

<<心理障碍精神分裂症>>

图书基本信息

书名：<<心理障碍精神分裂症>>

13位ISBN编号：9787534573651

10位ISBN编号：7534573653

出版时间：2010-6

出版时间：江苏科技

作者：姚绍敏//罗金菊

页数：117

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>

<<心理障碍精神分裂症>>

前言

“让医学归于大众”是我的老师裘法祖教授在60多年前向广大医务工作者发出的号召。近几年来，随着生活水平的不断提高，人们对生活质量越来越讲究，对身心健康越来越加重视，对医学科普知识的需求越来越迫切。因此，裘老的这句口号更是被赋予了新的时代要求。这两年，有关健康养生类科普图书犹如雨后春笋不断涌现。然而，繁荣的背后，也有些让人担忧的隐患。在内各严谨的医学科普图书不断面世的同时，粗制滥造甚至伪科学的所谓“大家之作”趁势充斥市场，混淆视听。我们的老百姓医学知识缺乏，辨别是非的能力还不够，受害屡见不鲜。要想真正把科学的医学知识普及到广大百姓中去，我们从事临床一线工作的医务工作者必须在临床工作之余，加强医学科普图书的创作，积极响应我们的先驱裘老院士“让医学归于大众”的号召。

<<心理障碍精神分裂症>>

内容概要

心理障碍又称为精神障碍或精神疾病，是指一类具有诊断意义的精神方面的问题，特征为认知、情绪、行为等方面的改变，伴有痛苦体验或心理功能的损害，从而影响正常的生活、工作和学习的状态。本书主要介绍心理障碍病人的诊断治疗和日常护理知识。

<<心理障碍精神分裂症>>

书籍目录

第一部分 心理障碍的诊断与治疗 一、让我们了解心理障碍 (一)什么是心理障碍 (二)心理障碍不等于疯子 (三)心理障碍的分类 (四)常被忽视的心理障碍表现 (五)常见病因 二、精神分裂症 (一)精神分裂症的常见类型 (二)精神分裂症早期就有不正常表现 (三)精神分裂症的主要特征 (四)精神分裂症治疗有方 (五)影响治疗效果的因素 (六)病人复发时都有哪些表现 三、其他心理障碍 (一)抑郁症 (二)产后抑郁症 (三)躁狂症 (四)癔症 (五)恐惧症 (六)强迫症 (七)人格解体 (八)疑病症 (九)性倒错 四、心理障碍的治疗方法 (一)药物治疗 (二)心理咨询 (三)无抽搐电休克治疗 第二部分 心理障碍病人的生活起居 一、居室健康非常重要 (一)保持居室环境卫生 (二)现代居室健康理念 (三)居室颜色也会影响我们的心情 (四)精神分裂症病人的居室设计有什么要求 二、良好睡眠促进身心健康 (一)睡觉应该有一个合适的环境 (二)要想晚间睡得好,三宜三忌很重要 (三)顺应生物钟 (四)几个诱导睡眠的妙方 (五)中医方法帮助睡眠 三、合理安排病人的生活 (一)指导病人养成良好的生活规律 (二)业余爱好是生活中的调味剂 (三)吸烟和酗酒是压在健康头上的两座大山 第三部分 心理障碍病人的家庭护理 一、家庭护理的工作内容 二、心理护理 (一)患病初期 (二)有效治疗期 (三)康复期 三、生活训练 (一)日常生活训练 (二)人际关系训练 (三)职业技能训练 四、病人家属常见的心理误区 第四部分 心理障碍病人的营养与配餐 一、营养均衡,食物多样 二、心理疾病的食疗 (一)精神分裂症饮食调理 (二)治疗失眠的几种食物 (三)抑郁症食疗举例 三、心理疾病的饮食注意事项 第五部分 合理运动促进身心健康 一、生命在于运动 (一)运动都有哪些好处 (二)运动的时间选择 二、简单介绍几种运动方式 (一)太极拳 (二)游泳 (三)骑自行车 三、运动注意事项 (一)夏季运动应注意什么 (二)冬季运动应注意什么 第六部分 预防病情恶化和并发症 一、关于精神分裂症,我们必须知道的两件事 (一)心理障碍与精神分裂症 (二)精神分裂症应早发现、早治疗 二、抑郁症最严重的并发症——自杀 (一)十大自杀信号 (二)发现自杀倾向怎么办 三、几种化解压力的妙法 四、合理运用心理防御机制 (一)何为心理防御机制 (二)心理防御机制帮我们摆脱烦恼 (三)常见的自我保护机制 五、案例分析

<<心理障碍精神分裂症>>

章节摘录

插图：4.生活贫困加重心理压力这一群体主要是下岗职工和高校的贫困生。

一些下岗职工观念一时难以转变，对家政、建筑等工作不屑一顾，因而形成“高不成、低不就”的两难局面。

心理压力与生活压力的双重作用极易导致心理疾患，甚至造成家庭破裂。

而对于迈入高等学府的一些贫困生而言，一方面是经济状况的窘迫，一方面是虚荣心的作祟，这种现实会加剧矛盾心理，使这些贫困生心理疾患的概率增高。

5.急功近利的心理倾向有些人对事业的追求有急功近利的倾向，他们往往经不起失败的打击。

由于对成功的期望很高，且不想耗费太多的力气，总想以小博大，希望事半功倍。

可现实又往往不因人的主观意愿而改变，当然就容易失望、失落。

也有些人因急于求成而拚命工作，不断自我加压，总是苛求自己，结果常常因心有余而力不足导致失败，并诱发抑郁症、自闭症等心理障碍。

6.老年人缺乏精神关爱目前，我国的经济飞速发展，人民的生活水平有了明显的改善，绝大部分老年人的物质生活基本得以满足，但是随着我国步入老龄化社会，出现了很多空巢老人，他们的物质生活已有保障，但精神生活和心理需求却未必尽如人意，老人晚年缺少关爱已成为不容忽视的问题，这是引发老年人心理问题的重要诱因。

<<心理障碍精神分裂症>>

媒体关注与评论

“让医学归于大众，最好的医生是自己。”
——当代“医圣”裘法祖院士

<<心理障碍精神分裂症>>

编辑推荐

《心理障碍·精神分裂症》：国家最高科学技术奖获得者吴孟超院士作国家卫生部原副部长朱庆生领衔主编临床一线专家倾力打造的权威科普书——科学指导饮食起居，预防保健为患者及家属量身定做，丛书上市发行量突破100万册疾病治疗 饮食营养家庭护理 运动康复日常起居 防治恶化

<<心理障碍精神分裂症>>

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>