

吃治百病系列丛书(第三辑)

谭同来 总主编



张宏耕 主 编

精神疾病

——患者及家属最想知道什么

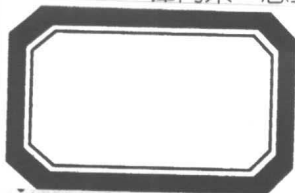


山西科学技术出版社



吃治百病系列丛书第

谭同来 总主编



精神疾病

——患者及家属最想知道什么

主编 张宏耕

编委 谌益华 刘 磊 王超英

李德炎 王国强 杨世昌



山西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

精神疾病——患者最想知道什么/谭同来总主编.
—太原:山西科学技术出版社,2005.2
(吃治百病系列丛书 第3辑)
ISBN 7-5377-2415-6

I.精... II.谭... III.①精神疾病—食物疗法
②神经系统疾病—中西医结合疗法③精神病—中西
医结合疗法 IV.①R247.1②R740.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 121146 号

精神疾病——患者及家庭最想知道什么

作 者:张宏耕编
出版发行:山西科学技术出版社
社 址:太原市建设南路 15 号
编辑部电话:0351-4922073
发行部电话:0351-4922121
网 址:<http://www.zzh359@sohu.com>
印 刷:太原彩亿印业有限公司
开 本:787×960
字 数:161 千字
印 张:8.25
版 次:2005 年 2 月第一版
印 次:2005 年 2 月第一次印刷
印 数:1-3000 册
书 号:ISBN 7-5377-2415-6/R·902
定 价:14.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与发行部联系调换。

前言



健康是人们永恒的追求。

自古以来，食以养命，药以治病。三分治，七分养。“先以食疗……后乃用药尔”（孙思邈语）。药食同源，药食一家，对于疾病而言，饮食调理和药物治疗有着同等重要的地位。药食通过口吃入胃消化吸收之后，其营养成分和药理成分通过血液循环到达全身各组织器官，发挥其应有的作用。本丛书突出“吃治”重点，无论服中药、服西药、吃中西成药，还是食药膳、喝药粥、饮药酒、品药茶、尝药糕，甚至平常谷蔬果菜、盐油酱醋、飞禽走兽、鱼虾贝介等等，凡从口入，并且对疾病的调养和康复大有裨益者，均属本丛书的范畴。当然，药食治病必有法度，亦必有禁忌；强调经口入胃的治疗方法，并不排除各种治疗途径。

本丛书主要面向广大患者及其家属，以科普的形式介绍了临床常见病及多发病的基本知识、中西药物和食物治疗方法。各分册均以章为纲，章下设题论述。力求通俗化、普及化、实用化，使读者“一读就

懂，懂了会用，用了有效，安全可靠”。我们希望每一个人都能“吃出健康来”。

本丛书第一辑 20 本和第二辑 20 本出版后，得到了山西省新闻出版局的领导、山西科学技术出版社的编辑和国内部分中医、中西医结合专家的充分肯定，并荣获 2004 年湖南省科普图书奖一等奖。许多读者与作者进行沟通或咨询病情，他们鼓励我们继续做好第三辑的编纂工作，以便更好的宣传和普及医学科普知识，提高人们的生活和健康水平。为此，我们在第一辑、第二辑编纂作者的基础上，调整编委会，由谭同来同志担任总主编，负责第三辑 10 本书的编纂组织工作。在短短的一年时间内，他们顺利地完成了全部编纂任务。

本丛书(第三辑)在编纂过程中得到了湖南中医学院、湖南省高等中医药专科学校、湖南省株洲市药检所、湖南省株洲市中医院等单位的大力支持，在山西科学技术出版社赵志春编审的策划下，集中一批中青年学者、医生的集体智慧，共聚其成。在此，谨对以上单位和个人表示衷心谢意！

湖南中医学院教授、博士生导师 何清湖 于长沙

《吃治百病》系列丛书第三辑编委会

主任委员:何清湖

副主任委员:欧阳文勇 袁改进

总策划:赵志春

总主编:谭同来

副总编:姚 旭 李 玄 夏晓凯

编 委:(以姓氏笔画为序)

邓小琴	李 玄	李 波	李用真	伍正良
刘庆林	刘海根	朱丽慧	吴红玲	陈卫平
陈美仁	陈 楠	肖 凡	岳慧平	张咏梅
张登科	姚 旭	郭 翔	胡 波	夏晓凯
聂绍通	管 弦	谭同来	魏高文	

秘 书:刘文琴

目 录

第1章 诊病须知

1. 什么是精神健康?(2)
2. 什么是健康? 什么是亚健康(或称为第三状态)?(3)
3. 心理障碍和精神病是一回事吗?(3)
4. 什么是“功能”性精神疾病?(4)
5. 精神疾病与神经疾病的区别在哪里?(5)
6. 常见精神疾病的分类有哪些?(6)
7. 精神疾病的主要危害在哪里?(8)
8. 精神疾病是遗传病吗?(9)
9. 引起精神疾病的主要原因是什么?(10)
10. 早期精神疾病有哪些表现?(11)
11. 什么是精神分裂症的阴性和阳性症状?(12)
12. 精神疾病都导致智力损害吗?(13)
13. 如何获取精神症状?(14)
14. 怎样区分错觉与幻觉?(15)
15. 什么是妄想?(16)
16. 精神疾病的情感障碍有哪些?(18)
17. 什么是意志增强? 什么是意志减退和缺乏?(19)
18. 精神疾病的行为障碍有哪些?(20)
19. 什么是意识障碍?(21)
20. 精神分裂症是什么“分裂”了?(22)

21. 精神分裂症的常见分型有哪些? (22)
22. 诊断精神分裂症的标准有哪些? (23)
23. 何谓偏执性精神障碍? (24)
24. 精神病怎样才算治好? (25)
25. 自知力的临床意义是什么? (25)
26. 心境障碍有哪些特点? (26)
27. 抑郁症的基本症状? (27)
28. 躁狂症的基本症状? (27)
29. 精神障碍患者为什么长期在内科就诊? (28)
30. 什么是应激相关障碍? (29)
31. “走火入魔”是怎么回事? (31)
32. 神经症是怎样一类疾病? (31)
33. 什么是焦虑症? (32)
34. 强迫症最常见哪些症状? (33)
35. 何谓恐怖症? (34)
36. 什么是癔症? (35)
37. 怎样认识心身疾病? (36)
38. 器质性精神病有何特点? (37)
39. 癫痫性精神障碍有何特点? (39)
40. 如何识别“假批判”力? (41)
41. 治疗精神分裂症, 能不能“去根”? (42)
42. 什么是老年性和早老性痴呆? (42)
43. 何谓血管性痴呆? (44)
44. 老年人何为易患抑郁症? (45)

目 录



- 45. 儿童精神障碍有何特点?(46)
- 46. 什么是精神发育迟滞?(48)
- 47. 儿童多动症的哪些表现?(49)
- 48. 人格障碍是精神病吗?(51)
- 49. 解析睡眠的机制?(52)
- 50. 睡眠障碍有哪些形式?(53)
- 51. 引起睡眠障碍有哪些原因?(54)
- 52. 梦是怎么回事?(54)
- 53. 物质依赖的表现和危害有哪些?(55)

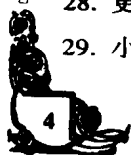
第2章 吃治原则

- 1. 西药吃治精神分裂症的原则是什么?(58)
- 2. 西药吃治抑郁障碍的原则是什么?(59)
- 3. 西药吃治双相障碍的原则是什么?(60)

第3章 中药处方

- 1. 中医治疗精神疾病有哪些特点?(62)
- 2. 精神病人能吃补药吗?(62)
- 3. 喝“神水”能治好精神病吗?(63)
- 4. 精神分裂症有哪些辨证施治?(64)
- 5. 抑郁症的辨证治疗有哪些?(66)
- 6. 躁狂症中医辨证施治有哪些?(68)

7. 老年痴呆怎样辨证论治? (69)
8. 神经衰弱怎样辨证施治? (70)
9. 焦虑症的辨证施治有哪些? (71)
10. 癔症的辨证施治有哪些? (73)
11. 少儿多动症如何辨证施治? (74)
12. 癫痫病怎样辨证论治? (76)
13. 分裂症病人可选用哪些中成药治疗? (77)
14. 抑郁症可以选用哪些中成药治疗? (79)
15. 神经衰弱可选用哪些中成药? (80)
16. 癫痫病可选用哪些中成药? (81)
17. 头痛可选用哪些中成药? (82)
18. 老年痴呆、脑血管病常选用的中成药有哪些? (83)
19. 治疗分裂症有哪些效果好的单验方? (85)
20. 治疗抑郁症的单验方有哪些? (86)
21. 治疗躁狂症的单验方有哪些? (87)
22. 老年痴呆有哪些单验方? (88)
23. 神经衰弱可服用哪些单验方? (90)
24. 头痛可选用哪些单验方? (92)
25. 失眠可选用哪些单方验方? (92)
26. 焦虑症可服用哪些单验方? (93)
27. 癔病可服用哪些单验方? (94)
28. 更年期可服用的单验方有哪些? (94)
29. 小儿多动症有哪些单验方? (95)



目 录

- 30. 益智、增强记忆的中草药有哪些?(96)
- 31. 效果较好的益智复方有哪些?(97)
- 32. 抗抑郁的中草药有哪些?(99)
- 33. 闭经用哪些中药调节?(100)
- 34. 便秘用哪些中药调节?(101)
- 35. 经常饮酒者如何服中药调理?(102)

第4章 西药处方

- 1. 治疗精神分裂症的常用药物有哪些?(106)
- 2. 经典抗精神病药物与新型的(非典型)抗精神病药各有何特点?(108)
- 3. 治疗精神病哪种药物最好?(109)
- 4. 什么样的病人需要长时间服药治疗?(109)
- 5. 慢性精神分裂症病人如何选用药物治疗? ... (110)
- 6. 抗精神病药物最常见的副作用有哪些? 如何识别和处理?(111)
- 7. 抗精神病药物最严重的副作用有哪些? 如何识别和处理?(113)
- 8. 抗精神病药物什么时候服用最好?(114)
- 9. 抗精神病药是不是会引起痴呆?(115)
- 10. 服用抗精神病药物对胎儿、婴儿有影响吗? (116)
- 11. 服用抗精神病药物成瘾吗?(116)
- 12. 最常用的抗精神病药物是什么?(117)

13. 治疗精神病的药物是不是越贵越好? (118)
14. 抗精神病药物的用药原则是什么? (118)
15. 抗精神病药的禁忌症有哪些? (119)
16. 服用抗精神病药物时,再用其他药物应该注意什
么? (120)
17. 抑郁症可以治疗吗? (121)
18. 常用于治疗抑郁症的药种有哪些? (122)
19. 服用抗精神病药能引起抑郁吗? 如何判断和处
理? (123)
20. 抑郁症什么时候治疗最好? (124)
21. 最常用的抗抑郁药是什么? (124)
22. 现在用于治疗抑郁症的 5-羟色胺再摄取抑制剂
有哪些? (125)
23. 碳酸锂治疗什么样的精神病? 有哪些不良反应?
..... (126)
24. 服用碳酸锂为什么要监测血锂浓度? (127)
25. 为什么治疗强迫症服用抗抑郁药? (128)
26. 抑郁症患者服抗抑郁药物的时间多久最好?
..... (128)
27. 治疗难治性抑郁症的方案有哪些? (129)
28. 抗抑郁药物最常见的副作用有哪些? 如何识别和
处理? (130)
29. 抗抑郁病药物最严重的副作用有哪些? 如何识别
和处理? (131)



目 录

30. 服抗抑郁药物时最不宜合用哪些药物?(132)
31. 失眠最常用哪些药物?(133)
32. 催眠药最常见的副反应是哪些?(134)
33. 哪些催眠药物最容易成瘾?(135)
34. 什么是心理治疗?(135)
35. 神经衰弱的心理治疗方法有哪些?(136)
36. 神经衰弱的药物治疗?(137)
37. 焦虑症的治疗药物有哪些?(138)
38. 失眠一般采用哪些方法治疗?(139)
39. 神经性厌食的治疗措施有哪些?(140)
40. 躁狂发作常采用什么药物治疗?(141)
41. 抑郁发作常采用哪些方法治疗?(142)
42. 戒毒常用的西药有哪些?(143)

第5章 自购药物

1. 中药能随意应用吗?(146)
2. 自购中药要注意什么?(146)
3. 分裂症病人可选用哪些中成药?(147)
4. 抑郁症可以选用哪些中成药?(150)
5. 神经衰弱可选用哪些中成药?(151)
6. 癫痫病可选用哪些中成药?(152)
7. 头痛可选用哪些中成药?(153)
8. 老年痴呆、脑血管病常选用的中成药有哪些? (154)



9. 精神药物引起的闭经可自购哪些中药调节? (156)
10. 便秘的中药及食疗调节有哪些?(157)
11. 经常饮酒者自购哪些中药调理?(159)
12. 精神病药出现口干、便秘可自购哪些中药治疗?
.....(160)
13. 精神药物致肥胖自购哪些中药治疗?(161)

第6章 饮食疗法

1. 饮食不节会导致病情复发吗?(164)
2. 食复的原因有哪些?(164)
3. 如何避免食复?(165)
4. 神经衰弱有哪些有效的食疗方法?(166)
5. 抑郁症能选用哪些食疗?(168)
6. 头痛患者怎样选用食疗?(170)
7. 治疗失眠可用哪些食疗方?(171)
8. 更年期综合征的食疗有哪些?(173)
9. 神经症可用哪些粥疗?(173)

第7章 吃治忌口

1. 精神病患者的饮食禁忌?(176)
2. 服用抗精神病药物为什么不能酗酒?(176)
3. 抽烟会对抗精神病药物影响吗?(177)



目 录

4. 服用碳酸锂为什么不能低盐饮食?(178)

第8章 其他疗法

1. 什么情况下做心理咨询?(180)
2. 心理咨询后,心理医生会处理我遇到的挫折吗? ...
.....(181)
3. 心理治疗最常见哪些类型?(182)
4. 什么是认知疗法?(183)
5. 平时常见的认知偏差有哪些?(184)
6. 什么叫催眠治疗?(185)
7. 什么是渐进性放松训练?(185)
8. 什么是系统脱敏治疗?(186)
9. 什么是满灌疗法?(187)
10. 什么是电休克治疗? 电休克治疗后会不会使人变
傻?(187)
11. 电休克治疗是不是用电击倒病人?(188)
12. 哪些精神疾病可以采用电休克治疗?(188)
13. 哪些精神疾病不可以采用电休克治疗?(189)
14. 电休克治疗后有何副作用? 如何处理?(189)
15. 精神病人能不能使用脑外科治疗?(190)
16. 什么是音乐治疗? 音乐治疗最适合哪些病人? ...
.....(191)
17. 什么是气功治疗?(191)



18. 什么人最适宜气功治疗? (192)
19. 为什么戒毒很困难? 什么时间最易复发? (193)
20. 什么叫做工娱疗法? (194)
21. 什么是胰岛素治疗? 适合于哪些疾病? (194)
- ✿ 22. 针灸治疗精神病有哪些取穴方法和穴位? (195)
23. 电针疗法是如何治疗精神疾病的? (196)
24. 耳针、埋线、水针治疗精神疾病常用哪些穴位? (196)

第9章 预防保健

1. 精神残疾的定义与标准? (200)
2. 在家中精神病人拒绝服药怎么办? (200)
3. 精神分裂症患者能恋爱结婚吗? (201)
4. 精神病人能生育吗? (202)
5. 精神病患者出现藏药怎么办? (204)
6. 精神病人初次就诊应注意的事项? (205)
7. 精神病人复诊时应该注意的事项? (206)
8. 抑郁症患者自杀的危险因素有哪些? (206)
9. 抑郁症病人自杀有哪些迹象? (207)
10. 如何向精神病患者传递坏消息? (208)
11. 精神疾病家庭康复的训练内容与步骤? (209)
12. 家庭康复应该注意的事项? (210)
13. 如何与精神病人谈“病”? (211)

目 录

14. 精神病人应该如何面对歧视?(212)
15. 我国法律对精神病人有哪些保护规定?(213)
16. 精神分裂症患者在什么样的状况下需要住院治疗?(214)
17. 预测精神分裂症的疗效指标有哪些?(215)
18. 如何发现精神分裂症的复发征兆?(216)
19. 精神病人常可能发生哪些危险行为?(217)
20. 服用精神药物期间家属应该注意观察什么?(218)
21. 什么是长期住院综合征?(218)
22. 精神病人出院后到康复站过度有何意义?(219)
23. 精神病人住院多长时间比较合适?(220)
24. 如何防止精神病复发?(221)
25. 常见精神药物不良反应,家属应该采取哪些应对措施?(222)
26. 什么是精神康复?(223)
27. 精神康复的主要内容有哪些?(223)
28. 康复治疗有哪些主要措施?(224)
29. 精神病人在康复中家属应该做些什么?(225)
30. 家庭中怎样与病人沟通?(226)
31. 对不同症状的精神病人应该怎样接触?(227)
32. 发病早期家属应该注意什么?(228)
33. 治疗中的精神病人家属应该注意什么?(229)
34. 精神病药物维持治疗有何意义?(231)

