

中华现代行为医学

顾瑜琦 刘克俭 主编

中国科学技术出版社

中华现代行为医学

钱信忠
二〇〇〇年七月

ISBN 7-5046-3006-3



9 787504 630063 >

ISBN 7-5046-3006-3

R·864 定价: 45.00 元

中华现代行为医学

顾瑜琦 刘克俭 主编

中国科学技术出版社
·北 京·

图书在版编目 (CIP) 数据

中华现代行为医学 / 顾瑜琦, 刘克俭主编. —北京: 中国科学技术出版社, 2001.2
ISBN 7-5046-3006-3

I. 中... II. 顾... III. 行为医学-研究-中国 IV. R395.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 03410 号

中国科学技术出版社出版

北京市海淀区中关村南大街 16 号 邮政编码: 100081

电话: 62179148 62173865

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

北京印刷学院实习工厂印刷

*

开本: 787 毫米×1092 毫米 1/16 印张: 20.875 字数: 512 千字

2001 年 4 月第 1 版 2001 年 4 月第 1 次印刷

印数: 1-2500 册 定价: 45.00 元

(凡购买本社的图书, 如有缺页、倒页、
脱页者, 本社发行部负责调换)

重视行为医学的应用普及和研究是
提高广大群众健康水平和防治疾病
工作质量的重要环节

吴阶平



为促进进行医学
及生物反馈学的发
展作不懈的努力

汪敏章

研究現代行為醫學，造福人類

樊登新的醫學高峰，功在千秋

賀《中華現代行為醫學》出版發行

劉 江 序

二〇〇一年
二月八日

主 编 顾瑜琦 刘克俭

顾 问

施妈麟 卫生部疾病控制司

沈志祥 国家中医药管理局国际合作司

贺兴东 国家中医药管理局科技教育司

李心天 中国科学院心理研究所

周 梅 首都医科大学

岳文浩 山东医科大学

梁浩材 中山医科大学

郭念峰 中国科学院心理研究所

主 审

杨菊贤 上海第二医科大学

曹承虔 天津市红桥区卫生局

编 委 (以姓氏笔画为序)

马德新 河南驻马店市卫生防疫站

王效道 北京医科大学

冯正文 同济医科大学附属协和医院

刘克俭 同济医科大学

刘晓红 第二军医大学

毕希铭 青岛医学院

江 伟 广东省深圳市南岭医院

杜文东 南京中医药大学

李国成 同济医科大学

李建明 华北煤炭医学院

杨凤池 首都医科大学

余世斌 湖北医科大学附一院

汪培华 同济医科大学附属同济医院
张作记 中国行为医学杂志社
张苏范 北京医科大学
邹典定 湖北医科大学附二院
陈 力 哈尔滨医科大学
陈 浩 国家中医药管理局
陈学儒 中国心理卫生协会
周 艳 武汉市东西湖区卫生局
周奕臻 北京博达研究所
胡佩诚 北京医科大学
洪 炜 北京医科大学
夏文家 同济医科大学
徐 斌 苏州医学院
徐国华 江汉大学医学与生命科学学院
郭 宏 山西医科大学
郭志海 湖北医科大学附一院
顾瑜琦 湖北现代心理咨询研究所
曹 水 天津医科大学肿瘤医院
黄尚珍 解放军广州军区武汉总医院
熊盛道 同济医科大学附属同济医院
蔡荣泰 同济医科大学
谭立兴 同济医科大学附属同济医院

随着科技的发展和人类的进步，医学先后经历了经验医学、实验医学和整体医学三个时代，医学模式已逐步实现从生物医学模式向生物-心理-社会医学模式过渡，并正在积极向整体医学的模式转变，卫生革命正从以防治传染病为重点的第一次卫生革命，向以防治心脑血管疾病和肿瘤为重点的第二次卫生革命转移。WHO 前总干事中岛宏博士告诫人们，大约在 2015 年，发达国家与发展中国家的发病原因将大致相同，与不良生活方式有关的疾病将成为头号杀手。现在，有关艰苦的概念和内涵也随之更新，卫生部前部长陈敏章在 1996 年就已指出，一个以控制改变不健康生活方式和行为的时代已经到来，要发展和应用行为医学、心身医学、社会医学、环境医学，以及健康教育的手段，改变不良的生活方式和心理行为习惯，提高人民的健康水平。陈部长将目前的生物医学模式称为被动医学，而将健康医学称为主动医学。健康医学主要包括行为医学、心身医学、社会医学和环境医学。最后陈敏章指出，到 21 世纪健康医学必将大有发展。

近年来，在我国有关行为医学的专著出了几种，都是我国精神医学专业老前辈的大作，在我国广大的临床医师面前打开了行为医学的大门，我国行为医学学科的开创者杨德森教授就是其中之一。他从研究心理社会应激与健康和相关性开始，从基础理论和临床实践中不断进行总结和开拓，为我国行为医学的学科建设奠定了坚实的基础。近来，杨老明确指出，不良生活的行为方式所致的疾病，以及功能性躯体不适、神经症和心身疾病要在医疗上与精神病科脱钩，在综合性医院和基层医院中新组行为医学科，其服务对象为精神病以外的，与心理应激有关的各种疾病。根据这个原则，行为医学学科应该从精神病学学科中明确分离出来。根据我国当前的医学发展水平，行为医学、心身医学与临床心理学只能合并，不能过早超前分立，正如 50 年前神经科与精神科合为一家的形势相似。根据这个精神，中华医学会、全国行为医学分会和有志于从事行为医学专业的同道们，结合综合性医院各科疾病的特点和医、教、研工

作的实际情况，努力开拓和发展行为医学的基础理论及其在各个学科中的临床应用。

本书作者顾瑜琦、刘克俭两位学者在既往出版的行为医学专著的基础上，广泛收集资料，分析和总结了近年来有关行为医学的基础理论和临床应用的观点，资料翔实，内容广泛，观点新颖，强调实际应用。因此本书有较大的实用价值，可供各级综合性医院、精神卫生中心、疗养康复机构，以及基层医疗单位用作参考书。我相信，本书的出版对于推动我国行为医学事业的发展将有积极的促进作用。

中华医学会、行为医学分会全国主任委员
中国行为医学科学杂志总编辑
上海第二医科大学内科学和医学心理学教授

杨菊贤

2000年8月

前言

行为医学是研究行为因素在人体健康和疾病发生中的作用规律的一门学科，也是行为科学在医学实践中的具体应用。通览所有医学理论和实践，无处不存在着行为问题。从医学科学研究到医疗卫生教育、医疗卫生服务，从对病因病理的探索到对疾病的诊断、治疗、预防、康复，乃至健康促进，几乎每个角落都有许多问题可通过行为医学来解决。我国传统医学的基本理论体系也几乎都是建立在对人和有关环境因素的各种行为的观察总结基础之上的。西方医学鼻祖希波克拉底创立现代医学、彻底摒弃巫医的根本做法，就是对正常人的行为、病态人的行为，以及对各种有关治疗处理措施的行为变化等的系统观察、客观记录和科学分析。

恩格尔（1977）提出医学模式应从生物医学模式向生物-心理-社会医学模式转变以来，WHO（1990）鉴于当前各种慢性非传染性疾病是多发病、常见病，而其共同病因都是人类的不健康的行为习惯和生活方式，提出把生物-心理-社会医学模式的三方面的因素当作全息或整体来认识健康和疾病的问题。现代医学用这个信息论观点，把生物、心理、社会医学模式提高到整体医学模式（holistic medical model），即从提高人类的生物、心理、社会素质，养成健康行为习惯和生活方式的整体不能分割的素质上保持健康。整体医学模式强调，大量慢性非传染性疾病危险因素与人的行为和生活方式密切相关，临床治病过程中也出现越来越多的行为问题。因此，预防疾病已经由第一阶段的环境卫生，经第二阶段的公共卫生，转向目前阶段的个人行为卫生，即通过改变不良行为、建立健康行为来预防疾病。所以，行为医学为医学教育、医疗实践和医学科研工作提供了现代行为科学的观点、方法和技术，以适应当前医学发展的需要。

本书通篇以整体医学模式为指导。内容除引进、吸收、消化国外研究成果外，还提出许多国内研究的观点和结论，以便结合实际展开研究和应用。书中力求做到概念明确、语言通俗、论证有理、引证有据、引导思维、开拓眼界，既注重理论开发，也强调实际应用，期望能给读者更多有用的信息。

在本书的编写过程中，得到了众多学者和朋友的大力支持，在此对他们所给予的有益指导、评论和无尝援助深表谢忱。尽管我们已尽心尽力，书中难免存在错误之处，仍会留下诸多的遗憾。抛砖引玉，以成“正果”，亡羊补牢，留待再版。

最后，感谢本书的读者，如您读后能提出宝贵的意见和建议，将是我们的最大心愿。

顾瑜琦 刘克俭

2000年5月于武汉

序

前 言

第一章 绪论	(1)
第一节 行为医学的概念.....	(1)
第二节 行为医学的产生与发展.....	(3)
第三节 行为医学的学科体系、任务及方法	(10)
第四节 行为医学与相邻学科的关系	(12)
第五节 我国行为医学研究概况	(13)
第二章 人类行为	(19)
第一节 人类行为的发展	(19)
第二节 摄食行为	(23)
第三节 防御行为	(24)
第四节 性行为	(25)
第五节 睡眠行为	(28)
第六节 疼痛行为	(35)
第三章 健康行为	(36)
第一节 健康的概念	(36)
第二节 健康行为的概念	(39)
第三节 健康行为的建立	(40)
第四节 健康行为的保持与巩固	(42)
第五节 健康行为的培养原则	(43)
第四章 异常行为	(45)
第一节 习惯行为	(45)
第二节 A、B型行为.....	(51)
第三节 成瘾行为	(52)
第四节 自杀行为	(55)
第五节 致意外行为	(59)
第六节 迷信行为与神秘行为	(60)
第五章 行为病理	(66)
第一节 行为的病理学特点	(66)
第二节 行为因素致病途径	(67)
第三节 行为因素致病规律	(68)
第四节 紧张刺激与应激	(69)

第五节	不同疾病的行为因素	(71)
第六节	行为免疫机理	(74)
第七节	艾滋病的行为因素	(76)
第六章	行为毒理	(78)
第一节	行为毒理的研究方法	(78)
第二节	行为毒理的评价	(80)
第三节	行为功能的评价	(81)
第四节	行为畸胎学的评价	(85)
第七章	行为诊断	(86)
第一节	行为诊断的理论基础	(86)
第二节	行为诊断的基本程序	(86)
第三节	行为诊断的直接法	(87)
第四节	行为诊断的间接法	(88)
第八章	行为评估	(89)
第一节	人格测验	(89)
第二节	行为功能测试	(90)
第三节	行为健康评定	(92)
第四节	智力测验	(93)
第五节	心理社会因素调查	(95)
第九章	行为治疗	(97)
第一节	行为治疗的起源和发展	(97)
第二节	行为治疗的理论基础	(97)
第三节	行为治疗的主要方法	(100)
第十章	行为药理	(117)
第一节	中枢神经递质与行为	(117)
第二节	精神药物与行为	(118)
第三节	药物对学习和记忆的效应	(120)
第十一章	行为保健	(122)
第一节	行为保健的概念	(122)
第二节	行为保健的原理	(124)
第三节	行为保健的内容	(125)
第四节	个体行为保健	(126)
第五节	社区行为保健	(129)
第六节	行为健康咨询	(130)
第十二章	临床行为医学	(132)
第一节	临床医学研究中的行为医学	(132)
第二节	临床医学实践中的行为医学	(135)

第三节	医患关系的行为医学	(137)
第四节	临床工作环境中的行为医学	(144)
第五节	疾病康复中的行为医学	(146)
第十三章	预防行为医学	(149)
第一节	预防医学与行为医学	(149)
第二节	健康教育中的行为医学	(151)
第三节	传染性疾病预防中的行为医学	(153)
第四节	非传染性疾病的预防与行为医学	(155)
第五节	社会医学与行为医学	(157)
第六节	道路交通与行为医学	(158)
第七节	职业卫生中的行为医学	(171)
第八节	社区卫生服务中的行为医学	(173)
第十四章	行为流行病学	(178)
第一节	概述	(178)
第二节	行为流行病学的描述	(178)
第三节	行为流行病学因素的研究	(179)
第四节	行为流行病学分析方法	(181)
第五节	行为流行病学的干预	(181)
第六节	常见疾病的行为流行病学	(183)
第十五章	少年儿童行为问题	(192)
第一节	少年儿童的行为发育	(192)
第二节	少年儿童的行为特征	(196)
第三节	常见少年儿童的行为问题	(196)
第四节	影响少年儿童行为的不良因素	(202)
第五节	少年儿童良好行为的培养	(204)
第十六章	女性行为问题	(206)
第一节	不同年龄阶段女性的行为特征	(206)
第二节	女性的个性行为	(208)
第三节	女性专有的行为问题	(211)
第四节	计划生育中的行为问题	(217)
第五节	女性性行为心理问题	(220)
第十七章	成年期的行为问题	(223)
第一节	青年期行为特征	(223)
第二节	成年期行为特征	(227)
第三节	成年人的行为问题及对策	(229)
第十八章	老年行为问题	(232)
第一节	衰老的生理、心理及行为变化	(232)

第二节 老年人适应性行为特点	(236)
第十九章 行为医学的研究方法	(244)
第一节 行为医学研究的方法与程序	(244)
第二节 行为医学研究论文的撰写	(246)
第二十章 行为医学统计学方法	(254)
第一节 常见的行为医学统计学处理	(255)
第二节 行为医学统计资料的表达	(260)
主要参考文献	(264)
附录	
附录 1 艾森克个性问卷 (成年) EPQ (Adult)	(266)
附录 2 康乃尔医学调查表 (Cornell Medical Index, CMI)	(269)
附录 3 自评抑郁量表 (Self Rating Depression Scale, SDS) ...	(276)
附录 4 焦虑自评量表 (Self Rating Anxiety Scale, SAS)	(277)
附录 5 外显焦虑量表 (Manifest Anxiety Scale, MAS)	(278)
附录 6 A 型行为量表	(280)
附录 7 生活事件量表 (LES)	(282)
附录 8 症状自评量表 (Symptom Check List - 90, SCL - 90)	(285)
附录 9 儿童行为量表 (家长用, 适用于 4 ~ 16 岁儿童)	(288)
附录 10 父母教养方式评价量表	(290)
附录 11 个人评价问卷	(293)
附录 12 社交回避及苦恼量表 (Social Avoidance and Distress Scale, SAD)	(295)
附录 13 述情障碍问卷 (Alexithymia Scale)	(297)
常用英汉行为医学名词	(298)
后 跋	(312)