



中西
會診



腦神經衰弱

「腦神經衰弱」是精神官能症的一種，
是精神官能症的其中一種，
修養，滋補神經即可痊癒，
長期疲勞有關的精神憂鬱。
會社會、經濟快速現代化，
發病率以倍數迅速增加中，
都有明顯心理社會誘因。
專，協助您走出厄夜叢林！



謝瀛華、楊桂雄
醫師 | 合著

台灣大學醫學院醫
楊思標 醫學博士

中國醫藥大學教授

林昭庚 中醫博士 | 聯合策畫

常感到憂鬱及沮喪的您需要關注以下事項：

- ▶ 您是不是已經罹患「三明治病」？
- ▶ 「心身症」是否已悄悄上身？
- ▶ 您是否了解「精神病」和「憂鬱症」的差異？
- ▶ 您的憂鬱是否已經嚴重影響到工作和日常生活？
- ▶ 您是否常感到莫名的「恐懼」？

人人都有恐懼、害怕的時候，但若是非合理地感到恐懼就十分有可能患了腦神經衰弱，其病人性格敏感且容易緊張，過多的心理負擔便導致身心疲乏。嚴重倦怠感會降低工作效率外，也影響了日常生活，實在不能輕忽。

本書由中西醫師聯手，為您將惱人病症一網打盡。良好的醫病配合，徹底解決致病的心理因素，培養充沛體力及做好日常保健，幫您盡快甩掉腦神經衰弱的惡夢。



臺北醫學大學圖書館
限館內閱覽

中西醫
會診

神經衰弱

目 錄

Part 1 西醫部分

[緒 論] 認識腦神經衰弱

歷史與定義	5
精神官能症	6
衰弱症 (asthenic neurosis)	12

[病 因] 腦神經衰弱其來有自

長期精神疲勞	15
生活危機	15
壓力	16
性生活	16

[病 理] 腦神經衰弱有徵兆

性格敏感	17
退縮反應	17
附帶收穫	18
驚愕時的反應探討	18

[症狀及診斷] 放鬆心情・俯仰自在	
神經衰弱的症狀	21
神經衰弱的分類	22
關於憂鬱症	24
[治療方式] 醫病配合，輕鬆治療	
治療原則	31
藥物治療	31
飲食療法	32
精神衰弱的適應療法	38
[預防保健] 充沛體力能克服腦神經衰弱	
保健要訣，甩掉神經衰弱	41
[預後] 了解自身疾病的特質	
[診療室報告] 腦神經衰弱面面觀	
臨床Q & A	53
參考文獻	70

Part 2 中醫部分

[緒論] 中醫對腦神經衰弱的看法

[病理與病因] 中醫病理分析

腦神經衰弱的中醫病理分析	77
腦神經衰弱的原因	79
腦神經衰弱的中醫病因分析	81

[治療方式] 腦神經衰弱的中醫療法

人會生病的原因	86
青少年時期的治療法	87
菸酒不離者的治療法	89
年老者的治療法	92
腦部受傷的治療法	92
女性的治療法	93
患有其他病症者的治療法	94
腦部舊患的治療法	96

[診療室報告] 走過腦神經衰弱

正確診斷，對症下藥	97
臨床Q & A	103