



卫生部“十一五”规划教材

全国高等医药教材建设研究会规划教材

全国高等学校教材
供应用心理学专业及其他专业应用心理学方向用

心身医学

主编 / 姜乾金



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

全国高等医药教材建设研究会规划教材

全国高等学校教材

供应用心理学专业及其他专业应用心理学方向用

心身医学

主 编 姜乾金

副主编 朱婉儿

编 者 (以姓氏笔画为序)

朱婉儿 浙江大学医学院

姜乾金 浙江大学医学院

刘 畅 吉林大学白求恩医学院

姚 斌 西安交通大学医学院

刘 盈 中国医科大学

钱 明 天津医科大学

杨凤池 首都医科大学

唐峥华 广西医科大学

吴均林 华中科技大学同济医学院

陶 明 浙江中医药大学

何金彩 温州医学院

解亚宁 云南大学

陈树林 杭州市第七人民医院

潘 芳 山东大学医学院

林 实 福建省口腔医院

薛志敏 中南大学湘雅医学院

林大熙 福建医科大学

人 民 卫 生 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

心身医学/姜乾金主编. —北京:人民卫生出版社,
2007.7

ISBN 978-7-117-08858-9

I. 心… II. 姜… III. 心身医学—高等学校—教材
IV. R395.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第092525号

本书本印次封底贴有防伪标。请予识别。

心 身 医 学

主 编:姜乾金

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:北京人卫印刷厂

经 销:新华书店

开 本:787×1092 1/16 印张:21.5

字 数:484千字

版 次:2007年7月第1版 2007年7月第1版第1次印刷

标准书号:ISBN 978-7-117-08858-9/R·8859

定 价:30.00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)

全国高等学校应用心理学专业教材

出版说明

快节奏、高竞争的社会生活,使得我国人民群众的心理疾患、心身疾病发病率逐渐升高,培养社会所需的既懂心理学又懂医学的跨学科的应用心理学专业人才,已成为与我国飞速发展的经济文化现状相适应的社会需求。目前,全国多所医学院校及其他院校已增设了应用心理学专业。经全国高等医药教材建设研究会和全国高等学校应用心理学专业教材评审委员会审议,并经中国高等医学教育学会医学心理教育分会的两次研究讨论及与相关院校的专家沟通,全国高等学校应用心理学专业培养目标确定为:培养懂医学,精通心理学专业知识,能够运用心理学技术解决医学领域乃至更大范围心理与行为问题的心理医生。

根据目前我国医学院校应用心理学专业教育两种修业年限(四年制、五年制),专业必修课 16~20 门,课时数为 900~1000 学时,周学时为 21~28 学时的现状,确定了本套教材编写 16 门必修课,3 门选修课,共 19 种。本套教材注重“内容新颖、重点突出、资料翔实、可操作性强、突出医学院校特色”的原则,力图反映国内应用心理学教学与研究的最高水准,形成一套高水平的全国性规划教材,使之不但适用于全国医学院校心理学专业,还可用于综合院校教育心理学等专业。本套教材的主编和编者均为国内该领域著名专家学者,并有丰富的教学经验。本套教材的出版,必将为进一步规范和提高国内心理学人才的培养,促进我国心理学学科的发展做出贡献。

本套教材均为卫生部“十一五”规划教材,其中 8 种为普通高等教育“十一五”国家级规划教材。全套教材将于 2007 年秋季出版。

全国高等学校应用心理学专业教材目录

- | | |
|-----------|--------|
| ☆1. 心理学基础 | 主编 杜文东 |
| ☆2. 生理心理学 | 主编 徐 斌 |
| ☆3. 发展心理学 | 主编 崔光成 |
| 4. 社会心理学 | 主编 李建明 |
| 5. 西方心理学史 | 主编 郭本禹 |
| 6. 实验心理学 | 主编 郭秀艳 |

7. 心理统计学	主编 解亚宁
8. 心理科学研究方法	主编 陈 力
☆9. 变态心理学	主编 刘新民
☆10. 健康心理学	主编 钱 明
11. 人格心理学	主编 傅文青
☆12. 心理评估	主编 姚树桥
13. 心身医学	主编 姜乾金
☆14. 心理治疗	主编 胡佩诚
15. 咨询心理学	主编 杨凤池
16. 心理健康教育学	主编 吴均林
☆17. 医学行为学	主编 陈 力
18. 心理学实验指导	主编 霍莉钦
19. 中医心理学	主编 董湘玉

注:带☆号为普通高等教育“十一五”国家级规划教材

全国高等院校本科应用心理学专业教材

评审委员会

主任委员 陈 力

副主任委员 杜文东 胡佩诚

委 员 (以姓氏笔画为序)

刘新民 杨凤池 李建明 吴均林

姜乾金 姚树桥 钱 明 徐 斌

崔光成 董湘玉 解亚宁 潘 芳

秘 书 潘 丽 宋雪佳

前 言

本书是卫生部全国高等学校应用心理学专业规划教材。根据“三基”(基本理论,基本知识,基本技能)、“五性”(思想性,科学性,先进性,启发性,适用性)和“三特定”(特定目标,特定对象,特定限制)的总体编写要求,在“顶层设计”和“细化构建”方面,具体做了如下处理:

全书除绪论外,包括基础篇、方法篇和临床篇三大部分,共20章。基础篇:1~3章,涉及心身医学和心身疾病的最基础部分,包括心身相关性、情绪、应激的基本概念和有关重要的基本理论。方法篇:4~8章,涉及心身疾病的临床访谈、测验评估、生物学检查、干预原则和治疗技术以及护理等方面的基本方法。临床篇:9~20章,介绍各种心身疾病(或心身问题)的一般临床诊疗问题,大致按心理病因、发病机制、临床表现、临床评估和干预策略的顺序编写,以便于学生临床对照学习;最后,第20章介绍临床心身科的建设和管理,使学生对我国目前心身科的情况有大致的了解。

根据心身医学的交叉学科属性和应用学科特点,在编写时力求采用由浅入深的方法,突出系统性、科学性和可操作性,力争使无论是心理学背景或者医学背景的学生都能较顺利地阅读和理解。

本书的“顶层设计”和“细化构建”同时也反映了由主编主持的国家级精品课程——医学心理学(2006~2010)的整体教材建设思想。我们一直来将心身医学作为医学心理学精品课程建设的核心内容之一,并在这次卫生部全国高等学校应用心理学专业规划教材编写中获得体现。

本书除了作为本专业的教材,还可作为心理卫生、心理咨询、心理治疗、心理教育和心身医学工作者的参考书或培训教材。

由于应用心理学专业在我国开设的时间不长,也缺乏理想的参考教材范本,第一次编写这类教材一定会在全书的结构和章节安排上存在不尽如人意的地方,在内容方面也不免存在缺陷甚至错误,诚挚希望使用本教材的老师和同学们以及阅读本书的国内同道们提出宝贵意见。

姜乾金

中华医学会心身医学分会副主任委员

2007年4月10日

目 录

基 础 篇

绪论	1
第一节 心身医学与心身疾病	1
一、心身医学的概念与发展	1
二、心身疾病的概念与发展	2
三、心身疾病的范围及发病率	3
四、身心反应	5
第二节 心身医学的重要性	6
一、心身健康的需要	6
二、对医学的重要性	6
三、对应用心理学的重要性	6
第三节 心身医学研究方法	7
一、临床观察法	7
二、调查法	7
三、心理测验法	7
四、实验法	8
第一章 心身相关及其理论基础	9
第一节 心身相关	9
一、心、身相关的常识证据	9
二、心、身相关的科学实验证据	10
三、心、身相关的理论依据	10
第二节 皮质内脏相关	11
一、皮质内脏相关的实验研究	11
二、皮质内脏病理学	12
三、皮质内脏相关的认识论特点	12
第三节 心身相关的心理生物学机制	13
一、神经中介	13
二、神经-内分泌中介	14

三、神经-免疫中介	15
第四节 精神分析理论对心身相关的认识	16
一、精神分析理论的基本概念	16
二、精神分析理论与心身相关	17
第五节 行为学习理论对心身相关的认识	17
一、经典条件反射	18
二、操作条件反射	19
三、示范作用	22
第二章 情绪与心身医学	23
第一节 情绪是一种心身现象	23
一、概述	23
二、情绪的心理生物学理论	26
三、情绪与心身健康	28
第二节 情绪与脑、脏器、内分泌	29
一、情绪的脑机制	29
二、情绪对特定脏器的影响	31
三、负性情绪对内分泌的影响	32
第三章 应激与心身医学	34
第一节 应激研究简史	34
一、稳态与应急说	34
二、塞里的应激说	34
三、医学的倾向	35
四、心理学的倾向	35
第二节 心理应激有关因素	36
一、生活事件	36
二、认知评价	37
三、应对方式	38
四、社会支持	40
五、个性	41
六、应激反应	41
第三节 应激的系统论模型	43
一、应激因素的相关性	43
二、应激是多因素的系统	44
三、应激系统模型基本特征	45
四、应激系统模型在心身医学中的应用	47
第四节 应激与脑、内分泌、免疫	49
一、应激和脑	49

三、应激与神经-内分泌-免疫系统	52
------------------------	----

方 法 篇

第四章·心身疾病的临床访谈	57
第一节 概述	57
一、临床访谈的基本类别	57
二、临床访谈的基本形式	58
三、临床访谈的基本过程	59
四、临床访谈的基本内容	60
第二节 临床访谈的基本技巧	61
一、建立良好的信任与合作关系	62
二、倾听技术	62
三、提问和影响技巧	63
第三节 临床访谈的实施	65
一、介绍阶段	65
二、开始阶段	66
三、主体阶段	66
四、结束与终止	67
五、小结	68
第五章 心身疾病的检查方法	69
第一节·心理测试	69
一、临床心身医学相关的心理测试	69
二、主要心理测试简介	70
三、问卷使用的注意事项	74
第二节·心理生理学检测	75
一、脑电波检测	75
二、多导睡眠图	76
三、脑功能成像	77
四、直立倾斜试验	78
五、心电图 R-R 间期检测	79
六、瞳孔图	80
七、胃电图	81
八、交感神经皮肤反应	82
九、指尖容积脉波图	83
十、微神经电图	83
第六章 心身疾病的干预原则	85

第一节 心理干预原则	85
一、心理干预与心理治疗概念	85
二、理论的重要性	86
三、干预者角色	87
四、干预的决策	88
第二节 药物使用原则	90
一、精神药物与心身医学	90
二、抗焦虑药	90
三、抗抑郁药	90
第七章 心身疾病的心理治疗技术	91
第一节 行为治疗	91
一、概述	91
二、系统脱敏疗法	92
三、放松训练	94
四、自律训练	95
五、生物反馈疗法	97
第二节 认知行为疗法	99
一、概述	99
二、基本技术	102
第三节 分析治疗	104
一、精神分析疗法	104
二、交互分析	106
三、认知领悟疗法	107
第四节 暗示和催眠疗法	108
一、暗示疗法	108
二、催眠疗法	109
第五节 森田疗法	111
一、概述	111
二、基本技术	112
第六节 箱庭疗法、作业疗法	114
一、概述	114
二、基本技术	116
第七节 家庭疗法	118
一、概述	118
二、基本技术	119
第八节 气功疗法	120
一、气功的行为学分析	120
二、在心身疾病防治中的应用	122

第八章 心身疾病的护理	124
第一节 概述	124
一、心身疾病心理护理基本原则.....	124
二、心身疾病心理护理的目标.....	125
第二节 心身疾病心理护理的方法	126
一、心理护理的程序.....	126
二、心理护理的方法与技巧.....	129
第三节 特殊心理问题的心理护理	130
一、焦虑.....	130
二、抑郁.....	131
三、孤独感.....	131
四、自我概念紊乱.....	132
五、疼痛.....	132

临 床 篇

第九章 循环系统的心身疾病	135
第一节 冠心病	135
一、心理社会病因.....	135
二、心理生物学机制.....	137
三、身心反应特点.....	137
四、临床干预策略.....	139
第二节 原发性高血压	139
一、心理社会病因.....	140
二、心理生物学机制.....	141
三、身心反应特点.....	141
四、临床干预策略.....	141
第三节 脑血管病	142
一、心理社会病因.....	142
二、心理生物学机制.....	143
三、身心反应特点.....	143
四、临床干预策略.....	145
第四节 其他心身疾病	146
一、心脏神经症.....	146
二、功能性心律失常.....	147
第十章 消化系统的心身疾病	150
第一节 消化性溃疡	150

一、心理社会病因	150
二、身心反应特点	151
三、临床干预策略	152
第二节 其他消化系统疾病	153
一、胃食管反流病	153
二、功能性消化不良	154
三、肠易激综合征	156
四、胆道功能障碍	158
五、慢性胰腺炎	158
六、神经性嗝气	159
第三节 神经性厌食症	159
一、心理社会病因	160
二、身心反应特点	161
三、临床干预策略	161
第十一章 呼吸系统的心身疾病	163
第一节 过敏性哮喘	163
一、心理社会病因	164
二、身心反应特点	165
三、临床干预策略	166
第二节 过度换气综合征	168
一、心理社会病因	168
二、身心反应特点	168
三、临床心理干预	169
第十二章 内分泌、代谢系统的心身疾病	170
第一节 糖尿病	170
一、心理社会病因	171
二、身心反应特点	172
三、临床干预策略	173
第二节 单纯性肥胖	176
一、心理社会病因	176
二、身心反应特点	177
三、临床干预策略	179
第三节 内分泌、代谢系统其他心身疾病	183
一、情感阻断性小人症	183
二、心因性多饮症	184
第十三章 神经、肌肉系统的心身疾病	186
第一节 头痛	186

一、紧张型头痛	186
二、偏头痛	188
三、心因性头痛	189
第二节 肌张力紊乱	190
一、痉挛性斜颈	190
二、书写痉挛	191
三、睑痉挛	192
四、其他	193
第三节 自主神经功能紊乱	194
一、病因和发病机制	194
二、临床表现	194
三、诊断与鉴别诊断	195
四、治疗	195
第十四章 有关医学专科的心身问题	197
第一节 妇产科心身疾病	197
一、心理社会病因	197
二、痛经	198
三、闭经	198
四、经前期紧张综合征	199
五、功能失调性子宫出血	199
六、妊娠、分娩、难产的心身问题	200
七、计划生育中的心理问题	201
第二节 耳鼻喉眼口腔科心身疾病	202
一、耳鼻喉眼口腔科躯体化障碍	202
二、牙科恐怖和焦虑	207
三、应激与功能异常	211
四、唇腭裂心身反应	214
第三节 外科心身问题	215
一、心理社会病因	215
二、心身反应特点	217
三、手术心理干预策略	218
第四节 康复科心身问题	221
一、康复医学与康复心理学	221
二、心理社会因素与残疾	222
三、心理干预策略	223
第十五章 肿瘤心身问题	227
第一节 肿瘤的心理社会病因	227

一、与肿瘤发生发展有关的心理社会因素	227
二、肿瘤心理社会病因的两种假说	228
第二节 肿瘤患者的心身反应	229
一、一般性应激反应	229
二、不同疾病阶段的心理问题	230
第三节 临床干预策略	233
一、临床心理干预	233
二、药物治疗	236
第十六章 慢性疼痛	237
第一节 概述	237
一、疼痛的概念	237
二、慢性疼痛的疾病概念	238
第二节 慢性疼痛的心身机制	239
一、慢性疼痛的病理生理机制	239
二、影响疼痛的心理社会因素	240
第三节 慢性疼痛的临床特征	242
一、急、慢性疼痛的心身反应特点	242
二、与心理障碍相关的疼痛	242
第四节 临床干预策略	243
一、慢性疼痛的评估	243
二、心理干预原则、目标与措施	245
三、心理干预基本方法	247
第十七章 失眠	250
第一节 概述	250
一、睡眠生理	250
二、失眠的概念	251
第二节 心理社会病因	252
一、心理因素	252
二、生物和环境因素	253
第三节 心身反应特点	254
一、失眠的心身反应	254
二、常见的失眠类型与心理反应	255
第四节 临床干预策略	256
一、失眠的诊断	256
二、失眠的治疗	257
第十八章 心身科常见的其他心理问题	264
第一节 抑郁障碍	264

一、心理社会病因	264
二、心身反应特点	266
三、临床干预策略	267
第二节 焦虑障碍	270
一、心理社会病因	271
二、心身反应特点	272
三、临床干预策略	273
第三节 躯体化障碍	276
一、概述	276
二、躯体化障碍的理论剖析	277
三、临床干预策略	280
第十九章 不同年龄心身医学问题	282
第一节 儿童期的心身疾病	282
一、儿童期心身特点	282
二、常见心身疾病	282
第二节 青年期的心身疾病	284
一、概述	284
二、常见心身疾病	286
第三节 中年、更年期的心身疾病	289
一、中年、更年期的心身特征	289
二、常见心身疾病	290
第四节 老年期的心身疾病	296
一、概述	296
二、老年期常见心身疾病	299
三、临床诊疗注意事项	300
第二十章 临床心身科的建设与管理	302
第一节 心身医学职业化现状与趋势	302
一、国外心身医学职业化情况	302
二、我国心身医学职业化趋势	303
第二节 临床心身科的设置	304
一、心身科门诊的设置	304
二、心身病房的布局和条件配置	305
第三节 心身病房的管理	308
一、心身病房的行政管理	308
二、心身病房的专业技术管理	311

参考文献.....	314
汉英词汇对照索引.....	315
英汉词汇对照索引.....	320