

自杀与自残或成为 NIMH 年度热点议题 ——2021 年度 NIMH 心理学领域亮点研究报道

刘明子，卫垆圻

Research Highlights（亮点研究报道）是由美国国立精神卫生研究所(National Institute of Mental Health, NIMH)不定期发布在其官网上的重要研究进展。本文对 2021 年的十篇亮点研究报道进行了回顾。

亮点研究主题的产生一般经由 NIMH 工作人员、研究组和普通公众推荐，但作为候选亮点研究报道一般需满足两个条件。一、此论文由 NIMH 研究人员撰写或由 NIMH 资助的研究项目产出；二、研究方向与 NIMH 战略研究规划相符。去年年中更新的“NIMH 研究战略”(National Institute of Mental Health Strategic Plan for Research)包括 4 个重要目标方向，分别是：定义复杂行为背后的大脑机制；监测贯穿一生的精神疾病轨迹；预防和治疗；加强研究所支持的研究对公共卫生的影响。这 4 个目标描绘了 NIMH 未来 5 年研究重点的路线图，从大脑和行为的基础科学开始，并延伸到对公共卫生服务的改善。此外，选取亮点研究报道时，NIMH 同样会考虑文章作者影响力、文章发表时间、专家建议、公众对该主题的兴趣程度、科研实力和科研影响等因素。

NIMH 去年十篇亮点研究报道如下：

1. 了解幼儿自杀的特点 (Understanding the Characteristics of Suicide in Young Children)

本文描述了幼儿自杀的特征，以及悲剧事件发生的导因，为未来的研究和干预提供了指导。文章表明，在孩童时期有超过 6 次自杀尝试的自杀未遂者，其处于青春期时的再次自杀风险远高于同龄人。及早的筛查、干预和心理咨询可有效地降低此风险。

文章链接：

<https://www.nimh.nih.gov/news/research-highlights/2021/understanding-the-characteristics-of-suicide-in-young-children>

2. 超过四万一千人的基因组数据为双相情感障碍诊治提供了新的线索 (Genomic Data From More Than 41,000 People Shed New Light on Bipolar Disorder)

在迄今为止最大的双相情感障碍基因组研究中，研究人员发现与双相情感障碍相关的基因风险位点数量是先前研究报告的两倍。此发现有助于理解双相情感障碍的生物学起源。

文章链接：

<https://www.nimh.nih.gov/news/research-highlights/2021/genomic-data-from-more-than-41000-people-shed-new-light-on-bipolar-disorder>

3. 以社区为核心力量的新框架，可预防美国印第安人和阿拉斯加土著青年自杀 (A New Strength-Focused Framework to Prevent American Indian and Alaska Native Youth Suicide)

研究人员为美国印第安人和阿拉斯加原住民(AI/AN)社区的自杀预防开发了一个新框架。研究框架以土著文化、知识、信仰和社区合作为核心。在该框架中，研究人员还强调通过社区支持水平（例如，社会网络和支持、传统文化建设）影响自身和社会环境，从而影响个人行为。此方案可有效地降低该群体的自杀率。

文章链接：

<https://www.nimh.nih.gov/news/research-highlights/2021/a-new-strength-focused-framework-to-prevent-american-indian-and-alaska-native-youth-suicide>

4. 亲密伴侣暴力与南非妇女中 HIV 病毒载量升高相关 (Partner Violence and Elevated HIV Viral Load in South African Women)

一项最新研究表明，亲密伴侣的暴力行为与南非产后妇女 HIV 病毒载量升高之间存在关联。针对遭受亲密伴侣暴力的干预措施对妇女的健康极为重要，有效的干预措施可能会提升艾滋病的护理和治疗效果。

文章链接：

<https://www.nimh.nih.gov/news/research-highlights/2021/partner-violence-and-elevated-hiv-viral-load-in-south-african-women>

5. 辩证行为疗法可提高青少年的情绪调节能力、降低自杀风险 (Improved Emotion Regulation in Dialectical Behavior Therapy Reduces Suicide Risk in Youth)

自杀是美国青少年的第二大致死原因。为了减少自杀率，科研人员通过研究为高危人群确定最佳治疗方法，并探索优化治疗效果的机制。一项临床试验数据分析显示，接受辩证行为疗法的高自杀风险青少年的情绪调节功能得到改善，其自残行为也有减少的可能性。

文章链接:

<https://www.nimh.nih.gov/news/research-highlights/2021/improved-emotion-regulation-in-dialectical-behavior-therapy-reduces-suicide-risk-in-youth>

6. 生命周期中的大脑结构发展失衡 (Mapping 'Imbalance' in Brain Anatomy Across the Lifespan)

NIMH 的科研人员已经开发出一种新的方法, 可用来衡量一个人的大脑比例与一般人群的大脑比例的差异程度。研究发现表明, 人类大脑在生命早期的整体结构比例有所不同, 并且在整个发育过程中受到各种基因组和环境因素的影响, 但随着大脑的成熟, 脑结构逐渐趋于稳定。然而, 当人们年满 80 岁时, 大脑的结构比例会再次发生改变。这项技术为大脑发育过程的研究提供新的见解, 并为进一步的科研提供了支持。

文章链接:

<https://www.nimh.nih.gov/news/research-highlights/2021/mapping-imbalance-in-brain-anatomy-across-the-lifespan>

7. 评估美国育龄妇女在分娩前后的自杀风险 (Assessing Suicide Risk Among Childbearing Women in the U.S. Before and After Giving Birth)

NIMH 支持的研究人员调查了女性在分娩前后一年的自杀风险, 结果强调了妊娠期和哺乳期妇女进行自杀筛查和适当治疗的必要性。同时, 提倡政策制定者和保险公司确立应对这一日益严重的公共卫生危机的战略。

文章链接:

<https://www.nimh.nih.gov/news/research-highlights/2021/assessing-suicide-risk-among-childbearing-women-in-the-us-before-and-after-giving-birth>

8. 意外伤害与自残行为有关联 (Investigating Unintentional Injury as a Risk Factor for Self-Harm)

NIMH 资助的一项研究发现, 青少年遭受的某些意外伤害, 例如中毒、跌倒、被刺伤等, 与自我伤害的联系十分密切。研究者建议将意外伤害和自残行为的关联纳入到临床评估的范围之内, 以此来更好地提升临床评估和干预效果。

文章链接:

<https://www.nimh.nih.gov/news/research-highlights/2021/investigating-unintentional-injury-as-a-risk-factor-for-self-harm>

9. NIMH 呼吁要对严重自杀风险者进行快速干预 (NIMH Addresses Critical Need for Rapid-Acting Interventions for Severe Suicide Risk)

NIMH 正致力于严重自杀风险的快速识别和干预, 该机构正在资助 8 个相关的研究项目, 对迅速缓解抑郁症状的药物与经颅磁刺激治疗的有效性、可行性和安全性进行研究调查, 望尽快降低青少年和成人严重自杀倾向的风险。

文章链接:

<https://www.nimh.nih.gov/news/research-highlights/2021/nimh-addresses-critical-need-for-rapid-acting-interventions-for-severe-suicide-risk>

10. NIH 计划扩大对早期精神病治疗和研究资源的获取范围 (NIH Initiative Expands Access to Resources for Early Psychosis Treatment and Research)

早期精神病干预网络 (EPINET) 是由 NIMH 发起的, 以确保为早期精神病患者提供最好的治疗。同时, 通过不断完善的网络交互系统, 帮助研究人员、看护者和病人家属获取更多资源。

文章链接:

<https://www.nimh.nih.gov/news/research-highlights/2021/nih-initiative-expands-access-to-resources-for-early-psychosis-treatment-and-research>

总结

在 NIMH 年度十篇亮点研究报道中, 提及自杀相关话题多达 6 次, 内容涉及自杀干预方案、突发或意外事件的心理干预等。研究人群囊括普通民众、幼儿、青少年、少数族裔、妇女。与 2020 年亮点研究报道的主题相比, 去年的热点方向更加集中。NIMH 更偏重民众心理健康的研究, 将缓解公众极端情绪、预防极端行为和事件发生放在重要的科研地位上。另外, 美国卫生部于 2021 年底发布了额外资助远程危机干预服务的资讯, 该新闻中提到美国计划将于 2022 年在全国预防自杀热线中投入 2.82 亿美元来优化热线服务, 例如缩短热线号码位数, 便于咨询者迅速求助。此外, 美国还向 20 个州提供 1500 万美元的规划赠款, 以

支持社区远程危机干预服务的发展¹。综上所述，美国于 2021 年专注于心理危机干预的研究并出台相关扶持政策，自杀与自残或成为 2021 年 NIMH 年度热点议题。

原文标题:

Research Highlights from 2021

原文链接:

<https://www.nimh.nih.gov/news/research-highlights/2021/research-highlights-from-2021>

¹ 最新的医疗补助方案促进了心理健康和物质使用危机护理:

<https://www.hhs.gov/about/news/2021/12/28/new-medicaid-option-promotes-enhanced-mental-health-substance-use-crisis-care.html>