



睡眠障碍是中医心理专科的突破点

<http://www.firstlight.cn> 2010-11-26

在中医院专科建设与发展中，中医心理专科建设已经在中医药专家和广大患者中形成共识，并引起国家有关部门领导的高度重视。

但鉴于我国国民长期以来对精神和心理疾病的误解，以及心理治疗收费水平低下等诸多原因，目前一般的综合性医院建立心理科并能顺利运行是非常不容易的，这也制约了中医心理科的发展。

但中国中医科学院广安门医院心理科用20多年来的发展实践证明，中医心理科在临床上有着独特的优势，完全可以发展专科建设，成为中医药学发展的一大亮点。

从睡眠障碍切入，赢得患者

在心理科专科建设过程中，选择适宜病种作为专病发展的基点，便成为心理科专病建设成败的关键。而现代医学对睡眠障碍的疗效不好，正是中医心理科极佳的切入点。

睡眠医学在国外发展迅猛，自20世纪70年代中期以来，欧美等发达国家的医学界日益重视对睡眠疾病的研究，各国纷纷建起了睡眠中心。特别是在美国，目前有关睡眠疾患治疗的临床中心已发展到6000多个，睡眠专科医院300多家。在日本，已经由各种学会代表组成的“日本学术学”会议决定创立睡眠学，因为日本有近五分之一的国民失眠，甚至成了“国家危机”。

在我国，虽然也有了500多家医院建立了睡眠监测室，但由于没有独立的编制和学科建设方面的有关规定可循，加之专业人员队伍缺乏，很多医疗机构尚不具备发展睡眠医学的基本条件。由于理论与技术缺乏互动和交流，再加上在睡眠中心的建设方面经验不足，管理机制不够完善等多种因素，使睡眠中心或睡眠门诊建设存在着参差不齐的局面。中医院的睡眠医学专科建设也很不完善，很多睡眠障碍还囊括在大内科中，极大地影响了中医药学专科的发展。

有资料认为，“国内成年人中失眠者高达57%，上班人群中65%的人存在睡眠障碍，至少有一半失眠患者伴有抑郁症等精神疾病，这个比例远远超过欧美等发达国家29%的均值。”中国中医科学院广安门医院心理科之所以5年来获得了巨大的发展，正是瞄准了这样一个巨大的市场，用自己的特色服务赢得了众多的患者。

睡眠医学与心理学同步发展

从临床治疗学角度看，睡眠医学包括的相关学科非常广泛，目前已经涉及呼吸科、神经内科、耳鼻喉科、精神心理科、脑病科、儿科、老年科、口腔科、中医科、针灸科、催眠心理学、气功学等诸多的学科领域。

睡眠障碍疾病与内、外、妇、儿各科密切相关，涉及临床80多种疾病，甚至更多。其中很大一部分与心理因素相关，特别是精神心理疾病，如抑郁症、焦虑症、恐惧症等，则更属于心理治疗的范畴，为中医心理治疗提供了广泛的病源，也是心理治疗最好的适应症。中医药身心调节技术，如中药、针灸、按摩、气功等各种传统的治疗手段，在睡眠障碍特别是与失眠相关的疾病中具有独特的优势，可以发挥巨大的作用。

由于睡眠障碍所包括的疾病很多，在中医心理专科建设的同时，睡眠与心理理论、睡眠生理与心理、睡眠心理实验、睡眠临床心理、睡眠药物与器械、睡眠监测与诊断设备、睡眠医学方法学研究等等，为中医心理专科的发展提供了新的研究领域和发展空间。

此外，在防治技术与手段上，使药物的与非药物的相整合；在药物中又要对西药与中药进行整合；在非药物疗法中要对手术的、言语的、行为的等方面的防治技术进行整合。这些都为中医睡眠医学与中医心理医学两个学科同步发展提供了契机。

[存档文本](#)