

Clinical Application of Psychotherapy in the Treatment of Psychiatric Diseases

Junjun Zhang^{1,2}, Yuting Bai^{1*}, Kaiyuan Shao², Wenxiang Hu^{2,3*}

¹School of Pharmacy, Hubei University of Science and Technology, Xianning Hubei

²Jingdong Xianghu Microwave Chemistry Union Laboratory, Beijing Excalibur Space Military Academy of Medical Sciences, Beijing

³Aerospace Systems Division, Strategic Support Troops, Chinese People's Liberation Army, Beijing
Email: *xybyt0628@163.com, *huwx66@163.com

Received: Mar. 1st, 2019; accepted: Mar. 15th, 2019; published: Mar. 22nd, 2019

Abstract

With the continuous development of society and the increasing pressure of work and life, the number of people with mental illness in China is increasing year by year. China's medical science contains rich thoughts on the treatment of mental illness, has formed a relatively complete theoretical system, and summarized a lot of effective psychotherapeutic methods. This article reviews the clinical application of psychotherapy in the department of psychiatry.

Keywords

Mental Illness, Psychotherapy, Clinical Application

心理治疗在精神科疾病治疗中的临床应用

张军军^{1,2}, 白育庭^{1*}, 邵开元², 胡文祥^{2,3*}

¹湖北科技学院药学院, 湖北 咸宁

²北京神剑天军医学科学院京东祥鹤微波化学联合实验室, 北京

³中国人民解放军战略支援部队航天系统部, 北京

Email: *xybyt0628@163.com, *huwx66@163.com

收稿日期: 2019年3月1日; 录用日期: 2019年3月15日; 发布日期: 2019年3月22日

摘要

随着社会的不断发展, 工作和生活压力不断增大, 我国精神疾病患者逐年增多。我国医学蕴涵着丰富的

*通讯作者。

文章引用: 张军军, 白育庭, 邵开元, 胡文祥. 心理治疗在精神科疾病治疗中的临床应用[J]. 交叉科学快报, 2019, 3(1): 24-28. DOI: 10.12677/isl.2019.31005

治疗精神疾病的思想,形成了较为完整的理论体系,总结出许多行之有效的心理治疗方法。本文对心理治疗在精神科的临床应用进行了简要综述。

关键词

精神疾病, 心理治疗, 临床应用

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 前言

精神性疾病是指一组因大脑功能失调,导致认知、情感、意志和行为等精神活动出现不同程度障碍的临床表现的疾病,始终受到社会的高度关注。目前研究结果认为,主要是由于家庭、社会环境等外在原因,和患者自身的生理遗传因素、神经生化因素等内在原因相互作用所导致的以心理活动、行为及其神经系统功能紊乱为主要特征的病症[1]。精神疾病一般分为轻型精神疾病与重型精神疾病。常见的轻型精神疾病有强迫症、抑郁症等,严重的抑郁症也常导致自杀等严重后果。常见的重型精神疾病有精神分裂症等。轻型精神疾病主要是表现在情感障碍如焦虑、忧郁等,思维障碍如强迫观念等,但患者的认知、逻辑推理能力及其自知力都基本完好。而重型精神病如精神分裂症的初期,患者也可出现焦虑、强迫观念等表现,但此类患者的认知、逻辑推理能力和自知力都有不同程度的缺损。

心理治疗就是医生与病人之间首先建立良好的关系,然后利用有关理论和技术方法,对病人进行帮助的过程。其目的是激发和调动病人改善的动机和潜能,以消除和缓解病人的心理问题和障碍,促进其人格的成熟和发展。精神病人所存在的心理问题和障碍,因其病因、病情不同而表现的方法、程度也不相同[2]。

2. 心理问题现状

2.1. 心理问题的常见性

随着社会的快速发展和矛盾复杂化程度增加,心理问题普遍存在,时常引起严重的社会问题,已经引起各国政府的高度重视。

心理障碍几乎是人人都可能遇到,如失恋、落榜、人际关系冲突造成的情绪波动、失调,一段时间内不良心境造成的兴趣减退、生活规律紊乱甚至行为异常、性格偏离等,这些由于现实问题所引起的情绪障碍,成为心理障碍。像这些问题大多数人往往能够自我调节或求助父母、亲朋、老师等帮助来调节,倘若通过这些调节方法仍无效果时,就需要找心理咨询医生寻求帮助[3]。

此外,心理咨询也适用于神经症,包括强迫症、焦虑症、恐怖症、疑病症、神经衰弱以及人格问题等[4] [5],还适用于心理生理障碍(即心身疾病)、神经系统器质性疾病引起的心理障碍、儿童情绪障碍、学习障碍、各种智力发育异常等。

2.2. 重视心理问题的解决

随着医疗事业的发展,对精神病学的研究取得了较大的进步,研究发现心理原因是诱发精神疾病的重要因素,心理治疗对精神疾病患者的康复具有重要的作用。在精神科临床治疗中,心理治疗与其他治疗不同,主要体现在基本理论、技术、检查等方面。在心理治疗中,加强对心理治疗的技术和基本理论

的了解有利于提高治疗的效果,提升精神疾病患者对治疗的满意度。在心理治疗的研究中发现,治疗精神疾病需要掌握:潜意识理论,人格结构理论,心理防御机制理论,心理发展理论等。通过心理治疗,可以有效的提高精神疾病的治疗效果,促进患者的康复[6]。

3. 心理治疗在精神科的临床应用

3.1. 对焦虑症的治疗

焦虑症,又称为焦虑性神经症,是临床常见精神疾病,以焦虑情绪体验为主要特征[7]。患者出现莫名担心紧张,坐立不安、手抖、出汗等,而患者难以忍受此种情绪,却无法摆脱,难以治愈,易复发,对其身心健康和生活质量均造成严重影响[8]。在治疗焦虑症时,一般采用药物治疗,但是西药治疗副作用大,降低了患者的依从性。在中医方面,焦虑症属于“情志病”范畴,其主要病机是由于情志不舒,气机郁滞导致,病因多是由于忧思过度,而患者肝气郁结,心神失养导致本病发生,中医认为在治疗焦虑症时,需通过疏肝泻火、养血安神进行治疗。姚玉芳[9]以 50 例焦虑症患者作为研究对象,给予心理联合中药治疗焦虑症。在焦虑症治疗时,以中药柴胡、白芍、当归、茯苓、白术、甘草为方[10],并进行心理护理干预,取得了显著效果。由此可见,心理联合中药治疗焦虑症,可明显改善患者焦虑情绪,缓解负面情绪,降低焦虑抑郁评分,效果显著,值得肯定。

3.2. 对抑郁症病人的治疗

抑郁症是以显著而持久的心境障碍为主要特征的一种疾病,抑郁症患者常有兴趣丧失、自罪感、注意力难以集中、食欲丧失和有死亡或自杀观念,其他症状包括认知功能、语言、行为、睡眠等异常方面的表现[11][12]。所有这些变化的结果均导致患者人际关系、社会和职业功能的损害。严重抑郁症常导致患者最终自杀,社会危害极大,目前我国尚未引起足够的重视。今后,我们应针对性施策,合理组合运用药物治疗、心理治疗、物理治疗等有效方法,不仅可以减轻或缓解病人的症状,而且可以提高病人的心理社会适应功能水平,改善和提高其生命质量,是最具干预效果的方式之一。常见的行之有效的抑郁症心理治疗方法有一般性的心理治疗、认知行为治疗、支持性心理治疗、人际心理治疗、音乐心理治疗等。多数研究认为抑郁的严重程度也可影响治疗效果。目前有多种方法可以治疗抑郁症,究竟哪种方法对病人最好,还需要考虑到具体情况和个体差异。对轻中度的抑郁患者单独进行心理治疗有可能取得与药物治疗相似的效果,且无副作用;而严重抑郁症应该选择药物治疗或与心理治疗等多种方法合理组合进行。抑郁症的心理治疗与心理防护在临床上举足轻重,从临床实践看,患者需要的不是单纯的说教和一成不变的单一治疗方法,而是需要医生的人格、素养、经验与理论等方面有机结合,需要组合性、创造性的心理治疗[13][14]。

抗抑郁常用药之一是百忧解,主要是通过抑制中枢神经对递质 5-羟色胺的再吸收,来治疗抑郁症和其伴随之焦虑,也可以治疗强迫症及暴食症。这表明精神疾病及其治愈均与神经递质有关,学习和记忆也与另一类神经递质乙酰胆碱等上调和下调有关,这是我们提出精神神经递质统一论的基础[15][16]。

特殊年龄抑郁症患者(如老年患者、或青少年患者)的心理治疗宜采用相应的、适合于患者的治疗策略。一般抑郁症可分为三类:内源性抑郁、体因性抑郁和心因性抑郁。详细了解患者抑郁的主要来源和不同表现,以使心理治疗的选择有所侧重,针对性强,是对精神科临床医生的一个较高的要求。季建林[17]对不同抑郁患者的心理治疗进行了分析,结论表明:绝大多数的抑郁症病人在临床症状和社会功能方面会有显著的改善,但极少数病人对治疗效果不明显,甚至可能无效。对这些难治性病人需考虑综合治疗,这指广义的各种疗法的合理组合应用,如中医方法:中草药、针灸、太极拳和气功等,西医方法,自然物理疗法及心理疗法等。

3.3. 对精神分裂症病人的治疗

精神分裂症是一种持续、慢性的重大精神疾病，是精神病里最严重的一种，是以基本个性改变，思维、情感、行为的分裂，精神活动与环境的不协调为主要特征的一类最常见的精神病。临床上表现为思维、情感、行为等多方面障碍以及精神活动不协调。病情较轻的患者或处于康复期的患者一般意识清楚，智能基本正常。抗精神病药物治疗是精神分裂症首选的治疗措施，药物治疗应系统而规范，治疗原则是早期、足量、足疗程，注意单一用药原则和个体化用药原则。病程一般迁延，呈反复发作、加重或恶化，部分患者最终出现衰退和精神残疾，因此药物和心理治疗相结合成为新的治疗方法。在对精神分裂症患者治疗时，从其入院到出院，在不同的疾病阶段，针对其精神及心理状态，分别采取相应的心理治疗，李春丽[18]对在药物治疗的基础上进行心理治疗取得的效果进行了分析，结果表明近年来心理治疗被纳入到认知行为干预治疗中，心理治疗有助于提高病人对疾病的认识，增加病人社会适应能力和信心；使患者对自身的精神状态从生物学、心理学、社会学等方面更深入的了解，加深患者对自身精神症状及治疗重要性的认识，促进患者接受使用精神药物治疗，使病人尽可能快速全面康复。

4. 小结

在精神科精神疾病的治疗中，加强对心理治疗的应用，可以有效的提高精神疾病的治疗效果，促进患者的康复。随着精神疾病的高发，国家对精神疾病的防治越来越重视，要求加强对心理治疗的研究，提高临床工作的质量。精神疾病的分子机理研究也取得一定进展[19] [20]。此外，心理治疗在精神科以外的普通疾病的治疗中也将发挥越来越重要的作用。

根据唯物论，所有心理现象一定有其生理物质基础，我们发现这一物质主要就是神经递质。依据我们的精神神经递质统一论[16]，可建议对精神病患者使用单一或综合疗法：或用心理疗法(如精神分析等)，或用环境改变物理疗法，或用相关神经递质药物(如 5 - 羟色胺受体再摄取抑制剂：百忧解等)并辅之其它类药物(如罗拉、佐匹克隆等改善睡眠药物)，或者心理、生理、物理三种疗法合理组合等，一定能收到良好的治疗效果。

参考文献

- [1] Schurman, R.A., Kramer, P.D. and Mitchell, J.B. (1985) The Hidden Mental Health Network. Treatment of Mental Illness by Nonpsychiatrist Physicians. *Archives of General Psychiatry*, **42**, 89-94.
<https://doi.org/10.1001/archpsyc.1985.01790240091010>
- [2] 刘宪芝. 心理治疗在精神疾病临床的应用[J]. 医学信息, 2008, 21(11): 2112.
- [3] 马冉冉, 韩坤, 胡蒙蒙. 精神科临床工作中心理治疗的应用[J]. 现代养生, 2015(10): 255.
- [4] 郑红. 精神病医院心理门诊咨询状况分析[J]. 临床心身疾病杂志, 2008, 14(1): 64-65.
- [5] 赵文清, 李小平, 王兰兰, 等. 精神专科医院从业现状及心理治疗的开展情况调查分析[J]. 上海交通大学学报(医学版), 2017, 37(12): 1682-1686.
- [6] 吴进传. 将心理治疗根植于精神科临床工作中[J]. 中国保健营养, 2018, 28(36): 401.
- [7] Simon, N., Pollack, M., Tuby, K., et al. (1998) Dizziness and Panic Disorder: A Review of the Association between Vestibular Dysfunction and Anxiety. *Annals of Clinical Psychiatry*, **10**, 75-80.
<https://doi.org/10.3109/10401239809147746>
- [8] 李艳青, 孙秀珍, 韩英. 心理支持对焦虑症患者康复的影响[J]. 中国康复理论与实践, 2005, 11(10): 861.
- [9] 姚玉芳. 心理治疗联合中药治疗焦虑症的临床分析[J]. 中外健康文摘, 2014(27): 111.
- [10] 孙正海, 李荐中, 王文林, 等. 广泛性焦虑症心理与药物治疗效果研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2010, 32(18): 272- 274.
- [11] Pim, C.J., van Annemieke, S., Gerhard, A. and van Patricia, O. (2008) Psychotherapy for Depression in Adults: A Me-

ta-Analysis of Comparative Outcome Studies. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **76**, 909-922.
<https://doi.org/10.1037/a0013075>

- [12] 刘波, 王瑞文. 抑郁症的心理治疗策略[J]. 中国民政医学杂志, 2002, 14(4): 232-234.
- [13] 王立娜. 抑郁症的心理治疗[J]. 神经疾病与精神卫生, 2005, 5(4): 325-328.
- [14] 杨秀成, 张秋红, 马洪涛. 新编常见精神障碍的治疗及护理[M]. 昆明: 云南科技出版社, 2009.
- [15] 《千桥飞梦》编写组. 千桥飞梦——胡文祥学习研究成果实录[M]. 北京: 知识产权出版社, 2014: 130-142.
- [16] 胡文祥. 精神神经递质统一论[J]. 交叉科学快报, 2018, 2(2): 47-51.
- [17] 季建林. 抑郁症心理治疗的策略[J]. 临床精神医学杂志, 1994(3): 176-178.
- [18] 李春丽. 心理治疗在精神分裂症中的临床应用[J]. 中国健康心理学杂志, 2010, 18(3): 276-277.
- [19] 郝静远, 马密霞, 弓亚玲, 胡文祥. 分子心理学[J]. 交叉科学快报, 2019, 3(1): 1-5.
- [20] 胡文祥, 孔伟. 心理战与反心理战[M]. 北京: 解放军出版社, 2002.

知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2574-4143, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: isl@hanspub.org