

抑鬱症病理(上)

神經系統失調

當一個人遇上壓力時，位於大腦的藍斑部份的去甲腎上腺素系統會受到刺激，除了影響中樞神經系統，也影響自主神經系統，交感神經系統受到刺激增加去甲腎上腺素，而副交感神經系統被減弱。同時，警覺和專注能力都被提升，而食慾、腸臟功能和性慾被壓制。研究顯示壓力也影響其他腦神經傳導物質的分泌，包括血清素 (serotonin)、多巴胺 (dopamine)、腦內啡 (endorphin)、穀氨酸 (glutamic acid) 及氨基丁酸 (gamma-amino-butyric acid, GABA) 等。

壓力荷爾蒙系統失調

除了神經系統的影響，大腦底部有一個稱為下丘腦 (hypothalamus) 的地方會釋放出一種荷爾蒙，稱為促腎上腺皮質激素釋放荷爾蒙 (corticotrophin-releasing factor, CRF)。接著，這些釋放激素經血液流到大腦底部下丘腦對下另外一個地方---腦下垂體 (pituitary gland)，作用使腦下垂體釋放出另外一個荷爾蒙，即是促腎上腺皮質荷爾蒙 (adrenocorticotrophin, ACTH)。這荷爾蒙通過血液循環系統，流到腎部上端的一個器官---腎上腺 (adrenal gland)。跟著，腎上腺釋出皮質酮 (glucocorticoid)。而這些荷爾蒙流進血液循環系統，影響身體不同系統。

皮質酮是一種促進身體血液糖份的荷爾蒙，當皮質酮分泌上升，血液內的糖份增加，而身體內的脂肪和蛋白質也增加分解。整體而言，增加了的皮質酮，使簡單的營養物質釋放到血液循環系統內；這些，使心臟、肌肉及腦部都可以得到足夠的血糖及營養物質，獲取足夠的能量，發揮有效的功能。同時，身體的凝血變得更快，使身體遇上任何創傷時，盡快停止流血，減少失血。通常皮質酮會對下丘腦有反饋作用，減少釋放荷爾蒙，使有關的荷爾蒙包括皮質酮分泌下降，恢復一般正常分泌狀態，身體也恢復平衡。

香港精神科醫學院

精神科專科醫生李永堅

drwkle2@gmail.com

原文刊載於 Yahoo 專欄 <http://hk.news.yahoo.com/blogs/psyhk/>