

## 恐慌症及恐懼症

1. 有時，突然會很驚慌，又未能解釋原因，是否已患上精神病？(恐慌症)

這個情況或會令人聯想起恐慌症。不過，如果有原因的驚，例如險些撞車，生命受到威脅時，驚慌是合理的。

恐慌症是無原無故的驚慌，例如身處於安全的環境下，又或正在看喜劇，都會覺得驚，而且還出現其他病徵，包括心跳加速、呼吸急速困難、胸口翳悶或作痛、害怕將會死去等。恐慌症的病徵來得快，但也消失得快；當病徵出現時，患者會呆滯，眼前的境況，彷彿與世界脫截。

2. 一聽到“老鼠”就“打冷顫”，是否有病？(恐懼症)

許多人對蛇蟲鼠蟻，都會很驚；有些人對自然環境，如暴風雨、高度和水產生恐懼，有些則害怕見血，而有些害怕某些特定情境，如飛行、橋樑和駕駛車輛。

不過，是否患上恐懼症，首要條件必須考慮患者的恐懼是否影響日常功能，最明顯是不能上班上學，不能應付日常生活，例如做家務等等。如果出現這些情況，就要求醫。

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 2015.07.05

drwkle2@gmail.com