

受壓積勞成疾患腸易激症

阿文在中一的時候，經常感到腸胃不適，他經常出現肚痛和肚瀉的情況，把他弄得死去活來，每次維持半天或一天的時間。爸爸起初以為他患上食物中毒或者是腸胃炎，曾經帶他去急症室，又去做全身檢查，但一概皆是正常……漸漸地，他們發覺這些腸胃問題，全部都發生在阿文學校的測驗和考試前夕，當這些事情過去後，身體不適的情況便會自動消失。這些腸胃問題一直持續到大學，他和很多同學在考試前夕，都會出現肚痛和肚瀉等情況，尤其是在飯後；如廁後，肚痛便會消失，整個人也像稍為鬆弛下來。他們其實正是腸易激症患者。

身心症之一 多誤為腸胃病

腸易激症(Irritable Bowel Syndrome)是身心症的一種。當患者遇到壓力時，腦部神經傳導物質失調，影響腸胃蠕動的規律，引致一些腸胃徵兆：肚瀉、肚脹、肚痛、胃痛、「胃抽筋」、胃氣多以及便秘等，多會誤以為是腸胃病，家庭醫生亦可能由於忽略了情緒變化和腸胃徵兆的關係，而誤診為普通腸胃炎，不能根治問題，因而延誤治療。

筆者接觸到一些患者浪費時間及金錢，於反覆身體檢查上，還經常攜帶很多腸胃藥物於身上，甚至為免尷尬，避開和朋友或同事外出用膳，影響正常工作和社交生活，實在苦不堪言。許多患者都在煩惱和壓力下生活，並同時患情緒病，例如抑鬱症和焦慮症等。

故此，醫生會使用多管齊下的方法，令病者痊愈。患者應先依從醫生吩咐，作出適當檢查，但必須相信醫生評估和檢查報告，毋須多疑和過分恐慌，然後再尋正確的精神科專業治療。

香港精神科醫學院
精神科專科醫生李永堅
drwlee2@gmail.com

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