<<心晴指引>>

图书基本信息

书名:<<心晴指引>>

13位ISBN编号:9787117153041

10位ISBN编号:7117153040

出版时间:2012-6

出版时间:吴文源、季建林、司天梅人民卫生出版社 (2012-06出版)

作者:吴文源等著

页数:82

版权说明:本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介,请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com

<<心晴指引>>

内容概要

《心晴指引:焦虑障碍防治指南大众本》的原版本,主要是为专科医师写的,目的是规范焦虑障碍的诊断和治疗,提高诊疗水平,更好地为前来就诊的焦虑障碍患者服务。

全书共四章节,内容包括焦虑障碍及其表现、焦虑障碍的危险因素及其影响、焦虑障碍的治疗方法、焦虑障碍的预防。

<<心晴指引>>

书籍目录

第一章 焦虑障碍及其表现 一、什么是焦虑 二、什么是病理性焦虑 三、焦虑障碍有哪些表现(一)惊恐障碍(二)广泛性焦虑障碍(三)社交焦虑障碍(四)创伤后应激障碍 第二章 焦虑障碍的危险因素及其影响 一、焦虑障碍的危险因素(一)家族遗传风险(二)家庭环境及成长经历(三)个性或人格因素(四)应激性生活事件或创伤事件(五)性别、年龄等个体背景状况(六)共病躯体疾病或精神障碍 二、焦虑障碍的严重性 第三章 焦虑障碍的治疗方法 一、药物和心理治疗(一)药物治疗(二)心理治疗 二、常用药物的适应证与不良反应(一)传统抗焦虑药物(二)具有抗焦虑作用的抗抑郁药(三)其他具有抗焦虑作用的药物(四)其他药物(五)特殊人群的用药 三、焦虑障碍患者的自我调节方法(一)如何记录"焦虑日记"(二)克服焦虑的应急小措施(三)如何让自己放松(四)如何学会暴露(五)识别引起焦虑和恐惧的不恰当想法(六)如何自我克服社交恐惧(七)如何克服考试焦虑症(八)如何自控焦虑情绪第四章 焦虑障碍的预防 一、如何早期识别焦虑障碍(一)过度担心(二)查无实据的身体不适(三)出现什么表现应该就医 二、如何预防焦虑症发生(一)未病先防(二)有病早治(三)已病防残 附录 焦虑的自我评估与筛查 1.焦虑筛查问卷(GAD-7)2.医院用焦虑抑郁问卷(HAD)3.焦虑自评量表(SAS)

<<心晴指引>>

章节摘录

版权页: 2.医生怎么帮助我选择药物?

这也是患者常问医生的问题。

一旦患者出现了焦虑表现,应当尽早寻求专业医生帮助,被诊断为焦虑障碍后,越早治疗,病情恢复得越快,将来的预后会越好。

医生往往要先确定诊断,不同的患者可能具体的临床表现并不相同,因此,医生在明确患者的主要症状表现后,会根据这些临床表现、患者的身体状况、对药物的敏感性和来医院取药是否方便等,为患者选择一种合适的治疗方案,因此不同的患者,医生可能选择的治疗方案并不完全相同。

3.抗焦虑药该怎么用?

很多人都吃过药,但是抗焦虑药物的使用有一些特点。

医生按照上述原则给患者选择一种治疗方案后,会建议患者先服用小剂量药物,逐渐增加到治疗剂量

所以有些时候,看上去治疗方案没有表现出疗效,并不是说治疗药物真的无效,可能是药物起效慢, 或者是药物剂量偏低,或者是患者没有按照医嘱用药(这是医生常说的患者对治疗依从性不好)。

一般来讲,治疗焦虑的药物起效相对较慢,可能需要大约1周左右的时间,患者才能感觉到药物对自己起效了,症状才开始有好转的征象,一般症状改善的顺序是精神性焦虑症状最先减轻,随后是一些躯体性焦虑症状、运动性不安和对场所的恐惧及回避这样的先后顺序逐渐减轻和缓解。

有些体质比较敏感的患者或者暗示性比较强的患者,可能在刚开始用药还没有表现出疗效时,先感觉 到一些不良反应,如心慌、头晕、失眠、口干和震颤等。

这是治疗初期的正常现象,一方面是治疗焦虑的药物疗效出现得晚,另一方面是患者可能是敏感素质 ,才会出现这种情况。

这些不良反应大部分是一过性的,程度较轻,少数人感觉稍重。

一般这些症状持续时间较短,通常约持续1—7天,随后逐渐减轻并消失。

所以有些人接受抗焦虑药物治疗往往是先体会到不良反应,然后是不良反应逐渐减轻,药物开始发挥出疗效。

因此医生除了要了解患者焦虑表现的临床特点外,还会询问了解患者的个性特点、体质以及患者过去的治疗情况,在征得患者同意后,为患者选择一种合适的治疗方案。

有几种方法能减少治疗初期药物不良反应的发生,一种方法是医生会建议患者先吃小剂量的药物,经过一个适应阶段后,逐渐加量到治疗剂量。

另一种方法是,医生在开始治疗时给患者合用小剂量的苯二氮草(商品名安定)类药,也能够减少抗 焦虑药治疗早期出现的心慌、失眠等不良反应,而且也对患者伴有的失眠症状有改善作用。

<<心晴指引>>

编辑推荐

《心晴指引:焦虑障碍防治指南大众本》重点对焦虑障碍的概念、临床特点和评估、以及规范化的药物和心理治疗进行了阐述。

<<心晴指引>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介,请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com