

《壓力的烙印：精神創傷對身》

图书基本信息

书名：《壓力的烙印：精神創傷對身體和心理的影響Does Stress Damage the Brain》

13位ISBN编号：9789861242880

10位ISBN编号：9861242880

出版时间：20041112

出版社：商周

作者：道格拉斯．布里納

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《壓力的烙印：精神創傷對身》

內容概要

九二一地震、九一一恐怖攻擊、戰爭.....這些層出不窮的重大災難，不但造成生命財產的損失，對倖存者的身心更造成難以復原的創傷。再加上現代社會中虐待、性侵害、暴力事件的無聲蔓延，受害者的身心承受長期的巨大壓力，往往久久無法走出陰霾。

在本書中，臨床精神學家布里納醫師綜合多年來的研究證據，提出重大壓力確實可能損害腦部結構，使神經內分泌系統失去正常的調節功能。他將重大壓力引起的精神疾病統稱為「創傷系疾病」，包括創傷後壓力症、解離症、邊緣型人格違常、適應障礙症、焦慮症以及憂鬱症，這些疾病都是源於壓力對腦部的傷害。壓力對個體的影響不只是針對神經內分泌系統，還會影響心血管、消化、代謝和免疫系統，引起心臟病、胃潰瘍、糖尿病、甚至癌症。所以醫生應該以更整體性的觀點看待心理創傷對個體的影響，打破心理、身體與精神疾病的思考界線，如此才能發展出更全面性的治療方式。如果能及時給予適當的藥物或心理治療，受創者的精神病理症狀將可獲得控制，甚至可以痊癒。

本書是對創傷後壓力症最先進、最完整的介紹，布里納醫師對創傷後壓力症有十幾年的臨床及研究經驗，他將有助於讀者了解自己對壓力的反應。曾經歷過重大壓力，或想知道壓力對身心之影響的讀者，將從本書獲得清楚易懂的認識。

《壓力的烙印：精神創傷對身》

作者簡介

《壓力的烙印：精神創傷對身》

版权说明

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.tushu000.com