

強迫症:沒完沒了的重複行為

強迫症病患者出現不能抑制的重複想法和擔心，例如 (1)會擔心雙手污穢不堪而感染細菌和疾病; (2)擔心出門前沒關好電器和爐具而發生火警; (3)擔心睡覺前沒鎖好門窗而怕有賊人入屋打劫; (4)腦海中出現莫名其妙的可怕影像 (例如傷害家人的情景) 而害怕自己會付諸行動等。

為避免這些「可怕後果」發生，患者便出現重複的行為，例如不停洗手，出門前檢查電器、爐具和門窗多遍等，但這些行為只會短暫減少焦慮，當重複的想法和擔心再出現，患者又再焦慮緊張起來而重複行為，沒完沒了的重複行為可能要花上一、兩小時才停止下來，不但明顯影響生活質素，而且破壞與家人的關係，例如患者長期佔用家中的浴室來洗手或患者因重複檢查電器和爐具而無法依時與家人外出等。長遠來說，強迫症病徵可能令患者容易情緒波動和發脾氣，出現抑鬱或其他焦慮症狀。

今年五月，美國精神科協會出版了最新的第五版精神科疾病診斷及統計手冊，把強迫症與其他焦慮症分開，因為近年大腦神經病理學研究顯示，強迫症是與一般的焦慮症不同的。新的精神科疾病診斷及統計手冊亦把患者病識感的程度分為三級，第一級是較佳或一般，即患者知道自己的擔心或所憂慮的可怕後果發生機會不大，第二級是較差病識感，即患者相信自己的擔心較有可能會發生，但仍存有懷疑，第三類則屬最嚴重類別，約百分之四的患者完全沒有病識感，對強迫症的想法和擔心深信不疑，視之為千真萬確。

若出現強迫症病徵而日常生活明顯受到影響，應及早求醫，只要接受適當心理和藥物治療，情況便會改善。

香港精神科醫學院

精神科專科醫生

董富賢

(email:drfytung@gmail.com)

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