

全球首个治疗恐高症的训练软件在沪诞生

戴着VR眼镜进行治疗就能缓解症状

2022年03月13日

作者：吴苡婷



平时看着是正常的人，一走到高楼或者高山上，却开始呼吸急促，惊恐万分，脸色发白。这就是恐高症的临床表现。根据专业机构的统计，全球以恐高症为代表的特定恐惧症终生患病率为3%-15%，如不进行及时干预，病症可持续数年或数十年，并增加罹患其他精神障碍的风险。

日前，从上海交大医学院传来好消息，依托“上海智慧心理评估与干预工程技术研究中心”平台，由上海交大医学院附属精神卫生中心和凝动万生医疗科技（武汉）有限公司合作研发的“特定恐惧心理康复训练软件”获批中华人民共和国II类医疗器械注册证。这是我国首个获批的基于VR（虚拟现实）设备的特定恐惧心理康复训练软件，也是全球首个适用于特定恐惧症（恐高症）的医疗器械。这也意味着恐高症患者有了福音，在非药物的治疗后，他们有望不再惧怕“登高”。

数字疗法的落地应用

在上海交大医学院附属精神卫生中心的实验室中，记者看到一位年轻人戴着VR眼镜，正在慢慢行进，旁边的工作人员一边对其进行指导一边进行记录。

工作人员介绍说，在虚拟世界中，患者置身于高山之间的一座大桥上，我们在记录他的心理感受。

上海交大医学院附属精神卫生中心副院长、上海智慧心理评估与干预工程技术研究中心主任王振教授告诉记者，这是数字疗法在精神卫生领域的真正落地。

“原来对于恐高症的治疗方法是暴露疗法，但是实施起来会有很多困难，现实困难就是医生无法带着患者去高楼上治疗。”王振说，但是有了虚拟现实设备的加盟，加上专业的设计流程和验证效果，数字治疗就有了可能。通过对100多名志愿者的治疗实践，效果还是非常明显的。

治疗就像“通关”玩游戏

利用训练软件进行恐高症的治疗有点像“通关”玩游戏，但是又不像游戏那么复杂。“特定恐惧心理康复训练软件”分为三级人工场景和三级自然场景六个部分，工作人员会根据患者情况，安排其逐级暴露，经历7-10次的治疗就有很好的效果。

王振举例说，在人工场景中，一开始会模拟患者乘坐电梯升高到高楼上，之后会让患者走在有栏杆的高楼上，最高难度是让患者在虚拟世界中走上没有栏杆的高楼平台，让患者站在高台上往下看。

“在治疗前，我们预先会使用强化学习技术，让患者放松下来，专心投入到治疗中。治疗也不是千篇一律的，而是个性化和针对性的，有的人很快适应，有的人需要时间，只有在上一个级别的恐惧和焦虑得到控制后，专业人员才会让患者进入下一个级别。王振说。


走向临床还需时日

恐高症虽属于精神疾病，却与基因变异等没有关系。王振说，之所以可以用虚拟技术进行治疗，是因为科学家们发现，恐高症的形成与童年经历有一定的关系，在应激压力的刺激下容易展现出来，暴露治疗的效果在医学上一直是被肯定的。

王振透露，“特定恐惧心理康复训练软件”虽已获批II类医疗器械注册证，但是要走向临床，还需一段时间，希望患者耐心等待，也盼望这项特殊的医疗器械未来能给申城患者带去愉悦美好的治疗体验。

上海交大医学院附属精神卫生中心是集研发、转化、促进心理健康领域产业化进程于一体的全国知名专业机构，此次与产业界携手探索创新数字疗法，也展现“上海600号”正在全力铺陈智慧医疗的新赛道。据悉，上海交大医学院附属精神卫生中心未来还将聚焦其他临床需求，推进与科技企业的产学研合作，共同研究、开发、转化针对焦虑、恐惧、强迫、抑郁等常见精神心理疾病的创新诊疗产品。

证件信息：沪ICP备10219502号 (<https://beian.miit.gov.cn>)

 沪公网安备 31010102006630号 (<http://www.beian.gov.cn/portal/registerSystemInfo?recordcode=31010102006630>)

中国互联网举报中心 (<https://www.12377.cn/>)

Copyright © 2009-2022

上海科技报社版权所有

上海科荧多媒体发展有限公司技术支持



([//bszs.conac.cn/sitename?method=show&id=5480BDAB3ADF3E3BE053012819ACCD59](http://bszs.conac.cn/sitename?method=show&id=5480BDAB3ADF3E3BE053012819ACCD59))