
抑郁、焦虑、失眠等精神疾病有了非药物干预新路径

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/40148.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

抑郁、焦虑、失眠等精神疾病有了非药物干预新路径

。抑郁、焦虑、失眠、孤独症等精神心理疾病发病率持续走高，已成为突出的公共卫生问题，全球近12亿人受不同程度精神健康问题困扰。为补齐药物治疗短板、落地早防早治，非药物干预凭借独特优势，在国内临床应用与科研转化方面需求持续攀升。

近日，第Y14次香山科学会议在北京香山召开。会议以面向精神疾病非药物干预的新方法、新思路、新挑战为主题，汇集来自精神临床医学、脑科学、人工智能、心理学、中医药等领域的专家学者，围绕高发精神心理疾病，系统研讨非药物疗法科研前沿、临床痛点与标准化建设路径。

创新筛查思路助力早期干预

精神心理疾病病种繁多，囊括各类细分亚型，目前临床可明确诊断的病种近400种，既包括器质性脑病引发的认知衰退、偏瘫等神经科共病，也涵盖抑郁、焦虑、失眠等无明确脑组织器质性损伤的功能性心理障碍。大会执行主席、北京大学第六医院副研究员袁凯结合临床见闻举例：受精神疾病根深蒂固的病耻感影响，很多患者为避免被熟人撞见，就诊时特意错开站点上下车；大量轻症、亚临床心理障碍患者碍于社会偏见讳疾忌医，等到入院诊疗时往往已经发展至中重度，错过了早期干预的黄金窗口期。

传统药物治疗用于精神心理疾病时，部分患者存在药物难治的情况，长期用药还易出现不良反应，造成用药依从性偏低；常规心理诊疗则面临精神科专业医师资源紧缺、社会病耻感突出等现实困境。伴随脑科学、物理调控技术与人工智能跨界融合，非药物疗法无创安全、便于居家落地、适配早期防控的价值凸显，逐步成为药物治疗的重要补充手段。

大会执行主席、北京理工大学医学科学与工程学院副院长、教授钱昆介绍，依托眼动追踪、面部微表情识别、语音语义分析、穿戴式生理信号采集、脑电监测等多模态客观检测技术，可突破传统主观量表测评的局限，为病理性心理疾病的精准鉴别与分型诊断提供全新技术路径。针对飞行员、在校学生等高压特殊群体，低成本、无创化的智能筛查技术可在疾病萌芽阶段介入干预，将有效降低重症发病风险。

当前，非药物干预已形成物理神经调控、中医药干预、身心疗法、数字化智能干预等多元技术体系，多种手段已在各类精神疾病诊疗中落地应用并取得临床成效。



图为第Y14次香山科学会议集体合影。受访单位供图

临床验证与标准化成发展关键

会上，北京大学第六医院、上海交通大学、四川大学华西医院、北京交通大学等多家单位的专家，集中分享了非药物干预领域的最新临床实践与科研成果。

在物理神经调控领域，科研团队基于神经反馈、闭环电刺激技术研发出个体化认知训练方案，重点应用于孤独症、早期认知功能受损人群的康复干预。其中，上海交通大学心理学院执行院长、教授袁述飞从人工智能结合脑机接口的视角，解析脑网络连接关系以及动力模型；解放军总医院第一医学中心副研究员谭一舟团队研究证实，特定参数频闪光诱发的脑波夹带效应可用于快速评估个体警觉性，通过优化光源色温、照射面积等光参量，结合深度学习模型，可进一步提升评估的精准度与临床实效。

在中医非药物干预领域，中国中医科学院研究员荣培晶团队牵头研发的耳穴迷走刺激疗法，已完成多项多中心随机对照临床试验。目前，该疗法相关器械规范已推进ISO国际标准制定，助力我国在国际传统医疗标准体系中抢占话语权。

身心自然疗法贴近日常生活，运动、音乐、芳香、太极针灸落地门槛低，依托肠脑轴与神经调控机理研究陆续开展多中心临床试验；数字化干预成为新增长极，VR情景康复、游戏化认知训练、AI智能诊疗广泛用于轻症焦虑、孤独症干预。北京交通大学计算机学院教授王伟团队基于大模型与智能体，整合海量病历与医学文献搭建AI辅助诊疗平台，辅助医生精准匹配个性化干预靶点。

与此同时，专家们提到行业短板同样突出。首都医科大学附属北京安定医院副主任医师田腾飞补充，数智设备可实时抓取生理指标，但临床确诊需要医师结合周期内综合表现综合研判，二者之间的关联有待进一步探索，现阶段数字化工具无法替代临床医师。

会上，专家们梳理了行业三大核心难题：一是作用机理存在“黑箱”，多数疗法临床有效，但外部刺激经由大脑调控情绪的全链路机制尚未完全阐明，不同物理刺激是否共享统一神经调控逻辑仍存学术分歧；二是临床数据短板显著，病耻感导致长期随访病例稀缺，全周期人体生理数据采集成本高昂，动物实验结论难以向人体临床落地，生理指标与精神症状缺少量化关联，掣肘AI算法迭代；三是标准化与个性化难以兼顾，统一规范利于行业监管普及，但精神疾病个体差异巨大，固定参数无法适配全部患者。



图为第Y14次香山科学会议执行主席。受访单位供图

多维度落地破解发展困局

“非药物干预的核心价值在于实现精神心理疾病早防早治，未来行业发展重心将持续前移，聚焦尚未就医的亚临床情绪异常人群，依托低成本、常态化筛查开展早期介入，从源头降低重症发病比例，持续完善全民心理健康服务体系。”袁凯在会上强调，当前各类声光电磁调控、中医理疗、数字化干预手段的临床价值已得到验证，但技术产业化、居家普惠化仍面临多重瓶颈。

针对上述行业痛点，与会专家达成共识，明确了三大核心发展路径，同时确定了两大务实战略举措。

一是加强基础研究，跨学科组建攻关团队，运用数字脑建模、脑动力学分析等技术，系统解析“物理刺激—神经响应—心理改善”的完整作用过程，明确干预靶点与调控机制，破解机理研究“黑箱”难题；二是加快标准化体系建设，牵头组建跨领域标准委员会，严格区分医用与居家产品的技术要求、安全标准和疗效评价体系，推动专家共识逐步转化为团体标准、国家标准，并积极对接国际标准；三是打破产学研用协同壁垒，搭建全国多中心临床数据共享平台，同步建立数据安全规范，研发高性价比可穿戴干预设备，联动产业资本与公益力量，推动居家干预产品普及。

在战略层面，与会专家表示，一方面推动非药物干预与基层医疗体系深度衔接，在社区卫生服务中心设立专门干预站点，开展基层医护人员专项培训，提升其基础筛查与干预能力，让早期干预服务下沉到群众身边；另一方面建立“科研—临床—产业”闭环发展机制，依托多中心平台开展干预技术长期随访验证，用临床数据反哺技术优化升级，同时出台针对性扶持政策，引导企业加大普惠型产品研发投入，切实降低群众居家干预的成本与门槛。

作者：荆晓青 来源：?科技日报

更多科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发