

<<抑郁症控制方案>>

图书基本信息

书名：<<抑郁症控制方案>>

13位ISBN编号：9787538866599

10位ISBN编号：7538866590

出版时间：2011-5

出版时间：黑龙江科技

作者：美国医学会 编

页数：157

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>

## <<抑郁症控制方案>>

### 前言

在生活中，不可避免总要经历一些痛苦和失意，有人遭遇破产、离婚、失去心爱的人，或其他各种痛苦。

当这些事情发生的时候，人们都会感到悲伤、痛苦、抑郁，甚至是绝望。

这些由具体现实事件引起的抑郁和悲伤，都是正常的反应，过一段时间这些感觉就会慢慢淡化。

但是，如果这种抑郁状态持续的时间过长，远远超过了一般人对这些事件的情绪反应，并且这些抑郁症状还出现恶化的趋势，严重地影响了正常的工作、生活和学习，那么很可能是患了当今世界最常见的心理疾病——抑郁症。

抑郁症是一种非常常见的疾病，发病率位于世界150种常见疾病的第4位，并呈现出上升的趋势。全世界范围内约有3.4亿抑郁症患者，它对人的生活质量与工作能力都造成了非常严重的损害，更有15%左右的抑郁症患者最终自杀死亡。

抑郁症是一种严重并具有遗传性的疾病，但它和其他很多常见疾病一样，只要遵从医嘱，接受治疗，完全可以缓解和康复，重见生活的阳光。

所以，抑郁症的患者应该放心，只要积极治疗，完全可以正常地生活和工作。

但不幸的是，很多抑郁症患者(约2/3)没有意识到自己患病了，所以从没接受过应有的治疗。

另外，很多人并没有把抑郁症当成一种疾病，而是把它看成自己性格的弱点或缺陷。

相信每一位抑郁症患者及其家人都希望了解人为什么会患上抑郁症，都希望对抑郁症有深刻的认识。

为了解答抑郁症患者及其家人遇到的各种问题，我们引进出版了美国医学会编写的《轻松告别抑郁症》一书。

美国医学会作为世界上医学和健康领域最权威的研究机构，在抑郁症的研究方面取得了卓有成效的成果，本书便是汇集了他们多年来的研究成果和最新的研究进展。

在书中，读者将获得下面的信息：抑郁症的基本概念、抑郁症的模拟病例研究、发病情况、相关数据，以及抑郁症的类型和常见症状，抑郁症的病因和治疗方法的全面分析。

书中详细的介绍了抑郁症现有的有效疗法，包括药物疗法和其他疗法，还有专门一章介绍如何帮助抑郁症患者的亲人。

如果你有亲人或朋友是抑郁症患者，希望这本书可以给你提供一些帮助他们的方法和知识。

在这本书中，美国医学会的专家们对脑中化学物质、激素和遗传因素等的作用进行了深入的研究。

另外，这本书还对伴有其他躯体性疾病的抑郁症进行了深入讨论。

希望这本书能让你远离抑郁症并能有效地帮助他人。

## <<抑郁症控制方案>>

### 内容概要

“疑难病自我防治”丛书是美国医学会的专家们为普及医学知识、增强疾病的治疗效果和提高患者生命质量做出的重大贡献。

该丛书以其准确性、可靠性和实用性受到欧美国家数千万读者和众多媒体的一致好评。

《抑郁症控制方案(轻松告别抑郁症)》即为其中一本，《抑郁症控制方案(轻松告别抑郁症)》共分七章，包括抑郁症的基本概念、抑郁症的类型及其常见症状、抑郁症的病因和治疗方法等。

此外，书中还介绍了抑郁症的模拟病例研究，发病情况、相关数据以及怎样去帮助抑郁症患者等内容。

美国医学会是美国最大的内科医生组织，被世界医学界认为是世界上最权威的医学研究机构之一。这里聚集了世界上一流的医学专家，他们的研究成果对世界医学产生了重大的影响。

## <<抑郁症控制方案>>

### 作者简介

美国医学会是美国最大的内科医生组织，被世界医学界认为是世界上最权威的医学研究机构之一。这里聚集了世界上一流的医学专家，他们的研究成果对世界医学产生了重大的影响。

## <<抑郁症控制方案>>

### 书籍目录

#### 第一章 抑郁症的定义

什么是抑郁症

抑郁症的现状和相关数据

抑郁症高风险因素

#### 第二章 抑郁症的类型

重性抑郁症

重性抑郁症的类型

心境恶劣

季节性情感障碍(SAD)

双相情感障碍

双相情感障碍的类型

我的抑郁症和你的相像吗

#### 第三章 抑郁症的主要病因

抑郁症的生物学病因

抑郁症的遗传学病因

抑郁症的情感和环境因素

#### 第四章 抑郁症的其他病因

躯体疾病与抑郁症

物质滥用与抑郁症

处方药物与抑郁症

病因的相互联系

#### 第五章 帮助抑郁症患者

我需要帮助吗

你的亲人需要帮助吗

接受治疗的益处

去哪里接受治疗

诊断

质疑你的诊断结果

选择治疗方案

由何人来实施治疗

选择专业的治疗

应该在哪里接受治疗

自我帮助

#### 第六章 抑郁症的治疗

药物疗法

光疗

电休克疗法

心理疗法

制作你的疾病图表

补充疗法

#### 第七章 帮助患有抑郁症的亲人

我应该怎么做

当你的亲人住院治疗时

当亲人要自杀时

接近你的亲人

<<抑郁症控制方案>>

当子女患有抑郁症时

当老年人患有抑郁症时

康复

附录：术语表

## <<抑郁症控制方案>>

### 章节摘录

版权页：对于病程长的抑郁症患者来说，压力和抑郁症的关系特别模糊。

抑郁症的第1次或第2次发作很可能由人生中的损失或灾难引起。

但是，在初始的发作之后，接下来的发作通常是偶然发生的。

相对于随后的发作，研究者仍不清楚为什么生活中的压力事件更可能引发抑郁症的初次发作。

但是有一种理论认为，初次发作可能导致脑内化学物质发生永久改变。

这种理论被称为激发—感受增强假说，它指出初次发作激发或导致大脑边缘系统产生永久的改变，使它对以后的发作更为敏感。

因为第1次的发作增强了一个人对抑郁症的易感性，因此轻微的压力事件也会更容易引发以后的发作

。研究者的这种激发—感受增强假说是建立在动物试验中动物行为的基础上的。

他们发现如果持续用电流刺激动物的边缘系统，动物最终会产生癫痫。

另外，动物的大脑功能也会产生变化，对以后的发作敏感眈增强。

即使当动物已经被单独放置了数月之后，再次电击时仍会诱发癫痫发作。

一些动物会自发性地出现癫痫发作，尤其是它们被放置在一开始被电击的地方时。

这表明动物的癫痫发作可以被环境刺激引发。

同样，压力也能使动物对电流更敏感。

## <<抑郁症控制方案>>

### 媒体关注与评论

在这本书中，我找到了适合自己的治疗方法，短短3个月，我就彻底摆脱了抑郁症。我非常感谢这本书，因为它重新给我带来了生活的勇气和信心。

——患者·约翰·韦恩我很庆幸自己读到了这本为抑郁症患者编写的书，这让我看到了美国医学会在抑郁症的病因研究和治疗方案的研究上取得的最新进展。

我认为，这本书是世界上所有抑郁症患者的福音。

——荷兰精神科研究专家托马斯·鲍迪博士本书精简、明了、可读性高，解读了许多抑郁症患者及其家人的困扰，例如，抑郁症的定义、类型、病因、治疗方法以及怎样去帮助抑郁症患者，可以为抑郁症患者节省许多时间、金钱以及很多不必要的忧虑。

——《纽约时报》书评



## <<抑郁症控制方案>>

### 编辑推荐

美国医学会作为世界上医学和健康领域最权威的研究机构，在抑郁症的研究方面取得了卓有成效的成果，《抑郁症控制方案：轻松告别抑郁症》便是汇集了他们多年来的研究成果和最新的研究进展。

在书中，读者将获得下面的信息：抑郁症的基本概念、抑郁症的模拟病例研究、发病情况、相关数据，以及抑郁症的类型和常见症状，抑郁症的病因和治疗方法的全面分析。

书中详细的介绍了抑郁症现有的有效疗法，包括药物疗法和其他疗法，还有专门一章介绍如何帮助抑郁症患者的亲人。

如果你有亲人或朋友是抑郁症患者，希望这本书可以给你提供一些帮助他们的方法和知识。

<<抑郁症控制方案>>

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>