研究,拓宽了人际关系及社会生态学的领域。

从 1980~1999 年期间,作者们摆脱了经典心身疾病概念的影响,开始关注一些被医学忽视的独特疾病(如纤维肌痛症),扩大了心身疾病的范围。Hofer(1984)发表了连续 25 年对母婴分离的研究,从而为心理生物学的发展奠定基础。