

中国心理卫生协会
上海市心理卫生学会
上海市精神卫生中心
名医会诊疾病系列丛书

推荐优秀科普读物

名医会诊 抑郁症

上海文化出版社

顾问 严和骏 涂韬园 涂声汉
名誉主编 王祖承 肖泽萍 陈圣祺
主编 李广智

名医会诊疾病系列丛书

名医会诊 抑郁症

主编 李广智
名誉主编 顾问
严和骏 涂韬园 涂声汉
王祖承 肖泽萍 陈圣祺



上海文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

名医会诊抑郁症/李广智主编. - 上海:上海文化出版社,2006

(名医会诊疾病系列丛书)

ISBN 7-80646-986-9

I. 名… II. 李… III. 抑郁症-防治 IV. R749.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 028264 号

责任编辑 赵志勤

装帧设计 叶 璐

书 名 名医会诊抑郁症

出版发行 上海文化出版社

地 址 上海市绍兴路 74 号

电子信箱 cslcm@public1.sta.net.cn

网 址 www.shwenyi.com

邮政编码 200020

经 销 新华书店

印 刷 苏州文艺印刷厂

开 本 890 × 1240 1/32

印 张 8.5

字 数 202,000

版 次 2006 年 7 月第 1 版 2006 年 7 月第 1 次印刷

印 数 1—5050 册

国际书号 ISBN 7-80646-986-9/R·57

定 价 15.00 元

告读者 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

T: 0512-66063782

编写人员

顾 问 严和骏 涂韬园 涂声汉

名誉主编 王祖承 肖泽萍 陈圣祺

主 编 李广智

副 主 编 (按姓氏汉语拼音为序)

杜亚松 方贻儒 季建林 江开达

陆 峥 施慎逊 肖世富

秘 书 陈 俊 江洪波

编写人员 (按姓氏汉语拼音为序)

陈 静 陈 俊 陈圣祺 杜亚松

方贻儒 季建林 江洪波 江开达

李冠军 李广智 李 妍 李 霞

林 翔 刘 娜 刘文娟 陆 峥

施慎逊 汤月芬 王祖承 吴志国

肖世富 肖泽萍 涂声汉 涂韬园

严和骏

顾 问

- 严和骏 卫生部疾病控制中心顾问、上海市心理卫生学会名誉主任委员
涂韬园 上海市精神卫生中心及心理咨询中心教授
涂声汉 上海市精神卫生中心及心理咨询中心教授

名誉主编

- 王祖承 中国心理卫生协会副理事长、上海市心理卫生学会名誉主任委员
肖泽萍 上海市心理卫生学会主任委员
中国心理卫生协会心理咨询与心理治疗专业委员会副主任委员
陈圣祺 上海市心理学会心理咨询、心理治疗专业委员会副主任委员

主 编

- 李广智 《家庭用药》副主编、中国医药科技出版社《当代名医访谈》丛书主编

副主编

- 杜亚松 上海市精神卫生中心儿童行为研究室主任、教授
方贻儒 上海交通大学医学院精神医学教研室主任、教授
季建林 复旦大学医学院精神卫生系主任、教授
江开达 中国神经科学学会精神神经专业委员会主任委员、教授
施慎逊 复旦大学附属华山医院精神科主任，教授
肖世富 上海市精神卫生中心老年精神科主任、老年期痴呆诊疗中心主任

秘 书

- 陈俊 上海交通大学医学院硕-博连读研究生
江洪波 中科院上海生命科学信息中心《重大疾病数据库》博士

(详见第238页“作者简介”)

总 序

人类健康正面临多重挑战,第一次卫生革命尚未结束,第二次、第三次卫生革命提前到来。

三次鼠疫 引发第一次卫生革命

在人类种族繁衍和社会发展史上,曾经受到过鼠疫、霍乱、天花等强烈性传染病的困扰。人类曾经一筹莫展,坐以待毙。其中让人类饱受死亡恐惧的“黑死病”的鼠疫,在《圣经·旧约》中就有记载,说腓尼斯人在征服以色列人后,却被鼠疫所灭。据史料记载,全世界有过三次鼠疫大流行:首次大流行发生在公元542年,持续了五六十年时间。这次瘟疫起源于中东,经埃及南部塞得港沿陆海商路传至北非、欧洲,几乎殃及周边所有国家,约1亿人丧生。第二次是1346年开始,仅在两年内就传遍了整个欧洲。在随后的300多年间,鼠疫在欧洲多次爆发,遍及欧亚大陆和非洲北海岸,导致2500多万人丧生。卜丘伽的《十日谈》写于1349~1351年间,时间背景正是欧洲鼠疫流行期间:“繁华的佛罗伦萨丧钟乱鸣,尸体纵横,十室九空,人心惶惶,到处呈现着触目惊心的恐怖景象,世界末日仿佛已经来临……”。第三次鼠疫大流行爆发于19世纪末的1894年,到20世纪二三十年代达到最高峰,这次鼠疫波及亚洲、欧洲和非洲的六十多个国家,有1500万人被夺去生命。

面对鼠疫等烈性传染病的肆虐,人类掀起了第一次卫生革命浪潮。一些国家和地区纷纷制定国家卫生措施和环境卫生工程措施,研究有效

的疫苗和生物制品,推行广泛的免疫接种计划,以及消毒、杀虫及灭鼠计划,取得了显著的成效。从19世纪末到20世纪50年代,仅仅半个世纪,人类就在地球上消灭和彻底控制了天花、麻风、鼠疫、霍乱等烈性传染病。

随着长期笼罩欧洲的一个传染病圈的消失,人类第一次卫生革命首先在发达国家取得辉煌战果,继而把胜利成果推向广大的第三世界。

第一次卫生革命并没有结束。迄今,鼠疫在北美、欧洲等卫生设施先进的地区已经绝迹;但在亚洲、非洲的一些地区,人鼠共患疾病还时有出现。自20世纪70年代以来,旧传染病死灰复燃,新传染病不断涌现。据新华社北京2006年4月4日电:中国目前已有至少十余种新发传染病出现并造成流行,同时还存在其他新发传染病传入的可能。中国目前部分传染病发病率仍居高不下,如病毒性肝炎、流行性出血热、细菌性痢疾等;部分曾被控制疾病出现流行扩散趋势,如肺结核、性病、血吸虫病,但一些新发传染病也已在我国出现并造成流行,例如艾滋病、SARS、禽流感。我国还存在其他新发传染病传入的可能,包括埃博拉、西尼罗、尼帕等,因此对于新发传染病的防控必须加强。

“改变不良行为,提倡科学生活方式”——第二次卫生革命

第二次卫生革命始于20世纪中叶,主要是预防控制由慢性非传染性疾病、中毒、意外创伤和精神障碍对人类健康的危害。2005年11月17日下午“公共卫生分论坛”在北京饭店隆重开幕。来自世界19个国家和地区的公共卫生专家学者、卫生部门决策者出席了会议。中国各大医学院校公共卫生学院院长、疾病控制科研单位的100多位代表也参加了大会。世界卫生组织(WHO)慢病司司长罗伯特比格赫教授在“全球慢性非传染性疾病的现状”报告中介绍世界范围内的慢性疾病情况:全球约有3500万人死于包括心脏病、中风、糖尿病、癌症、呼吸性疾病在内的慢性疾病。

前卫生部副部长殷大奎教授在会上指出“中国慢性病发展的趋势和危害,首先表现在慢性疾病相关因素持续上升,增幅加快,发病年龄提前,农村增长幅度大于城市;其中脑血管疾病、心脏疾病和肿瘤最为明显。”慢性疾病对中国的致病和伤害率达到了38%,其他如心脑血管病、恶性肿瘤、糖尿病、慢性阻塞性肺疾病和骨关节疾病等严重威胁人民健康。

针对以上情况,WHO提出的合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡的健康四大基石,对科学、文明、健康的生活方式进行了高度概括。美国经过30年的努力,使心血管疾病的死亡率下降50%,其主要是通过改善行为与生活方式而取得的。风起云涌的第二次卫生革命,使慢性非传染性疾病在发达国家和一些发展中国家得到了有效控制,取得了举世瞩目的可喜成绩。

“人人享有卫生保健”——第三次卫生革命

随着人类社会的不断进步,人们的健康意识也越来越强,保健需求越来越高,尤其是第二次卫生革命的成功,大大增强了人们的自我保健意识。1998年5月,在日内瓦召开的第51届世界卫生大会上,审议通过了WHO提出的“21世纪人人享有卫生保健”的全球卫生战略,从而拉开了以“提高生活质量、促进人类健康长寿、实现人人享有卫生保健”为目标的第三次卫生革命的帷幕。

如果说第一次卫生革命的主要武器是疫苗和抗生素的话,那么第二次、第三次卫生革命的主要法宝是健康教育、健康促进和自我保健。

目前威胁人类健康的三大疾病有:生活方式病、心理障碍性疾病、性传播疾病。

生活方式病 即由不良的饮食习惯、体力活动过少、吸烟酗酒、情绪紧张等不健康的生活方式引起的疾病,如肥胖病、心脑血管病、癌症、糖尿

病、高血压等。在 2005 年 11 月 17 日“公共卫生分论坛”上,殷大奎教授指出,影响我国国民生活质量地主要疾病中,糖尿病列居首位;而青少年肥胖导致的糖尿病发病率正在明显上升。另一项调查结果显示,在我国,与贫困相关的食道癌、宫颈癌等疾病正在呈下降趋势,而与生活方式相关的肺癌、乳腺癌、大肠癌等疾病正在呈现上升趋势。

心理障碍性疾病 据 WHO 统计,目前全世界有心理疾病的患者达 15 亿,其中焦虑症 4 亿,抑郁症 3.4 亿,人格障碍 2.4 亿,得到治疗和控制的仅占 1%。我国目前每年自杀人数已达 28.7 万,精神病患者已达 1 600 万人。

2004 年 4 月 10 日由我国卫生部、民政部、公安部、中国残疾人联合会联合签发的《中国精神卫生工作规划(2002~2010 年)》指出,神经精神疾病在我国疾病总负担中排名首位,其增长的趋势还将继续。根据 WHO 推算,中国神经精神疾病负担到 2020 年将上升至疾病总负担的四分之一。精神卫生问题作为重要的公共卫生问题和较为突出的社会问题已经成为我国和国际社会的共识。

性传播疾病 我国目前性病流行速度明显加快,流行区域也在不断扩大,淋病、梅毒、艾滋病呈现急剧上升趋势。我国公众对艾滋病的了解依然很不足,很多人依然不知道如何保护自己免受艾滋病侵害。2006 年 3 月 1 日实施的我国第一部防艾滋病法规《艾滋病防治条例》第十九条指出,广播、电视、报刊、互联网等新闻媒体应当开展艾滋病防治的公益宣传。

鉴于以上情况,上海文化出版社计划在“十一五”期间(2006~2010 年)组织京、津、沪等地区全国著名的医药学专家联合编写《名医会诊疾病》系列丛书。该丛书从现代疾病的常识、症状、病因、诊断和鉴别诊断、治疗等方面切入,采用病人问、专家答的方式,将疾病防治知识、健康的理

念传播给读者。第一批出版的分册有《名医会诊抑郁症》、《名医会诊焦虑症》、《名医会诊高血压》、《名医会诊冠心病》、《名医会诊艾滋病》、《名医会诊乙型肝炎》等等。

许多病人常常抱怨：挂一个大专家的号，加上排队等候，常常要耗费四五个小时，好不容易排到位，但由于看专家门诊的人实在太多，就诊时间常常只有三四分钟。他们多么想“多听指导少排队”。现在《名医会诊疾病》系列丛书让您的想法如愿以偿。一书在手，各路专家与您常相伴，您百问，他百答，时时刻刻为您生命保驾，为您健康护航！

《名医会诊疾病》系列丛书主编

李智



序

“我真傻,真的,我单知道下雪的时候野兽在山坳里没有食物吃,会到村里来;我不知道春天也会有狼。我一清早起来开了门……阿毛给狼吃了。我真傻,真的,我单知道……。”这是鲁迅小说《祝福》中讲述的在他家乡的一件悲惨事件,主人公祥林嫂唯一的儿子——阿毛的意外死亡,导致她情绪始终在低谷中徘徊,难以自拔,最终在除夕即将来临之际,踏上了不归之路。1954年诺贝尔文学奖获得者、小说《老人与海》的作者,美国著名作家海明威,因难以承受躯体和精神的重重压力,饮弹身亡……诸如此类的悲剧,枚不胜数,比比皆是。尽管他们(她们)寻求死亡的理由各异,其死亡的方式也不同,但有一点是共同的,那就是生前在精神上和肉体上都备受折磨,在精神与肉体的炼狱中苦苦挣扎却又难以自拔,痛不欲生。死亡,对他们来讲是一种解脱。这种行为方式实在让人困惑不解。

人类面对心理方面的疾病,一直存在着许多难解之谜。随着医学科技的发展,尤其是近十五年来医学上对脑的研究的深入进行,人们对许多心理疾病的认识也逐渐明朗化,尤其是对抑郁症的研究,已有了长足的进步,无论是在社会的、心理的,还是生物学的领域中,都取得了非常大的成绩。因此,在抑郁症的流行病学、症状学、诊断学、治疗学以及康复医学方面都有许多资料可供阅览。

另一方面,随着人们文化水平的提高,对抑郁症的本质也逐渐有所认识。而抑郁症也不再是一种神秘的、罕见的疾病,而是一种大众化的、平

民的疾病了。因此,不论在青少年、壮年或老年时期,不论是男性还是女性,不论是在东方或西方,抑郁症已成为一种全球的普遍性疾病了。

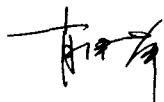
抑郁症给社会、给人类造成的危害日渐严重,抑郁症在医学中所占的地位也日趋重要;因此我们要不断了解、不断认识抑郁症的全部也在增加着,既要有专业的书籍介绍这类疾病,也要有科学普及的书籍能深入浅出地介绍、说明这类疾病。中国心理卫生协会自2006年起在全国开展心理卫生宣讲活动,需要有专家和群众相结合的、老少咸宜的教材供群众阅读。为此提出了推荐教材的编写,并组成编写委员会,安排有关专家参与编写。于是,这本《名医会诊抑郁症》就在众望所归的基础上出版了。

本书从基础到临床、从症状到治疗,基本能包括全弧了。为了能使阅读者较易择要阅读,采取问答式是较为妥当的。而撰写本书的作者,均系在临床上有相当丰富的经验、在理论上有很深造诣的医师,他们已成为上海乃至国内新一代的有名望的专家。而本书主编李广智先生,则是国内著名科普杂志《家庭用药》的副总编,从事着精神卫生工作。他精力充沛,才思敏捷,在科普创作上全力以赴,既有丰富的理论和临床知识,也有丰富的著书和编辑经验。因此出版这本专著,我们认为是合适的。如果读者在阅读这本书以后有所收获的话,那就是对我们所作出努力的最大安慰。

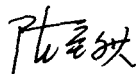
上海市精神卫生临床质量控制中心主任



上海交大医学院附属上海市精神卫生中心院长



上海市杨浦区精神卫生中心院长



序 1

前言 1

[常识篇]

- 3 什么是抑郁?
- 4 抑郁症是“精神病”吗?
- 5 抑郁症会发展为“精神分裂症”吗?
- 6 抑郁症病人知多少?
- 7 抑郁症的易感人群是哪些人?
- 8 什么年龄好发抑郁症?
- 9 什么地区好发抑郁症?
- 10 抑郁症的发生率为什么国内低于国外?
- 10 国内外抑郁症的治疗费用知多少?
- 11 为什么说抑郁症是自杀倾向最为明显的疾病?

特殊人群 (老年、妇女、儿童)

- 12 什么是老年抑郁症?
- 13 为什么说老年抑郁症是老年人的常见病?
- 14 哪些老年人容易患抑郁症?
- 15 女性在抑郁症人群中的比例和年龄如何?
- 15 哪些人容易患产后抑郁?
- 16 什么叫更年期综合征?
- 17 哪些女性容易患更年期综合征? 它与抑郁症的关系如何?
- 18 儿童也有抑郁症吗?

- 18 儿童抑郁症的患病率是多少？
- 19 儿童抑郁症在年龄和性别上有差别吗？

难治性抑郁

- 20 什么是难治性抑郁症？
- 21 我国有多少难治性抑郁症患者？

[症状篇]

- 22 您为何如此忧郁？
- 23 您知道抑郁症的情绪症状吗？
- 24 您知道抑郁状态吗？
- 25 您知道抑郁症“三低”症状吗？
- 26 您知道抑郁症的生物学症状吗？
- 27 您知道抑郁症的非典型症状吗？
- 27 您知道抑郁症常伴发的精神症状吗？
- 28 抑郁症常伴发哪些精神病性症状？
- 29 您知道抑郁症的代偿症状吗？
- 30 您知道双相情感障碍吗？
- 31 为什么消化道疾病常伴有抑郁症状？
- 32 您知道“微笑型抑郁”吗？
- 32 您知道悲伤反应和病理性忧郁症吗？

特殊人群（老年、妇女、儿童）

- 33 老年抑郁症的表现有哪些特点？
- 35 女性抑郁症有哪些表现？

- 35 产后抑郁有哪些表现?
- 36 更年期综合征有哪些临床表现?
- 37 经前期综合征有哪些表现?
- 38 妊娠期的不良情绪有哪些表现?
- 39 儿童抑郁症的基本特征是什么?
- 40 不同年龄阶段儿童抑郁症的特点是什么?
- 41 儿童抑郁症存在哪些共病?

难治性抑郁

- 42 难治性抑郁症可以分为哪些等级?
- 43 难治性抑郁症患者的躯体症状更多吗?
- 44 难治性抑郁症患者是否具有更特殊的一些性格特征?
- 45 难治性抑郁症是否存在更突出的认知功能损害?

[病因篇]

躯体障碍与抑郁

- 46 躯体疾病患者是否更易罹患抑郁症?
- 46 躯体疾病患者为什么易患抑郁症?
- 48 肿瘤与抑郁有什么样的关系?
- 49 肿瘤患者常见的情绪反应有哪些?
- 50 如何处理肿瘤患者的抑郁情绪?
- 51 心血管疾病与抑郁有什么关系?
- 52 心血管药物与抑郁有什么关系?
- 53 甲状腺功能异常与抑郁有什么关系?

- 54 糖尿病与抑郁有什么关系？
- 55 中风和抑郁有什么关系？
- 56 帕金森病与抑郁有什么关系？
- 57 慢性疼痛与抑郁有什么关系？
- 58 风湿性关节炎与抑郁有什么关系？
- 59 艾滋病与抑郁有什么样的关系？

特殊人群（老年、妇女、儿童）

- 60 老年抑郁症的病因是什么？
- 61 老年人哪些躯体疾病容易引起抑郁症？
- 62 老年抑郁症对躯体疾病会有什么影响？
- 63 女性为何容易患抑郁症？
- 64 为什么会发生产后抑郁？
- 65 痛经也会使女性出现情绪异常吗？
- 66 妊娠期抑郁有哪些相关危险因素？
- 67 慢性盆腔疼痛与抑郁症有什么关系？
- 68 阴道脱垂与抑郁症有什么关系？
- 68 尿失禁与女性抑郁症有什么关系？
- 69 子宫切除术后容易患抑郁症吗？
- 70 经血过多的女性会产生抑郁情绪吗？
- 70 如何看待口服避孕药与绝育术后出现的情绪问题？
- 71 如何识别女性不育症的心理问题？
- 72 如何识别女性进食障碍与抑郁？
- 74 如何识别女性性功能障碍与抑郁？
- 75 妊娠期为何会出现焦虑、抑郁情绪？

75 如何理解儿童抑郁症的“习得性无助感”？

难治性抑郁

76 哪些因素是造成“难治性抑郁症”的关键所在？

77 难治性抑郁症是医生诊断错误造成的吗？

78 是否因为发病以后未能及时治疗才导致难治性抑郁症？

79 哪些抑郁症患者可能成为难治性患者？

79 是否发病年龄越早，越易发展成为难治性抑郁症？

80 单相抑郁症/双相情感障碍，哪类出现难治性抑郁症的可能性更大？

81 难治性抑郁症的功能影像学研究有哪些特征？

82 难治性抑郁症的遗传学研究有哪些特征？

82 难治性抑郁症的神经电生理研究有哪些特征？

83 难治性抑郁症的神经生化研究有哪些特征？

[诊断与鉴别诊断篇]

85 抑郁症有哪些诊断标准？

86 抑郁症的诊断标准是什么？

88 怎样使用抑郁自评量表(SDS)自测抑郁症？

90 怎样使用汉密尔顿抑郁量表评价病情轻重和疗效？

92 怎样使用流调用抑郁自评量表？

94 怎样应用汉密尔顿焦虑量表测评焦虑？

96 抑郁症如何与继发性抑郁相鉴别？

97 抑郁症如何与精神分裂症相鉴别？

98 抑郁症如何与创伤后应激障碍相鉴别？

99 抑郁症如何与正常人抑郁情绪相鉴别？