

廣場恐懼症（一）

田女士曾經在港鐵站的扶手電梯被人推倒，雖然沒有受傷，但手袋眼鏡都跌在地上，尷尬不堪。更甚的是，從此之後她每到人多的地方都會感到害怕，後來連上班或乘搭交通工具也感到焦慮。結果她失去工作，亦很少見朋友，終日留在家中。在家人多次勸告下才半推半就來到診所求醫，被診斷為廣場恐懼症。

一年中大約有 5% 的人會出現廣場恐懼症，在女性身上的發病率是男性的兩倍。廣場恐懼症患者會害怕停留在一個可能無法得到援助或無法立刻離開的地方，如人多的地方或面積大的廣場。部分患者會同患上驚恐症，病發時會有以下病徵：

- 焦慮或恐慌發作
- 思想混亂
- 情緒激動，導致顫抖
- 心悸
- 頭暈、頭昏
- 噁心和嘔吐
- 呼吸困難
- 覺得自己不是真實的
- 覺得環境不是真實的
- 覺得自己快要失控或會發瘋，甚至即將會死去。

為了避免以上病徵發生，患者會避免停留在一個可能無法即時離開的地方。以田女士為例，她避免在繁忙時間乘搭港鐵，亦很久沒有到紅磡體育館看演唱會。聖誕節時朋友約她去尖東看燈飾，她也因害怕病發而拒絕，新年也不敢和家人一起去逛花市。她長時間足不出戶，失去了社交生活，感覺與人疏遠。即使必需外出時，也需要有人陪伴，不能獨立生活。後來因為在乘搭交通工具時害怕得要提早下車，令她經常上班遲到，連工作也失去。為了避免廣場恐懼症病發，而放棄工作、社交生活、嗜好娛樂，終日留在家中，白白浪費美好的人生。家人見她情緒越來越差，繼續下去不是辦法，在眾多家人威逼利誘下，她才戰戰兢兢地踏出家門來求醫。而她接受了甚麼治療，下星期再續...

精神科專科醫生鄭志樂

Email : drclchang@gmail.com

Yahoo

