

移动技术在心理健康试验中的应用前景

如今人们已经习惯利用智能手机搞定几乎所有的事。那么，移动技术在心理健康研究中前景如何？据 NIH 2016 年 2 月 19 日报道，一个名为 BRIGHTEN 的抑郁研究已经证实，基于 APP 开展试验完全可行。

BRIGHTEN 引人关注之处在于，研究团队使用移动智能技术招募、筛查、登记、治疗，以及评估被试。该计划旨在考察单纯依靠移动装置是否可以开展随机对照试验（randomized controlled trial, RCT）。研究人员想了解，人们是否愿意参与一项移动抑郁研究，此类研究成本如何，人们是否愿意持续接受移动治疗。结果显示，利用智能技术在短时间内招募大量被试是可行的，以微小成本开展研究也是可能的。困难的是维持被试对研究的兴趣。

招募被试

研究团队通过 3 种途径为 BRIGHTEN 招募被试：在城市公交、报纸和分类广告网站上投放广告；在 Facebook 和 Twitter 上投放广告；借助谷歌在线广告服务(Google Ad Words)推送广告。一周之内有 150 人报名，5 个月之后已有超过 2900 个人报名，且人口分布多样。

试验过程

对 BRIGHTEN 广告有兴趣的人会登陆项目网站 (<http://www.brightenstudy.com/>)。回答问题、观看视频，完成初测之后，随机接受 3 种抑郁治疗方法中的某一种，下载相应的治疗 APP。被试需要每天使用该 APP，连续参与 12 周，按月评估。APP 在提供抑郁干预的同时收集被试社交行为数据（如信息发送数量，访问地点等）。

成本

与经典抑郁治疗 RCT 研究相比，BRIGHTEN 以极高性价比的方式很容易地从全国召集到被试，比同等样本规模的大部分研究都经济。

脱落率

66% 的人会完成 4 周，50% 的人会完成 8 周，41% 的人会完成 12 周评估。

结果

初步结果显示，随时间进行，3 个治疗 APP 对情绪和失能状态均有显著影响。

未来研究

BRIGHTEN 显然不是基于 APP 或者移动技术开展研究的第一个试验。然而，该试验的确显示出智能技术在招募被试方面非常有优势，相当于在整个人群中切了一部分出来，

为其提供治疗干预。研究人员特别指出，移动智能技术是对新型治疗方式进行试验的有效途径。

需要注意的是，随着更多的研究采用基于 APP 的治疗，如何维持被试对 APP 的兴趣将是关键。

原文标题：A BRIGHT Technological Future for Mental Health Trials

原文链接：http://www.nimh.nih.gov/news/science-news/2016/a-bright-technological-future-for-mental-health-trials.shtml?utm_source=rss_readers&utm_medium=rss&utm_campaign=rss_summary

检索日期：2016-2-26

中科院心理所信息中心