

抑郁症发生的原因

抑郁症的定义

抑郁症是由各种原因引起的以抑郁为主要症状的一组心境障碍或情感性障碍，是一组以抑郁心境自我体验为中心的临床症状群或状态。

抑郁是不愉快的心境体验。所谓**抑郁心境**是指一段较长时间内所体验到的一种抑郁情绪或抑郁心情。



相 关 概 念

- 情绪

- 人接触客观事物时的体验
- 需要是基础（本能需要/思维认知需要）
- 由表情体现（面部、身段、言语表情）

- 情感（情景性/稳定；外显/蕴藏人格中；自然需要/社会需要）

- 心境 一段时间内持续保持的情绪状态

- 心境障碍

- 显著持久心境改变为特征的一组疾病
- 表现情感高涨或低落，伴认知和行为改变，可有精神病性症状
- 有反复发作倾向，间歇期完全缓解，部分有残留症状

- 躁狂发作、抑郁发作、
双相障碍、心境恶劣.



世界抑郁症情况

- ◆ 抑郁症成为影响人类健康的第五大疾病，而且很快升至第二位；
- ◆ WHO估计：全世界抑郁症 1.2-2.0亿；
- ◆ 西方国家抑郁症患病率为 3-20%；美国每年有 1100 万人患抑郁症，每年因抑郁症造成的损失超过 200亿美元；
- ◆ 各年龄人群均可能患抑郁症，女性居多；
- ◆ 躯体疾病的患者中符合抑郁发作者高达 25-64%。

我国抑郁症情况

根据 WHO 研究报告和中国卫生部有关资料

- 有 20% 的人有抑郁症状
- 有 7% 的人患有重性抑郁症
- 抑郁症患者中有 90% 未得到过正规治疗
- 抑郁症占中国疾病负担的第二位

抑郁

抑郁症的典型表现

核心症状：心境低落、兴趣减退、乐趣丧失、无趣、无欲、无助、无能

心理症状：焦虑、自责自罪、精神病性症状、记忆力下降，认知扭曲自杀观念和行為、精神运动性抑制

生物症状：以早醒为特征的睡眠紊乱、性欲下降、食欲下降、体重下降、精力丧失。
晨重晚轻的节律变化。

非特异性的躯体症状：肠胃道功能紊乱症状、尿频、胸闷、气短等。

抑郁症的分类

①反应性抑郁（心因性抑郁）

有抑郁，但不一定有兴趣减少
无典型早醒，无典型晨重夕轻

②继发性抑郁（症状性、体因性抑郁）

继发于精神分裂症等精神疾病
药物：抗精神病药物、降压药
西比灵等。

③原发性抑郁（内源性抑郁）

典型抑郁症
心境恶劣（抑郁性神经症）



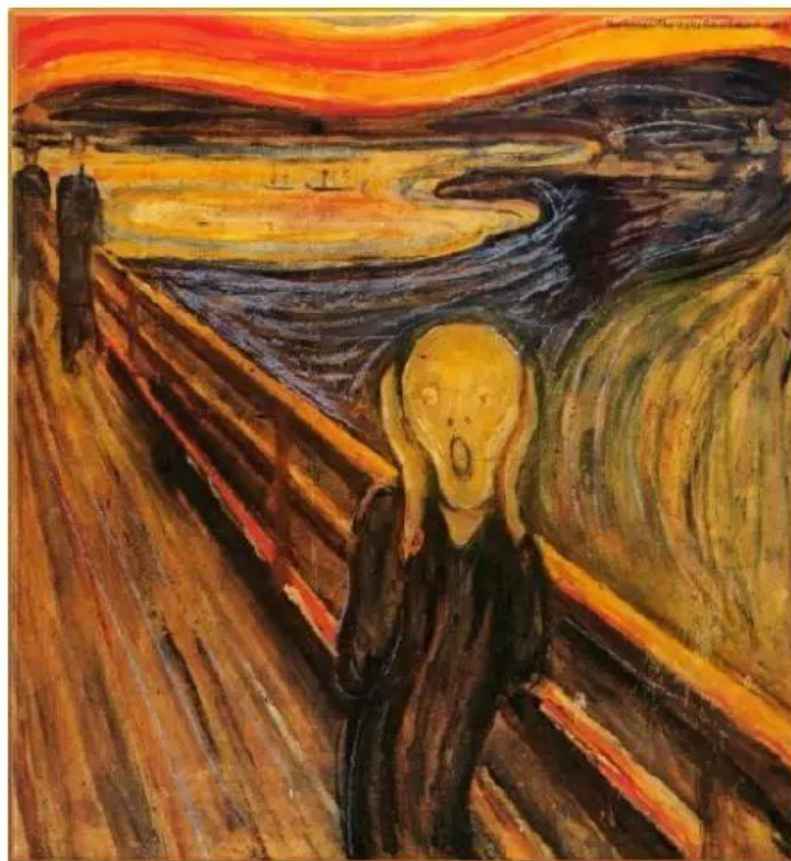
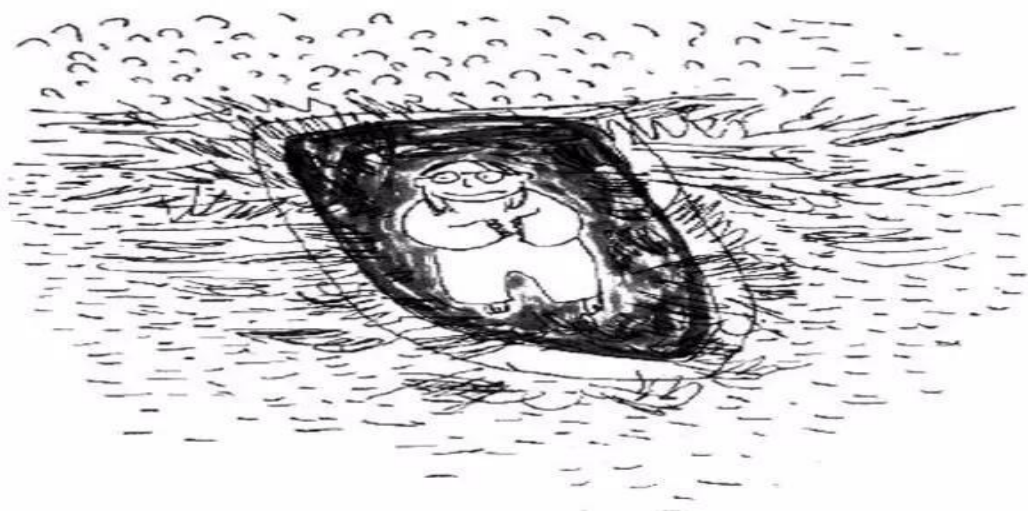
抑郁症产生原因

1.神经内分泌功能失调:
很多研究 发现抑郁症病人存在下丘脑—垂体—肾上腺轴功能异常，抑郁症患者血浆皮质激素和 17-羟皮质类固醇的含量增高。



3.遗传因素：许多研究都发现抑郁症的发生与遗传因素有较密切的关系，但抑郁症不属于遗传性疾病，遗传的研究主要是通过对家谱的调查和对双生子的研究。

最后：抑郁症出现



2.生化代谢： 临床研究发现某些抑郁症病人尿内去甲肾上腺素的代谢产物量较对照组明显降低，反映病人脑内去甲肾上腺素减少。当抑郁症转为躁狂症时尿内的这种代谢产物却排出增高，这说明躁狂和抑郁与脑内的去甲肾上腺素量有关





发病机理

(一) 抑郁症与中枢神经系统组织形态结构的改变

(二) 抑郁症与神经内分泌功能的变化

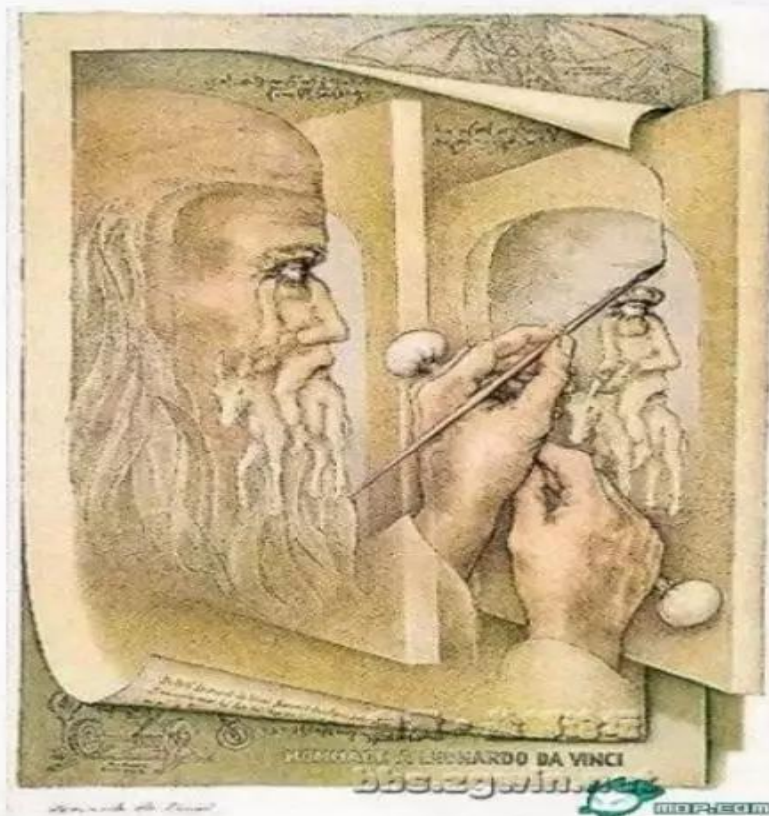
(三) 抑郁症与中枢单胺类神经递质和相应受体功能的变化

(四) 抑郁症与神经营养物质



4.心理和社会因素：首次发病的抑郁症病人的半数以上可发现有心理和社会因素，但其中有很多讲究，抑郁性神经症和反应性抑郁症的发病都无例外地有心理和社会因素存在。

抑郁症



抑郁症与中枢神经系统组织形态结构的改变

近年来研究认为,中枢神经系统某些特定部位,如前额叶皮质、边缘系统、丘脑背内核,下丘脑和中脑中央灰质的形态结构变化是抑郁症发病的解剖学基础。已经发现,在抑郁症患者中,这些部位的体积会有不同程度的变化。

例： Coffey等利用计算机断层扫描、正电子断层扫描和核磁共振等影像技术进行检查,发现抑郁症患者大脑及海马结构有某些变化,表现为侧脑室扩大、脑沟变宽、前脑体积缩小、海马容量减少。

抑郁症与神经内分泌功能的变化

神经内分泌系统功能异常在抑郁症的发生中起着非常重要的作用,而下丘脑 (HPA)是一个重要的内分泌轴。 HPA轴在人体的应激反应中发挥着核心作用。

在正常状态应激信号沿中枢神经到达丘脑下部室旁核时,会引起促肾上腺皮质激素释放因子 (CRF) 称 CRH 的分泌,CRF可以促进垂体前叶合成,分泌促肾上腺皮质激素 (ATCH)。促肾上腺皮质激素则促进肾上腺皮质的束状带—网状带合成,分泌以皮质醇为中心的糖皮质激素,促使机体各组织发生应激防御反应。



抑郁症与中枢单胺类神经递质 和相应受体功能的变化

中枢单胺类神经递质系统功能紊乱假说是抑郁症发病的生物学机理中最重要的假说。较早的单胺假说认为抑郁症是脑中单胺递质去甲肾上腺素 (NE)、5-羟色胺 (5-HT) 功能不足, 而多数抗抑郁药是通过升高突触部位单胺递质的水平起抗抑郁作用的。

近年来的研究显示, 其他一些单胺类神经递质, 如多巴胺 (DA)、乙酰胆碱 (ACh)、 γ -氨基丁酸 (GABA) 等的不足也与抑郁症发病密切相关。

抑郁症与神经营养物质

神经营养物质这一概念系 19 世纪末，Forssman 为解释神经系统发育过程中轴突生长定向异性而提出，20 世纪 50 年代 Levi — Mutaleini 经实验确定其存在。20 世纪 80 年代以来，人们还发现许多不同类型的生长因子对神经细胞的生长与存活有调节作用。

现将神经营养物质统称为**神经营养因子**，并根据其分子结构与受体类型将之分为 NTs 家族与其他 NTFs 两大类型。

大学业生抑郁症原因

1、学业压力：大学生的角色依然是学生，而学生的主业就是学习。大学课程并非外人想象般轻松，除了专业课外，各类外语考级、考研是大学生为将来就业打造的一块块敲门金砖，这也为自己增加了不小的学业压力。



2、就业压力：在全球经济不景气的大背景下，中国职场就业前景更是不容乐观。理想与现实的冲突，让大学生们普遍对前途感到茫然，进而形成巨大的心理压力，从而引发大学生抑郁症出现。



3、人际交往压力：对新环境的不适应和社交不适，是一种不容忽视的大学生抑郁症原因。 80后、90后大学生普遍是独生子女，在家都是娇生惯养，为人处事更多是为自己打算，很难适应集体生活。因此抑郁的大学生不在少数。



4、感情问题：大学校园里遭遇恋爱和性问题困扰的大学生不在少数。大学阶段是性心理发育的关键时期，大学生很容易在爱情的挫折下心理苦闷，出现大学生抑郁症，甚至出现更为严重的心理问题，如自杀、冲动、伤人等。



自我治疗

放松：保持头脑的清醒，闭上双眼，不要想任何事情，保持呼吸顺畅，随着调整呼吸，让思想跟着呼吸游走全身。



Thank you!

