

## 三兄妹的精神症狀

近年有機會見到一家三兄妹，都患上類似的症狀，在此向各位介紹。

約十年前，大哥當時 15 歲，開始見醫生。他就讀名校中四，學業成績不錯，且積極參與課外活動，歷任家生會，樂隊，團契，游水，柔道等組織成員，每晚非九時不能回家。

會考期近，他開始怪責自己沒有多放些時間在學業上，形成精神緊張，難於入睡，對考試有恐懼。他向弟妹發脾氣，嚴加敦促，把大哥的威嚴盡量發揮。且每事執著，要求完美，反覆思量，把一個問題不停重複，類似強迫症狀。

背景資料顯示他出身中上家庭，父母均為專業人士，對四名兒女的要求也高。他的起病也與祖母過世有關，他因為極度傷心，誘發了情緒的低落和緊張。

過了一年，會考成績二十多分，但還是與自己的理想有些距離。結果入了恆商，繼而科大，畢業後在大行工作，但每逢考試期間，都有緊張症狀，通常維持不久，幾天便過去。

約四年後，他的妹妹時年 19 歲，也來求診。緣起也是家中的女傭要辭職結婚。她好像失了依靠，情緒波動起來。一位不算太熟的朋友在美國車禍喪生，令她十分傷感，不停思念，又會想起日本海瀟中的死難者。

她的學業本來很好，受此打擊，成績差了一分，不能進入科大，改入理工，與期望有落差。於是無心向學，經常遲到，考試缺席。最後幾經求情，才保住學位，但始終不滿意，經常發脾氣，數度割手自殘。

家人最後沒有辦法，把她送往澳洲，與早在該地的弟弟同住。豈料她十分喜歡外國生活，非常適應（她中學時讀國際學校）；成績突飛猛進，藥也不用食；只有偶然在考試前一兩天服小量藥物，以減輕緊張情緒。

三弟中學已往澳洲讀書，能夠適應當地生活，但也難免有焦慮症狀。與姊姊同住後，往往會因為家務的分工問題引起磨擦，加上考試的壓力，他會變得十分煩躁，甚至有暴力傾向，大叫擲物，嚇得姊姊也不敢回家。

上述三兄妹的情況都屬焦慮症，通常始於青少年期，在環境因素誘發下產生。家庭與自我的要求過高也會構成壓力，尤其當理想和現實出現差距之時。待環境好轉後會改善，藥物治療通常只屬暫時。有如傷風感冒，沒有所謂斷尾的；性格成熟後會好點，理想會變得貼近現實，對壓力的承受力也增強，所以長遠而言是理想的。

香港精神科醫學院

精神科專科醫生 勞振威

原文刊載於太陽報 2015.05.10