

怎樣才算病態賭徒

1. 每星期例必賭馬，是爛賭，還是有病？(病態賭徒)

根據美國精神醫學會出版的 DIAGNOSTIC AND STATISTICAL MANUAL (第四版) DSM-IV 的準則，若賭博者有五個病態徵兆，這種賭博行為就算是「病態」。病態賭徒相信賭錢是人生最重要的事；愈賭愈大才能得到所渴求的刺激；多次嘗試控制自己賭博，但都失敗；減少賭錢，或戒賭，都會坐立不安和暴躁；因賭錢而逃避困難，或減輕煩躁情緒、自疚、無助、抑鬱或焦慮的感覺；輸錢後會繼續賭，力求歸本；瞞騙家人及其他人來掩飾因賭錢而引起的問題；可能因賭博而犯過罪；曾失去或危害過重要的人或失去工作、教育或就業機會；依賴別人來解決由賭錢帶來的困難。

相反，如果只是因應社交需要而小賭，例如在節日與家人打衛生麻將，都不算病態賭徒。

2. 怎樣戒除賭癮？(病態賭徒)

如果是病態賭徒，並非以藥物治療為主，反而靠日常生活習慣、模式及行為配合較為重要。例如避免出席賭博場合、培養其他嗜好、打消賭博的念頭、學習正確減壓方法。

上述資料只作參考之用，一切均以醫生臨床診斷為準。

香港精神科醫學院

精神科專科醫生李永堅

原文刊載於太陽報 2015.05.31