



极度抑郁症的定义 和症状

极度抑郁症是一种严重的精神疾病，它会导致广泛的症状，影响日常生活和工作能力。

症状包括持续的悲伤、兴趣丧失、疲劳、睡眠问题、食欲变化和自尊心下降等。

 by Alice Zou





极度抑郁症的成因分析



生物学因素

包括遗传因素、神经递质失衡、脑结构和功能异常等。



心理因素

负面认知模式、应对机制缺陷、早期不良经历等因素都会增加患病风险。

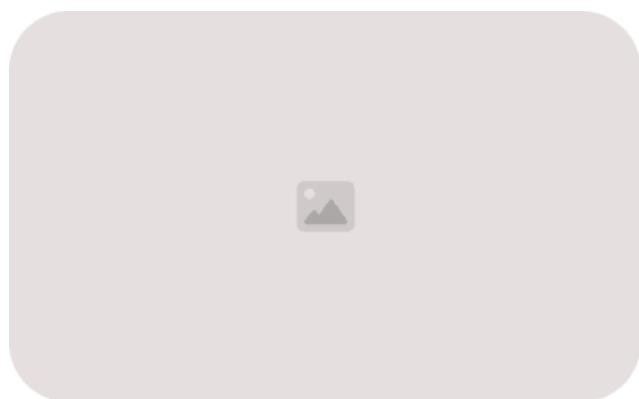


社会因素

社会支持不足、重大生活事件、压力过大、工作和人际关系问题等都可能诱发抑郁症。

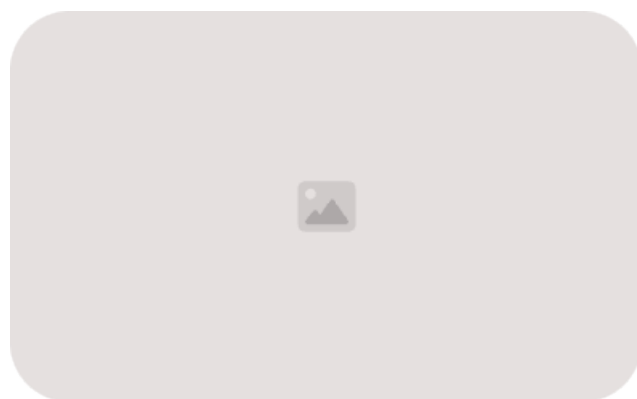


极度抑郁症的诊断标准



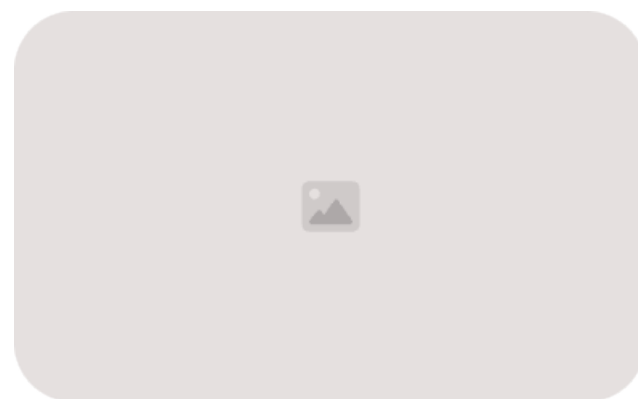
DSM-5标准

美国精神疾病诊断与统计手册第五版 (**DSM-5**) 提供了极度抑郁症的诊断标准。



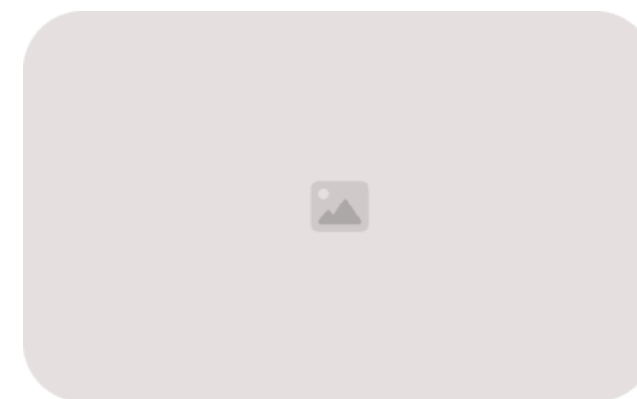
ICD-10标准

国际疾病分类第十版 (**ICD-10**) 也提供了极度抑郁症的诊断标准。



症状持续时间

抑郁症状必须持续至少两周才能诊断为极度抑郁症。



其他标准

除了持续时间，症状必须导致明显的痛苦或功能障碍。



临床评估和诊断流程

1

患者访谈

详细询问患者的病史、症状、心理状态、生活方式等，建立完整的病历资料。

2

体格检查

评估患者的身体健康状况，排除其他躯体疾病引起的抑郁症状。

3

实验室检查

进行必要的血液、尿液、影像学检查，排除其他器质性疾病。

4

心理评估

应用标准化的心理量表评估患者的抑郁程度、认知功能、人格特点等。

5

诊断评估

综合分析患者的各项评估结果，结合诊断标准，制定最终诊断。



身体检查和实验室检查

评估总体健康状况

身体检查可以识别可能影响抑郁症的潜在疾病，例如甲状腺功能减退或维生素缺乏。

评估患者的身体状况，例如体重、血压、心率等指标，为进一步治疗提供参考。

排除潜在的疾病

实验室检查可以排除一些可能导致抑郁症的疾病，例如感染、内分泌疾病和药物副作用。

常见的实验室检查包括全血细胞计数、血液生化检查和尿液分析。



心理评估和评分量表

○ 结构化访谈

用于收集患者的症状、病史、生活方式和其他相关信息。

○ 抑郁症严重程度量表

例如，汉密尔顿抑郁量表（**HAM-D**）、贝克抑郁量表（**BDI**）等。

○ 标准化量表

评估情绪、认知、功能和社会适应等方面，提供量化的结果。

○ 自评问卷

患者填写关于自己症状和感受的表格，帮助评估抑郁症的严重程度。



鉴别诊断和共病情况

其他精神疾病

鉴别诊断是将极度抑郁症与其他精神疾病区分开来，例如焦虑症、双相情感障碍和精神分裂症等。

躯体疾病

某些躯体疾病，如甲状腺功能减退症或慢性疼痛，可能会模拟抑郁症状，需要进行必要的排除。

药物副作用

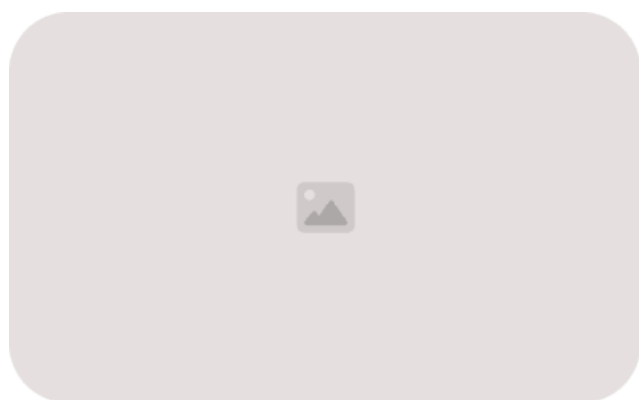
某些药物，如降压药或镇静剂，可能会引起抑郁症状，需要评估用药史和调整用药方案。

共病情况

极度抑郁症常与其他精神障碍共存，如焦虑症、物质滥用、睡眠障碍等，需要综合评估和治疗。

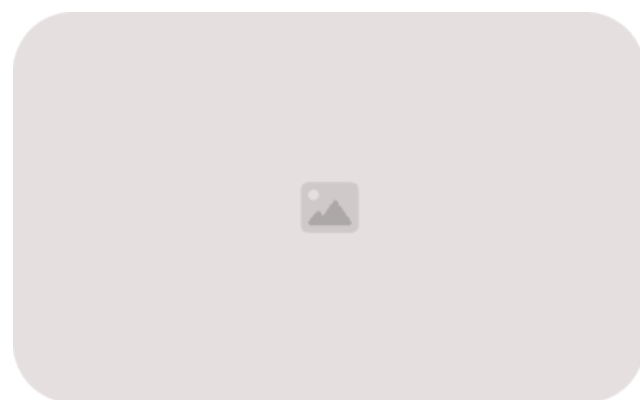


极度抑郁症的分类和分期



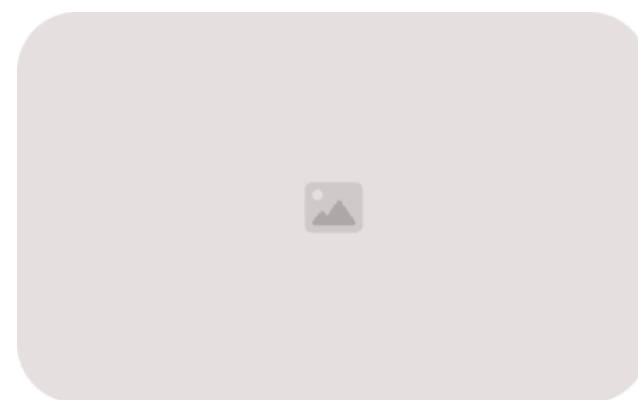
症状严重程度

根据患者症状的严重程度和对日常生活功能的影响程度，可分为轻度、中度、重度和极度抑郁症。



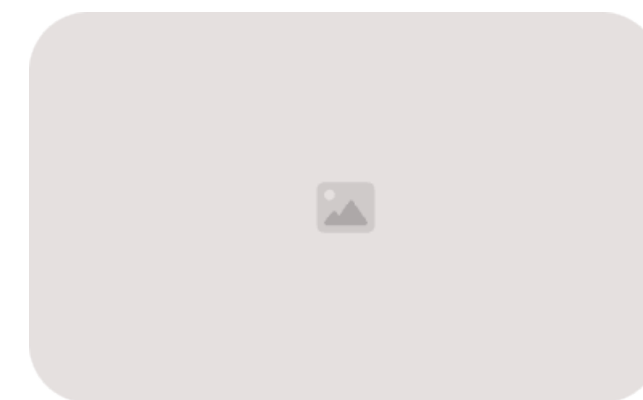
病程长短

根据病程长短，可分为急性、亚急性、慢性、复发性抑郁症等。



伴随症状

根据是否伴随焦虑、强迫、恐惧等症状，可分为伴有焦虑的抑郁症、伴有强迫症状的抑郁症等。



治疗方案

根据不同类型和分期，制定相应的治疗方案，包括药物治疗、心理治疗、电休克疗法等。



药物治疗的种类和机制

抗抑郁药

抗抑郁药是治疗极度抑郁症的主要药物。它们可以调节大脑中的神经递质，例如血清素、多巴胺和去甲肾上腺素，以改善情绪、睡眠、食欲和能量水平。

抗焦虑药

抗焦虑药可以帮助减轻焦虑症状，如紧张、不安和恐惧。这些药物通常与抗抑郁药一起使用，以缓解极度抑郁症患者的焦虑症状。



常见抗抑郁药物的选择

1 选择药物的原则

应根据患者的具体情况，例如年龄、病情严重程度、既往病史、药物耐受性等，选择合适的抗抑郁药物。

3 其他药物

如果**SSRIs**效果不佳，可以选择其他类型的抗抑郁药物，例如三环类抗抑郁药、单胺氧化酶抑制剂（**MAOIs**）等。

2 首选药物

选择性**5-羟色胺再摄取抑制剂（SSRIs）**是首选，如舍曲林、氟西汀、帕罗西汀等。

4 药物剂量和疗程

应根据患者的病情、年龄和耐受性等因素，确定合适的剂量和疗程。



药物治疗的疗程和剂量

1

个体化方案

抗抑郁药物的疗程和剂量因患者个体情况而异，需由医师根据患者的病情、症状、耐受性等因素制定。

2

循序渐进

一般情况下，治疗需要持续至少**4-6**周，才能观察到明显的疗效，并根据患者的反应调整剂量或药物种类。

3

持续治疗

即使症状得到缓解，也要遵医嘱继续服药，以免复发，并根据患者情况决定是否需要长期治疗。

4

定期监测

在治疗过程中，需要定期复诊，监测患者的症状变化、副作用以及药物疗效，并及时调整治疗方案。



药物治疗的副作用管理



药物副作用

抗抑郁药物可能引起各种副作用，如头痛、恶心、口干、失眠、疲劳等。



及时咨询

一旦出现明显的副作用，应及时咨询医生，调整用药方案或采取相应的对症治疗。



定期监测

定期监测患者的身体状况，密切关注可能出现的副作用，并根据情况调整治疗方案。



缓解副作用

通过调整生活方式，如充足睡眠、均衡饮食、适当运动、放松身心等，可以有效缓解一些常见的副作用。



心理治疗的种类和目标

认知行为治疗 (CBT)

认知行为治疗帮助患者识别和改变导致抑郁症的不健康想法和行为模式。治疗师引导患者挑战负面思维，并学习新的应对机制。

人际关系治疗 (IPT)

人际关系治疗关注患者与他人关系中的问题，例如人际冲突、失去亲近的人或角色转变。治疗师帮助患者改善人际交往技巧和解决人际关系中的问题。

精神动力学治疗

精神动力学治疗专注于患者过去的经历和潜意识冲突，如何影响他们目前的情绪和行为。治疗师帮助患者理解这些模式，并找到更健康的应对方式。

支持性心理治疗

支持性心理治疗提供一个安全和支持性的环境，帮助患者应对抑郁症的压力和挑战。治疗师提供倾听、鼓励和指导，帮助患者建立自我价值感和社会支持系统。



认知行为治疗的应用

认知行为治疗（**CBT**）是一种心理治疗方法，在极度抑郁症的治疗中发挥着重要的作用。

1

识别负面思维模式

2

挑战扭曲的想法

CBT帮助患者识别和挑战扭曲的想法，例如过度概括化、灾难化、个性化。

3

培养积极行为

CBT鼓励患者参与积极的行为，例如运动、社交、爱好，以改善情绪和生活质量。

CBT可以帮助患者改变负面思维模式，培养更积极的行为习惯，提高应对压力的能力。



人际治疗的作用

人际关系的探究

人际治疗着重于探究个体的人际关系模式，包括早期人际经验、人际冲突和人际损失等，分析其对抑郁症的影响。

人际技能的提升

通过识别和分析人际关系中的问题，治疗师帮助患者发展更健康的人际交往技能，例如沟通技巧、边界设定和冲突解决能力。

情感表达的疏导

人际治疗提供安全的平台，鼓励患者表达情感，例如悲伤、愤怒和孤独，并帮助他们处理这些情感，减轻抑郁症状。

支持网络的建立

治疗师帮助患者建立更健康的人际关系网络，包括家人、朋友和支持团体，提供情感支持和社会连接，促进康复。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/236053131131011002>