

重複清潔也是病？！

本港電影「孤男寡女」中，鄭秀文每次不開心時，都在廁所中洗刷，把裡裡外外抹得光潔如新，一塵不染，旁人或許感到可笑，或許如劉德華般看得憂心忡忡。重複清潔也是病？！

強迫症(Obsessive compulsive disorder)在以往國際精神病分類中辨識為焦慮症的一種，但最新的美國精神病診斷及統計手冊第五版(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-5<sup>th</sup> Edition, DSM-5)已將強迫症獨立起來，其中除了強迫症外，也有身體畸形症(Body Dysmorphic Disorder)、囤積症(Hoarding Disorder)和拔毛症(Trichotillomania)等。

強迫症的流行率約 1.1%-1.8%，大約一百個人中有 1.1 到 1.8 個人，而童年期間男比女多，但成人則女略多於男。發病年齡平均年紀約十九歲半，而男士較早，但十四歲前或三十五歲後發病也是有的。

強迫症的病癥有兩大類，包括強迫思想(Obsession)和強迫行為(Compulsion)。往日政教合一的年代常見強迫思想是與宗教有關，例如病者不能自制地想些魔鬼或對神佛不敬的事情。但今日則多些與性或疾病相關的強迫思想，而有時男性患者會強迫自己老是想起一些對稱的事情，如某件物品是否左右上下對稱。強迫行為的主題多是重複洗手、檢查及細數次序，又或在心中數算或重複某些神奇字詞，所以重複清潔也可能是患上強迫症，而且女病人多患上與清潔相關的症狀。

強迫症病人最痛苦的是明白理解強迫思想(Obsession)和強迫行為(Compulsion)的不合理和無稽，苦於思想都是自己想出來，多番嘗試其他想法或行為去減少其中的沉溺，但無法自拔，因而很多強迫症病者洗手引致皮破血流和皮膚發炎，又或檢查門戶多個小時而出不了門。

讀者如想了解有關強迫症的治療和其他資料，可參加由香港精神科醫學院舉辦名為「啟動心康」的免費公眾精神健康教育系列，其中於 2015 年 7 月 18 日下午 6 時 30 分，假座香港中央圖書館演講廳，由本文作者主講的「我要 CHECK 多次(強迫症)」講座，留座熱線 61757151，先到先得，額滿即止。

精神科專科醫生簡重盛(香港精神科醫學院)及臨床心理學家吳如花  
([cpestherng@gmail.com](mailto:cpestherng@gmail.com))

原文刊載於太陽報 2015.07.12