

## 認識強迫症

近來，報章雜誌多了一些有關強迫症的報道。有些曾患上情緒病的公眾人士，會不介意分享他們的患病和康復經歷；相反地，跟情緒病患者有別，較少強迫症患者願意被記者訪問，或自願在傳媒現身說法，跟大眾分享經驗，可能因為強迫症的患者較情緒病的少，一般人也未必完全了解這種精神疾病，甚至可能對這病出現誤解。患者又會覺得自己的病徵十分奇怪，害怕別人怎樣看自己，有些患者更可能足不出戶，漸漸遠離正常的社交生活。

提起強迫症，很多人便會想起潔癖和重複洗手的行為。其實，有潔癖並不同患上強迫症，而重複洗手只是強迫症的其中一種病徵，還有其他不同形式的徵狀。精神科醫生在診斷某人是否患上強迫症時，要考慮以下的事情。強迫症患者可以出現重複的想法、行為或兩者並存。這些重複的想法或行為，是源自患者本身，而非由外在因素引致，所謂「強迫」，其實是「自己強迫自己」。

重複想法或行為會令患者感到很不舒服、過分或不合理。在病發的初期，患者會嘗試抗拒重複的思想或行為，抗拒時焦慮會增加，但在大部分時間，抗拒不進行是不成功的。當這病症出現了一段長時間後，有些患者可能會少了這種抗拒的意圖。有些患者因為這些病徵，內心感到不安和困擾，進行了強迫的思想或行為，相信做了那些事情便可避免一些客觀不可能的危險發生，所以便會暫時感到一刻的舒緩，但強迫思想或行為本身，不是患者享受的事情。在時間上，病徵要出現在至少兩星期的大部分時間，才可達至診斷的標準，此外，病徵可以浪費患者生活上不少的時間，會對日常生活構成影響和困擾。

強迫症的例子包括過分洗手或清潔身體、重複檢查東西、過分囤積東西、經常出現有關性、暴力和宗教的想法。在作出診斷前，需意特別留意這些強迫病徵，是否另一些精神疾病的病徵之一，例如抑鬱症和精神分裂症。

香港精神科醫學院

黃宗顯醫生

電郵: [drwongchunghin@gmail.com](mailto:drwongchunghin@gmail.com)

原文刊載於《成報》12/10/2011