

自癒是大腦的本能

見證神經可塑性的治療奇蹟

| 作者 |

Norman Doidge

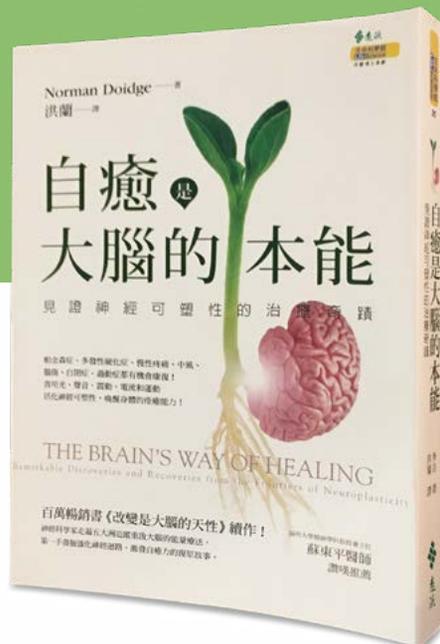
多倫多大學精神醫學系教授

哥倫比亞大學心理分析訓練中心研究員

| 譯者 |

洪蘭 中央大學認知神經科學研究所教授

| 專業出版 | 遠流 | 出版日期 | 2016年3月初版一刷，2017年11月八刷



對於諸多腦部病變，本書可說是開了另一扇希望之窗。

文/編輯室

作者為多倫多大學精神醫學系教授、哥倫比亞大學心理分析訓練中心研究員，也是一名執業的精神科醫師、心理分析師。雖為專業人士，作者書寫筆法淺顯易懂，前作《改變是大腦的天性》被翻譯成 18 國語言，全球銷售超過一百萬本；本書，可說是前作的「實證篇」。

傳統觀念認為大腦有固定的分區，各司其職，無法轉換或替代；當某一區受損，該區掌理的功能就永久缺損，無法復原。但 2000 年諾貝爾生醫獎得主肯戴爾（Eric Kandel）卻發現：學習可以啟動改變大腦結構的基因。這個發現帶動了科學家關於「改變、重塑大腦」的研究，並紛紛得到肯定的答案：「大腦的可塑性」是存在的，透過適當的方法，

確實可能讓大腦重新組配新的神經迴路，達到自我修復的效果。

為此，作者走訪五大洲，與科學家、臨床治療師及病人面訪，蒐集他們運用大腦可塑性在不同面向的治療經驗，分門別類整理於本書中；其中關於巴金森症，也有專章報導。這些療法多半透過光、電、聲音、震動、動作等力量，喚醒大腦的自癒能力。

本書的實證案例充分支持了「復建」、「意志力」對巴金森病友的重要性：身體不只是單純接收大腦的指令，身體回饋給大腦的訊息，也能啟動大腦因故休眠的神經迴路。因此，身體、心智可說是大腦的療癒夥伴；在運用神經可塑性的治療中，病人的真心參與至關重要！