

## 「整容癩」自白

我是家明，小時了了，家中只我一個男孩，萬千寵愛集一身。只是「既生瑜，何生亮」，中學時，班裏來了個帥哥，女同學們大都被他迷住了，爭相跟他做朋友，男孩子中也起哄，時常評論他的服飾髮型。我呢？發育後該漂亮的變醜了，而且身子也長得不高，中等身材，聲音也變得沙啞，我的追隨者大多「轉了會」。畢業後工作壓力大而收入不成比例，人家俊男美女的卻扶搖直上，賣口乖，便四兩撥千斤地把工作卸到別人處，看得我恨得咬牙。

我每天對著鏡子東找西看，儲錢整容，先做雙眼皮，再做鼻子整形，叫它又挺又直，不大不小。手術後心寬了一點，同事朋友都叫好，雖然手術傷口有時隱隱作痛，但是這些讚美令一切都值得。

工作又有新壓力了，今天鏡中的我好像太累了，眼皮腫得好像單眼皮一樣，呀！不得了，我要再做手術還我雙眼皮。

待會兒，傷風感冒，鼻涕噴嚏，「包雲吞」弄得鼻子紅腫，呀！不得了，我要再做手術還我挺秀鼻子。

別人叫我做「刀疤王」，因為整塊面龐多年來做了百次整修，幸好疤痕沒有漲大。每次手術後我都如釋重負，但過不了多久，身體猶如萬蟻咬著坐立不安，心癢癢的又找整容醫生動手術，薪金儲蓄花光了，還要借貸渡日。家人親友又勸又罵，說什麼男兒本色不在於面容外形，又說這些手術也根本改不了我的心魔，勸我找精神科醫生醫治。

那天我被朋友押送到精神科醫生處診治，她說這是畸形恐懼症(body dysmorphic disorder 又叫 dysmorphophobia)，建議接受藥物及心理治療。吃了藥後照鏡減少關注，身體的「萬蟻」也少蠕動，心癢也好些。心理治療幫助我重整自我形象，自信心建立在不同的自我，不依附外表，情緒處理及危機處理有了新法子。可是前面有起伏，有時我依然上網找整形新技術，有時我也沮喪如敗家犬，但我的醫生、家人及親友從沒放棄，教我繼續努力。

香港精神科醫學院

簡重盛醫生

原文刊載於《成報》20/7/2011