

承认心身疾病的存在，事实上是对医生提出了更高的要求，**医生在看病时，不仅要关注“病”，更要关注“人”。**

干预，患者自身也没有对疾病的心理和社会治疗投入更多的重视。

“心病”不是假病

2017年的一个学术会议上，上海交通大学医学院附属仁济医院心理医学科主任骆艳丽讲述了这样一个真实的病人故事。

有位56岁、明确诊断患有甲亢的女患者，母亲是老年痴呆患者。这位病人的甲亢表现有多食、消瘦、乏力、怕热、易怒等。当她母亲住到她家里时，这些症状会明显加重，后来母亲住进养老院后，病人甲亢症状及甲状腺功能就会变得相对正常。

在参与会诊时，心理科医生对这位病人做了详细的临床访谈，医生们发现，她的母亲从小到大对她的要求非常高，造成她性格上追求完美，亲力亲为。她还是单位的部门领导，一方面希望把工作完美做好，一方面又希望照顾好妈妈，以免留有遗憾，因此每当母亲住到她家里时，她就倍感压力。

心理科医生与内分泌科医生一起为患者提供平行治疗，使用药物改善焦虑情绪和睡眠，用心理治疗帮助她认识到自己的性格特征、成长经历以及工作生活压力对甲亢的影响。综合性的治疗，收到了明显的效果。

上海市精神卫生中心康复科副主任范青医生，也向记者提供了一个例子。有一位抑郁症患者，同时患糖尿病。之前采用胰岛素治疗，一直没有得到很好的疗效。后来因抑郁症住院，经过精神科医生的治疗，抑郁症状得到了明显改善，这时，患者的血糖也控制住了。

像上面这样明显与心理社会因素相关的疾病，还有很多。原发性高血压、冠心病、消化性溃疡、神经性皮炎、支气管哮喘、慢性疼痛、肿瘤、神经性呕吐等等，这些疾病有共同的特征：首先，它们都有明显的躯体症状和体征；其次，发病原因以心理社会因素为主，且随着患者情绪与人格特征的不同而有明显的病征差别；第三，对这些病用单纯的生物学治疗，效果不理想。

心理社会因素真的能够如此明显地影响人的躯体健康吗？在消化道溃疡这个疾病上，就有相关的研究。

消化道溃疡以及十二指肠溃疡相关的两大危险因素是一种抗炎药的使用和幽门杆菌感染，其中只有15%的幽门杆菌携带者发生消化道溃疡。消化性溃疡是一类多因素致病的疾病，除了细菌致病，这种疾病是遗传、环境及社会心理因素共同作用的结果。研究表明，30%–65%的溃疡由心理因素导致。

大量研究证实，在经历灾难后，消化道溃疡的发病率明显上升。第二次世界大战中，由于纳粹空袭伦敦，造成人群溃疡穿孔的发生率增加。国内学者也发现，政治运动的冲击和亲人丧失等变故是导致消化性溃疡病的重要原因。

心身疾病的具体发病机制目前还不清楚，但总体而言，认为是心理应激因素通过中枢神经系统影响自主神经系统、内分泌系统和免疫系统中介机制，继而影响各个器官而导致疾病。

识别率不足10%

承认心身疾病的存在，事实上是对医生提出了更高的要求，医生在看病时，不仅要关注“病”，更要关注“人”。

不过，现状不容乐观，有专家认为，国内心身疾病虽然发病率高，但识别率不足10%，即便识别出来，也仅有极少部分患者得到了针对性的治疗。

通常，医生会抱怨病人太多，没有条件为患者进行包括心理因素在内的全面检查和诊断。不过，也有专家认为，综合性医院大多设置了心理科，通过邀请心理科医生会诊的形式，也可以给患者提供更好的诊疗服务，关键是医生首先要对心身疾病给予更多的重视。

范青医生如今为上海交通大学医学院本科二年级的学生教授《医学心理学》课程的“心身医学”章节内容，她说，在医学教育中，应该更加强调心身医学的重要性，让医学生在今后的职业生涯中，对心身医学投入更多关注。✎