

《健康家庭好医生之图解心理疾病》

书籍信息

版次：1

页数：320

字数：450000

印刷时间：2003年05月01日

开本：

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787806398609

编辑推荐

在SARS疫情突如其来的日子里……多少人提心吊胆，恐惧终日；据调查，某些患者的死因并非不可战胜的SARS病毒，而是对SARS的恐惧；一些人患上了强迫性疾病，在不安和强迫性行为中忐忑度日……心理健康从来没有像今天这样，引起人们的广泛关注；强大的心理素质不仅是人们获得成功的关键，且是战胜挫折和平安度过非常时期的前提……全面的健康=心理健康+身体健康，是现代人全新的健康观念。只有拥有强大的心理健康优势，才能应付现代生活多方面的挑战。

内容简介

21世纪被称做“精神的时代”，但是人们对于精神的了解达到何种程度了呢？脑的情况单纯依赖X线摄影是无法弄清楚的，而通过血管摄影则可看清楚一些。脑CT及MRI可清楚显示脑内结构，但仍无法了解其作用。在脑的作用这一点上，脑电波多少可以提供一些信息。将这些脑电波信号和脑形态情况结合起来研究的技术目前正处于开发之中。就像脑的作用人们一点一点地认识一样，不断发展下去，“精神”终会被我们所逐渐认识并显形于世。21世纪，技术开发将飞速发展，也许不仅脑的作用，连精神的作用也将被研究清楚。而且，在精神无法健康地发挥作用时，可以使用多各方法来消除这种伤害。

作者简介

吉川武彦 医学博士。日本琉球大学教育部教授。曾任日本国立精神卫生研究所精神保健企划部部长、所长，现任名誉所长。2001年4月起任中部学院大学人类福利学研究室教授。著有《心理健康学》、《危险的心理》、《心灵的书信》、《抑郁综合征》等多部著作。

目录

卷首插图 从脑来看精神结构
前言 健康地活在“精神时代”
本书的使用方法
第1章 图示诊断 从症状推断心理疾病
诊断图1 睡眠不好
诊断图2 总做噩梦、梦魇
应了解的症状知识 发生噩梦的机理

诊断图3 白天十分困倦，不能控制打盹

诊断图4 急躁、易怒

诊断图5 非常在意细小的事

应了解的症状知识 没有问题的“担心”与问题的“担心症”

诊断图6 精神萎靡

应了解的症状知识 精神萎靡，是精神原因，还是身体原因？

诊断图7 产后自己的情况有了变化，在婴儿也不够耐心

应了解的症状知识 怀孕、生产不全都是高兴事

诊断图8 不愿见人

应了解的症状知识 与人愉快交往的秘诀

诊断图9 神情淡漠

应了解的症状知识 健康人也会有“离人体验”

诊断图10 懒得外出、恐惧外出

诊断图11 懒得去公司、害怕去公司

诊断图12 对工作、之前务及日常活动感到力不从心

诊断图13 一不工作就极度不安

诊断图14 在人前紧张得不能流利讲话、脸红、颤抖

应了解的症状知识 紧张了是必要的

诊断图15 害怕别人的视线

诊断图16 意志消沉

.....

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)