

## 無原無故哭泣就是抑鬱症嗎？

中了風的老人家常有哭泣的現象。很多時候病者家人以為病人非常悲哀，可能患了抑鬱症，但查實並診斷後，病人並沒有患抑鬱症。這些人可能患上了病理哭泣症。

### **1. 何謂病理哭泣？**

病理哭泣(Pathological Crying)亦有人叫做不能控制的哭泣(Uncontrolled Crying)、情緒不穩(Emotional Lability)或甚至有人形容此情況為情緒失禁(Emotional Incontinence)。中風後的病理哭泣是表達情緒的一種障礙，所指的是發生在中風後，病人出現不能控制的哭泣情況。

除了哭泣之外，有些時候，患者亦會失控的笑，但這情況比哭泣少。

### **2. 有何特徵？**

患者會突然哭或笑起來，而亦多出現於兩種情況：其中一種情況是患者所表現出的情緒和他的情感拉不上關係。例如患者在不傷心的情況下哭泣，而患者對哭泣的情況和時間長度失去自主控制。

另一情況是患者對引起傷心的環境和刺激產生不成正比的情緒反應。

這兩種情形很難明確界定，很多時，這兩情況是同時出現。

### **3. 和普通哭泣有何不同？**

病理哭泣和一般的哭泣的表現有顯著的不同。病理哭泣的患者會在無顯著原因下突然哭起來。哭泣的程度亦頗強烈。與此同時，患者亦會突然停止哭泣。

#### **4. 為甚麼會出現這情況？**

如果中風在大腦部分出現，大腦的功能會受到影響，包括哭與笑的控制在內。

中風亦會引至腦傳遞物質改變，而 Serotonin 的減少會引抑鬱的征況。有研究顯示，有百分之二十至六十的中風患者會出現不同情度的抑鬱症；而抑鬱症亦可直接和患者的哭泣有關。

#### **5. 這情況有多普遍？**

研究顯示，中風患者在中風後一個月會有百分之十五出現病理哭泣；而中風後一年則有百分之十二有此情況。

有研究亦發現，情緒不穩和抑鬱症有很密切的關係，這亦說明有情緒不穩的患者可能只被診斷為抑鬱症。

#### **6. 對患者有何影響？**

情緒不穩會對患者和他的家人構成很大程度的精神困擾，亦直接影響他們的社交功能。我們必須正視。在公眾地方或在不適當的環境下哭泣會引至一定的尷尬。

#### **7. 如何治療？**

診治療主要分為藥物治療和心理治療兩種。抗抑鬱劑是醫治病理哭泣的常見藥物。向病人及其家人解釋病理哭泣是非常重要的。家人好可能覺得患者非常傷心、痛苦，又或以為自己照顧不好、不能好好開解患者，產生內疚。對病理哭泣的誤解令患者本身、其家人和照顧者有很大的幫助。

抗抑鬱劑如血清素調節劑在臨床研究中發現對此病是有效的成工率約百分之五十。

#### **8. 如何護理？**

我們首先要明白這情況的原因，不要讓患者的情緒過分困擾。分散注意力的方法可有效的把患者的專注力分散，不要和患者討論另他哭泣的話題。

#### **9. 結論**

藥物的治療如血清素調節劑是非常重要的一環，而心理治療的主要方法是解釋給病者及家人此病的成因，讓他們理解患者不是受極大

痛苦而哭泣，因而不再過度擔憂。

此外，照顧者亦需要留意觀察患者，以及早察覺有否抑鬱症的出現。

香港精神科醫學院

李常友醫生

原文刊載於星島日報 28/6/2011