抑郁症治疗并非“千人一面”



王安珍 副主任医师，一直从事精神科临床工作，对各类神经症、抑郁症及心理障碍的诊断与治疗有丰富的临床经验。业务专长：各类神经症、抑郁症及心理障碍的诊疗。

抑郁症是一种极其折磨人的严重的心理疾病，难以治愈，也是最普遍的居于首位的心理疾病。在我国，人们对于抑郁症的认识和正确诊治率又极其之低，大多数患者对抑郁症缺乏足够的认识，也不知道到哪里看医生，没有找出根本的病因，治到根本上，白花钱财，贻误时间，拖重病情，导致不少抑郁症患者经受不了巨大的痛苦而自杀身亡，给家庭带来极大的痛苦和损失。日前，市场星报健康热线0551-62623752，邀请了安徽省精神卫生中心（合肥市第四人民医院）神经症科副主任王安珍与读者交流。 李皖婷 记者 马冰璐/文 倪路/图

抑郁症是一种心理疾病

读者：抑郁症是疾病吗？

王安珍：抑郁症是一种心理疾病，又称抑郁障碍，以显著而持久的心境低落为主要临床特征，是心境障碍的主要类型。情绪的消沉可以从闷闷不乐到悲痛欲绝，自卑抑郁，甚至悲观厌世，可有自杀企图或行为；甚至发生木僵；有的病人有明显的焦虑和运动性激越；严重者可出现幻觉、妄想等精神病性症状。每次发作持续至少两周以上，长者甚或数年，多数病例有反复发作的倾向，每次发作大多数可以缓解，部分可有残留症状或转为慢性。

抑郁症的病因尚不清楚

读者：抑郁症的病因是什么？

王安珍：抑郁症的病因并不清楚，生物、心理与社会环境诸多方面因素参与了抑郁症的发病过程。与抑郁症关系密切的心理学易患素质是病前性格特征，如抑郁气质。成年期遭遇应激性的生活事件，是导致出现具有临床意义的抑郁发作的重要触发条件。目前强调遗传与环境或应激因素之间的交互作用，并在抑郁症发生过程中具有重要的影响。

持续两周心境低落或是患上抑郁症

读者：依据哪些表现判定是抑郁症？

王安珍：患者通常具有心境低落、兴趣和愉快感丧失、精力不济、疲劳等典型症状。其他常见的症状是：①集中注意和注意的能力降低；②自我评价降低；③自罪观念和无价值感（即使在轻度发作中也有）；④认为前途暗淡悲观；⑤自伤或自杀的观念或行为；⑥睡眠障碍；⑦食欲下降。病程持续至少2周。

治疗抑郁症不用激素

读者：治疗药物是不是激素？

王安珍：不是，目前临床上一线的抗抑郁药主要包括选择性5-羟色胺再摄取抑制剂（SSRI，代表药物氟西汀、帕罗西汀、舍曲林、氟伏沙明、西酞普兰和艾司西酞普兰）、5-羟色胺和去甲肾上腺素再摄取抑制剂（SNRI，代表药物文拉法辛和度洛西汀）、去甲肾上腺素和特异性5-羟色胺能抗抑郁药（NaSSA，代表药物米氮平）等。传统的三环类、四环类抗抑郁药和单胺氧化酶抑制剂由于不良反应较大，应用明显减少。

治疗抑郁症不仅是“治”情绪

读者：抑郁症的治疗就是把情绪治好吗？

王安珍：不仅仅是，抑郁症的治疗要达到三个目标：①最大限度减少病残率和自杀率，关键是彻底消除临床症状；②提高生存质量，恢复社会功能；③预防复发。

抑郁症治疗并非“千人一面”

读者：所有抑郁症的治疗都一样吗？

王安珍：不是的，抑郁症的治疗原则是：①个体化治疗；②剂量逐步递增，尽可能采用最小有效量，使不良反应减至最少，以提高服药依从性；③足量足疗程治疗；④尽可能单一用药，如疗效不佳可考虑转换治疗、增效治疗或联合治疗，但需要注意药物相互作用；⑤治疗前病情告知；⑥治疗期间密切观察病情变化和不良反应并及时处理；⑦可联合心理治疗增加疗效；⑧积极治疗与抑郁共病的其他躯体疾病、物质依赖、焦虑障碍等。

抑郁症好了还需定期复诊

读者：抑郁症好了就不需要继续治疗了吗？

王安珍：有人对抑郁症患者追踪10年研究发现，有75%～80%的患者多次复发，故抑郁症患者需要进行预防性治疗。发作3次以上应长期治疗，甚至终身服药。维持治疗药物的剂量有人认为应与治疗剂量相同，还应定期门诊随访观察。心理治疗和社会支持系统对预防本病复发也有非常重要的作用，应尽可能解除或减轻患者过重的心理负担和压力，帮助患者解决生活和工作中的实际困难及问题，提高患者应对能力，并创造良好的环境，以防复发。

下期预告

什么是无痛分娩？剖宫产术后再次妊娠阴道试产（VBAC）的禁忌症有哪些？腰部硬膜外阻滞分娩镇痛术有哪些特点？下周二（10月31日）上午9:30至10:30，市场星报健康热线0551-62623752，将邀请安徽省妇幼保健院妇产科副主任医师刘萍与读者交流。

刘萍，副主任医师。多年来，擅长妇科和产科的多种疾病的诊断和治疗，具有极其丰富的临床经验，发表核心期刊数篇。

华玲 记者 马冰璐

扬子晚报携手市场星报郑重推荐
要喝就喝正宗产地茅台镇原浆酒
报社本部销售点：合肥市三孝口龚湾路与迴龙桥路交口向南10米 星报惠购
销售热线：0551-65691860
乘车路线：三孝口（公交站）：17、122、126、133、162、701、901
三孝口西（公交站）：3、快4、116、136
特惠价100元/箱6瓶

规格：500ml/瓶
酒精度：52度 产地：贵州茅台镇
厂商指导价：298元/瓶
“娘胎”好
这款酒来自“中国白酒之乡”茅台镇。气候、土地、水质等得天独厚。地下水地表水通过红壤层时，对人体有益的多种微量元素被溶解，经过层层过滤，香气悠久滋味醇厚！
“基因”好
茅台镇原浆酒生产所用高粱为本地红樱子高粱，颗粒坚实、饱满，酒体丰满醇厚、回味悠长。自然酱香浓郁，甘甜可口。
“东家”好
贵州民族酒业集团成立于1984年，是茅台镇最早的酿酒企业之一。集团传承古法传统工艺，同批原料要经九次蒸煮、八次摊晾、加曲、高温堆积、入池发酵、七次取酒，历时整整一年。
好酒就近买 地址任您选
本部销售点：合肥市三孝口龚湾路与迴龙桥路交口向南10米 0551-65691860
瑶海区销售点：合肥市合裕路与铜陵路交叉口市政小区4栋103室 0551-64478354
蜀山区销售点：合作化南路186号五里墩立交桥东南角 0551-65142744
包河区销售点：双河路4号（合巢路32中向东200米） 0551-63437457
政务区销售点：政务区嘉和苑北区21栋106 室 0551-63529340
广告