

# 医学小百科

YIXUEXIAOBAIKE

---

钱信忠 主编



天津科学技术出版社

责任编辑：陈金铨

医学小百科

**医学心理**

钱信忠 主编

\*

天津科学技术出版社出版

天津市赤峰道124号

天津新华印刷二厂印刷

新华书店天津发行所发行

\*

开本 787×1092 毫米1/32 印张 6.875 插页2 字数 119,000

一九八五年九月第一版

一九八五年九月第一次印刷

印数： 1—16,300

书号：14212·143 定价：0.97元

# 医学小百科

主 编

钱信忠

副主编

李宗浩 陈清森

编 委

郎景和 曾宝忠

蔡景峰 卢伟成

戴淑凤 陈金铨

顾 问

(按姓氏笔划为序)

王琇瑛 邓家栋

叶恭绍 任应秋

朱宪彝 严仁英

吴阶平 吴宗璘

吴桓兴 宋鸿钊

张孝騫 张香桐

钟惠澜 哈荔田

高士其 陶桓乐

黄家驷 谢少文

薛沁冰

# 前 言

医学科学的崇高使命，在于它为人类的健康做出贡献。医学科学的发展，对社会、家庭和个人都产生着一定的影响。它是一门与人民生产、生活、学习、健康息息相关的科学。

为了反映我国医学科学技术水平，1978年开始编纂我国第一部医学百科全书，现已陆续问世。党的十一届三中全会以来，各条战线都取得了很大成绩，医药卫生事业也迅速发展。为把医学知识普及到城乡，为广大人民群众的健康服务，建设社会主义物质、精神文明，我们特地编纂了这套通俗、普及的《医学小百科》。

《医学小百科》的编委和作者大部分是年富力强的中年技术骨干，同时聘请了国内著名专家担任顾问和主审，以保证全书的质量。

《医学小百科》的出版，得到了社会各界的支持，天津科学技术出版社也做出了很大的努力，值此出版之际，仅致谢忱。

由于编辑、出版时间匆促，不足之处在所难免，敬希读者不吝指正，以期日臻完善。

《医学小百科》编委会

# 医学小百科

## 医学心理

### 主 审

林传鼎	北京师范大学教育科研究所所长	教授
周先庚	北京大学心理系	教授
陈仲庚	北京大学心理系	副教授

### 作 者

(按姓氏笔划为序)

王叔盛	李定军	李秀章	李春荣
庞景平	郎景和	黄旻罡	

## 目 录

1. 什么是医学心理学? .....(1)
2. 医学心理学包括哪些分支? .....(2)
3. 心理因素包括哪些内容? .....(2)
4. 什么是情绪反应? .....(5)
5. 祖国医学在心理致病方面有什么贡献? .....(7)
6. 祖国医学对心理诊断有什么论述? .....(9)
7. 祖国医学对于心理因素在治疗方面有什么贡献? .....(11)
8. 祖国医学对于心理因素与预防疾病方面有什么贡献? .....(12)
9. 什么是健康? .....(13)
10. 什么是心理健康? .....(14)
11. 什么是心理健康的智力标准? .....(16)
12. 早期智力教育有哪些可能性? .....(17)
13. 为什么说早期智力教育机不可失? .....(18)
14. 早期智力教育要掌握哪些原则? .....(20)
15. 早期智力教育有哪些内容? .....(21)
16. 早期教育影响儿童的身心健康吗? .....(24)
17. 什么是心理健康的情绪标准? .....(25)
18. 怎样培养良好的情绪? .....(26)
19. 什么是心理健康的意志标准? .....(27)
20. 怎样培养意志? .....(28)
21. 什么是心理健康的行为协调标准? .....(29)
22. 什么是心理健康的人间关系心理适应标准? .....(30)
23. 什么是心理健康的行为反应适度标准? .....(31)

24. 什么是心理健康的心理特点符合年龄标准? .....(32)
25. 什么是心理卫生? .....(33)
26. 心理卫生有哪些原则? .....(34)
27. 怎样搞好儿童心理卫生? .....(35)
28. 青年人怎样讲究心理卫生? .....(36)
29. 中年人怎样讲究心理卫生? .....(37)
20. 老年人怎样讲究心理卫生? .....(40)
31. 需要与人的身心健康有关吗? .....(41)
32. 心理因素与肿瘤有什么关系? .....(44)
33. 心理因素与心脏病有什么关系? .....(45)
34. 心理因素与高血压有什么关系? .....(47)
35. 情绪与胃和十二指肠溃疡有关系吗? .....(48)
36. 情绪与便秘、腹泻有关系吗? .....(49)
37. 情绪与哮喘有关系吗? .....(50)
38. 心理因素与糖尿病有关系吗? .....(51)
39. 紧张影响免疫力吗? .....(52)
40. 心理因素与神经厌食症有关系吗? .....(54)
41. 心因性牙痛是怎么回事? .....(54)
42. 心理因素与神经衰弱有关系吗? .....(55)
43. 口吃与心理因素有关系吗? .....(57)
44. 情绪与阳痿、早泄有关系吗? .....(58)
45. 手淫对心理有什么危害? .....(60)
46. 精神因素能导致湿疹的发生吗? .....(61)
47. 神经性皮炎是情绪变化的标志吗? .....(63)
48. 语言对疾病有影响吗? .....(64)
49. 暗示对人体能发生作用吗? .....(65)
50. 什么是心理疲劳? .....(67)
51. 吸烟对人的心理有什么危害? .....(68)
52. 愤怒对健康有什么危害? .....(69)

50. 怎样控制愤怒? ..... (70)
54. 怎样控制恐惧? ..... (71)
55. 笑对健康有益吗? ..... (72)
56. 哭对健康有益还是有害? ..... (74)
57. 颜色与健康有关系吗? ..... (74)
58. 绿化与身心健康有关系吗? ..... (76)
59. 花对人的身心健康有益吗? ..... (77)
60. 旅游有助于人的心理健康吗? ..... (79)
61. 人对环境刺激的认知评价与人的身心有关系吗? ..... (80)
62. 疼痛对人有益还是有害? ..... (81)
63. 痛觉有什么生理心理特点? ..... (82)
64. 注意力分散与疼痛减轻有关系吗? ..... (84)
65. 意志与疼痛有关系吗? ..... (85)
66. 态度与疼痛有关系吗? ..... (85)
67. 情绪与疼痛有什么关系? ..... (87)
68. 暗示对疼痛有影响吗? ..... (88)
69. 心理因素与幻肢痛有何关系? ..... (89)
70. 有哪些控制疼痛的心理学方法? ..... (90)
71. 情绪与针刺产生的针感有什么关系? ..... (91)
72. 情绪对针刺耐针有什么关系? ..... (92)
73. 心理因素与针刺镇痛、针麻效果有何关系? ..... (93)
74. 怎样区分心理常态与变态? ..... (95)
75. 感觉障碍有什么表现? ..... (96)
76. 知觉障碍有什么表现? ..... (97)
77. 记忆障碍有什么表现? ..... (98)
78. 思维障碍有什么表现? ..... (99)
79. 情绪障碍有什么表现? ..... (101)
80. 意志障碍和动作障碍有什么表现? ..... (103)
81. 意识障碍有什么表现? ..... (104)



82. 什么叫感觉剥夺? .....	(105)
83. 什么是智力落后? .....	(106)
84. 智力落后有哪些心理特点? .....	(107)
85. 智力落后的原因是什么? .....	(108)
86. 如何诊断智力落后? .....	(110)
87. 什么是痴呆? .....	(113)
88. 如何训练智力落后的儿童? .....	(114)
89. 怎样预防智力落后? .....	(115)
90. 什么是儿童轻微脑功能障碍? .....	(116)
91. 病孩有哪些心理特点? .....	(117)
92. 住院对病孩心理有什么影响? .....	(118)
93. 心理因素对月经有什么影响? .....	(119)
94. 心理因素与慢性盆腔疼痛有关系吗? .....	(121)
95. 心理因素与妊娠呕吐、妊娠高血压有关系吗? .....	(122)
96. 心理因素与流产、难产有关系吗? .....	(123)
97. 心理因素与分娩疼痛有关系吗? .....	(125)
98. 妇女更年期有什么心理特点? .....	(125)
99. 心理因素对女性绝育术有影响吗? .....	(126)
100. 心理因素与计划生育有关系吗? .....	(128)
101. 假性妊娠与心理因素有关系吗? .....	(129)
102. 恋爱对人的心理健康有影响吗? .....	(129)
103. 婚礼的铺张浪费对人心理健康有何影响? .....	(130)
104. 早婚对身心健康有什么影响? .....	(131)
105. 婚姻家庭对人的心理健康有何作用? .....	(133)
106. 繁重的家务劳动对心理健康有影响吗? .....	(135)
107. 离婚对儿童心理有影响吗? .....	(136)
108. 老年人心理老化有哪些特点? .....	(138)
109. 老年人的智力水平如何? .....	(139)
110. 老年人有哪些异常心理? .....	(140)

111. 什么是心理诊断? ..... (141)
112. 心理诊断的主要手段是什么? ..... (142)
113. 什么是心理咨询? ..... (144)
114. 什么是心理治疗? ..... (146)
115. 心理治疗的理论基础是什么? ..... (147)
116. 心理治疗的形式有哪些? ..... (148)
117. 什么是保证疗法与说服疗法? ..... (150)
118. 什么是宣泄疗法? ..... (151)
119. 现代心理治疗有哪些理论和方法? ..... (152)
120. 心理治疗有哪些基本要求? ..... (153)
121. 音乐能治病吗? ..... (155)
122. 什么叫生物反馈疗法? ..... (157)
123. 医生怎样对待危重病病人的心理? ..... (157)
124. 医生怎样对待死者家属的心理? ..... (158)
125. 医生怎样对待贫困病人的心理? ..... (159)
126. 医生怎样理解残废病人的心理? ..... (161)
127. 垂危病人有哪些心理特点? ..... (162)
128. 医患关系有哪些类型? ..... (163)
129. 病人有哪些心理特点? ..... (165)
130. 病人有哪些共同的心理需要? ..... (166)
131. 住院病人有哪些心理特点? ..... (167)
132. 为什么在手术前要对病人进行心理预防? ..... (168)
133. 护士应该具有哪些良好的心理品质? ..... (169)
134. 什么叫生物心理社会医学模型? ..... (172)
135. 语言美与身心健康有关系吗? ..... (173)
136. 嫉妒对人的心理健康有危害吗? ..... (173)
137. 欣赏自然美对人心理健康有益吗? ..... (174)

## 什么是医学心理学？

医学心理学是心理学的一个重要分支，它是把心理学的理论、方法与技术应用到医疗实践中的产物。医学心理学是心理学与医学的交叉，是医学与心理学结合的边缘学科。它既具有自然科学性质，又具有社会科学性质。医学心理学研究的对象主要是医学领域中的心理学问题，即研究心理因素在疾病病因、诊断、治疗和预防中的作用。

人不仅是一个单纯的生物有机体，而且也是一个有思想、有感情、从事着劳动、过着社会生活的社会成员。人的身体和心理的健康与疾病，不仅与自身的躯体因素有关，而且也与人的心理活动和社会因素有密切联系。临床实践和心理学研究证明，有害的物质因素能够引起人的躯体疾病与心理疾病，有害的心理因素也能引起人的身心疾病。与此相反，物质因素（例如药物等）能够治疗人的身心疾病，而良好的心理因素与积极的心理状态能够促进人的身心健康或作为身心疾病的治疗手段。

医学心理学不仅具有重要的理论意义，而且有着更大的实践意义。运用心理学的理论与方法探索心理因素对健康与疾病的作用方式、途径与机制，更全面地阐明人类躯体疾病与心理疾病的本质，协助医学揭示人类维护健康、战胜疾病的规律，寻找与丰富人类疾病的诊断、治疗、护理与预防的更全面、更有效的方法，提高医疗水平，促进人的身心健康。

## 医学心理学包括哪些分支？

广义的医学心理学研究内容十分广泛，分支也很复杂。我们把医学心理学分为下面几个分支：

**临床心理学：**又称诊疗心理学，它研究在医疗过程中有关诊断、治疗、护理中的心理问题，并且应用心理诊断和心理治疗的理论与技术为临床实践服务。

**病理心理学：**又称变态心理学，它是研究病态的心理现象，包括人的认识活动、情感活动、意志活动和人格等方面的异常表现，探讨病态心理的发生、发展的规律。

**心身医学：**主要研究社会——心理因素引起的身心障碍，重点研究身心疾病的发病机制、治疗和预防的问题。

**神经心理学：**研究高级神经活动机能与行为之间的相互关系和相互作用，采用神经心理学的测验方法为测定和诊断脑的局部病灶提供依据。

**心理诊断学：**使用各种心理测验的方法，对人的感知觉、记忆、思维、情绪、兴趣、人格特征进行鉴定，为疾病的诊断提供心理学依据。目前临床上常用的是智力测验与人格测验。

**心理治疗：**研究医务人员如何通过思想情绪、语言与行为影响病人的心理，从而达到治疗的目的。

**心理卫生：**又称精神卫生，它是探讨培养健全人格，提高心理健康水平，防止心理疾病的心理学问题。

## 心理因素包括哪些内容？

心理因素包括心理过程与个性两个方面。心理过程是由

认识过程、情绪过程和意志过程所构成。个性包括个性倾向性与个性心理特征。

认识过程包括感觉、知觉、记忆、思维与想象。感觉是人脑对客观事物个别属性的反映。例如，当一个人在接触外界时，通过眼、耳、鼻、舌、皮肤等器官反映外界事物的个别属性，如颜色、声音、气味……等。感觉可以分为两大类。一类是反映外界事物个别属性的感觉，例如视感觉、听感觉、嗅感觉、味感觉、肤感觉等。另一类是反映人体自身各个部分的内在现象的感觉，例如运动感觉、平衡感觉、机体感觉等。知觉是人脑对客观事物的属性的整体反映或关系反映。如人从颜色、气味、形状等认识一个苹果，就是知觉过程。人脑对物体在空间内形状、大小、远近、深度和方位的反映称为空间知觉。时间知觉是认识外界物体时间特性（延续、顺序）的知觉。运动知觉是认识外界物体移动的知觉。记忆是对感知过或思维过的事物能够记住，并能在以后再出现，或在它重新呈现时能再认识的过程。现代心理学引用信息论的概念，认为记忆是信息的输入和加工、信息的储存以及在需要时信息的提取和输出的过程。思维是人的高级认识过程，它是人脑对客观事物间接的与概括性反映。想象是人脑对过去感知过的形象进行加工，产生一种新的形象。想象是人所特有的对客观事物的一种反映形式。想象能够冲破时间与空间的限制，做到“思接千载”，“视通万里。”

人在认识客观事物的时候，总带有一定的态度，心理学把人们对客观事物态度的体验称为情绪。情绪虽然也是人对客观现实的一种反映形式，但它不同于认识过程。认识过程是反映客观现实本身，而情绪是反映客观现实与人的需要之

间的关系。这种态度的体验可以分为两类，即根据客观事物是否符合主体的需要分为满意与不满意的情绪，或肯定的情绪与否定的情绪。狭义的情绪是指比较低级的、与机体的生物需要相联系的态度体验。广义的情绪包括情感。情感是与高级的、社会的与行为的社会评价相联系的态度体验，例如义务感、责任感、同志感、爱国主义情感等。一般说来，可把情感分为理智感、道德感、美感。心理因素对人的身心健康与疾病的作用主要是通过人的情绪而发挥作用的。

意志是人自觉地确定某种目的并支配其行动以实现预定目标的心理过程。意志行动的心理过程分为两个相互联接的阶段：采取决定阶段和执行决定阶段。

个性倾向性指的是人与客观世界的相互作用中，形成了对事物的态度与趋向。一个人在生活实践中形成的需要、兴趣、信念、理想与世界观，反映出个性的倾向性。个性倾向性不仅对改造客观世界有重要作用，而且对人的心理活动，对人的身心健康也有很大的影响。需要是人对一定的客观事物的需求。动机是激发人去行动的主观动因，动机是个体发动和维持行动的一种心理状态。动机产生于需要。需要与动机对人的行为与身心健康有很大影响。兴趣是人积极探索某种事物的认识倾向。理想是人为之奋斗目标相联系的一种积极想象。信念是人从事活动的精神支柱，是人对于事物确信的看发。信念的动摇与瓦解，可造成人的精神崩溃。世界观是人对整个世界总的态度与看法，它是人的个性与行为的最高调节者。信念与世界观对人的身心健康有重要的调节作用。

个性心理特征包括人的气质、能力与性格等。气质就是通常人们所说的“性情”、“脾气”。心理学认为气质是人典

型的、稳定的心理特性。心理学把人们能够顺利地完**成某种活动的心理特征称做能力**。性格是人对客观现实的稳固的态度以及与之相适应的习惯的行为方式。人的气质与人的性格对人的健康与疾病也发生一定的影响。

### 什么是情绪反应？

人处在某种情绪状态时，身体发生的各种变化称为情绪反应。例如欢乐时，笑逐颜开；愤怒时，竖眉立眼，心跳加快；悲哀时，双眉深锁，涕泪交流；恐惧时，脸色苍白，周身发抖。情绪反应主要包括人体内部的生理变化与人体外部的表情动作变化。大脑皮层在情绪的产生中处于主导地位，大脑皮层下中枢在情绪的产生中占有重要地位。情绪是受植物神经调整的。人的植物神经系统分为交感神经系统和副交感神经系统。人的植物神经系统控制内脏器官（心脏、血管、胃肠、肾等）、外部腺体（唾液、泪腺、汗腺等）与内分泌功能的变化。植物神经系统既能接受外部感觉器官的刺激的输入，也能接受来自内脏刺激的输入。因此，人在一定的内外界的刺激作用下，伴随着情绪体验，人体内部发生一系列的生理变化。例如呼吸系统、循环系统、消化系统、内分泌腺、外分泌腺及其代谢过程的相应变化。

一定的情绪状态能使人的呼吸发生改变。或加速或减慢，或变浅或加深。例如突然惊恐时，呼吸会发生临时中断，恐惧时呼吸加快而短促，狂喜或悲痛时，可能会有呼吸痉挛现象发生。

一定的情绪状态能使循环系统发生一些变化。例如心跳加速或减慢。外周血管有时舒张有时收缩。人在愤怒时，心

跳加快，血压上升，血糖增加，血液含氧量增加。

人的情绪状态对消化系统也能产生一定的变化。抑郁、悲哀、焦虑、惊恐等消极情绪时，消化腺活动受到抑制，例如悲哀时消化系统活动受到抑制，食欲减低。长期的紧张不安的情绪，能够引起胃酸分泌持续升高，可能导致胃溃疡。愉快的情绪能促进胃液、唾液的分泌，有助于消化。

情绪变化时内分泌也发生变化。例如，在一定的情绪状态下，肾上腺素、肾上腺皮质激素、胰岛素、抗利尿激素等的分泌增多或减少。在焦虑、恐惧的情绪状态下，抗利尿激素分泌受到抑制，引起排尿次数增多。在激烈紧张的情绪状态下，肾上腺素分泌增多，引起心跳加快、血压增高、瞳孔放大、肌肉力量增加，使机体处于应激状态中。

在情绪状态下，人的外分泌腺活动也能发生变化。人在悲哀、欢乐时都可能流泪。人在愤怒时冒热汗，而在恐惧时出冷汗。

在情绪状态下，人体的外部也发生变化，称为表情动作。例如愤怒时挺胸、握拳、咬牙、鼻孔扩大等。表情动作包括面部表情、身段表情与语言表情三个方面。

面部表情指的是脸部的表情动作。面部表情包括眼、眉、嘴等的变化，最能表达人的各种情绪变化。例如，人在欢乐时，双眉展开，两眼闪光，嘴角后伸，上唇提升。悲哀时，双眉紧锁，两目无光，眼泪汪汪，嘴角下垂。狂妄轻蔑时，双目斜视，嘴角微撇，鼻子高耸。

身段表情指的是身体各部分的表情动作。例如，欢乐时手舞足蹈，狂喜时捧腹大笑，悔恨时顿足捶胸，恐惊时手足无措等。



语言表情指的是情绪在音调、节奏速度方面的表现。例如，高兴时音调高、速度快、语音差别较大，悲哀时语调低沉、语言缓慢等。

### 祖国医学在心理致病方面有什么贡献？

祖国医学认为各种各样的原因都可以引起疾病，更认为心理因素在疾病的发生中占有重要的地位。祖国医学中的七情（喜、怒、忧、思、悲、恐、惊）即是我们所说的心理因素。它强调七情失调即七情过于波动或持续过久便可使阴阳失调、气血不和、经络阻塞、脏腑功能失调而患病。正如《素问·举痛论》所指出：情志变化能使气机发生紊乱。即怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，惊则气乱，思则气结。祖国医学还认为：心是五脏六腑的主宰，“心藏神”。故七情中任何情志失调都可伤心，而心伤则导致其他脏腑功能失调。《灵枢·口问篇》曾指出：“悲哀忧愁则心动，心动则五脏六腑皆摇。”这就充分说明心理因素的致病作用。

祖国医学认为七情内伤可使人致病，对全面分析病情有重要意义。

祖国医学还对多种疾病产生的原因作了具体分析，强调不良心理因素的刺激为致病的内因。如《灵枢·癫狂篇》指出：“狂者多食，善见鬼神，善笑；而不发于外者，得之有所大喜。”这说明祖国医学早已认识到心理因素对精神病的致病作用。祖国医学还认为心理因素与疼痛有密切关系，认为气血壅滞则痛，气血通利则不痛。而气血畅通或壅滞与人的情志有关，故有“心寂则痛微，心躁则痛甚”的论述。祖国医学对小儿的先天性癫痫与其母在怀胎时的精神因素有关的问