

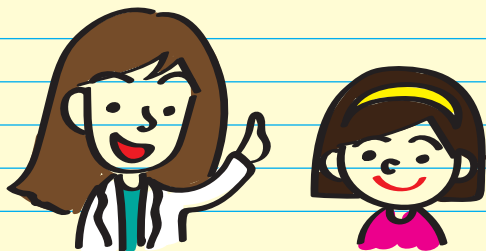
強迫症需要怎樣治療？

如果長時間未得到妥善的處理，強迫症可以嚴重影響到患者的學業、社交和與家人的關係，而且更有可能引致情緒病如抑鬱症或其他焦慮問題。現時最常用於強迫症的治療主要為藥物治療和心理治療。



藥物治療：

主要使用不會令人上癮的藥物，針對調節大腦內化學物質，例如血清素的水平，從而幫助恢復大腦功能，減少強迫思想和行為，同時亦可舒緩焦慮問題。



心理治療：

治療師主要會使用認知行為治療，引導患者嘗試逐漸去面對他們所害怕的情況，同時阻止自己去做慣常的強迫行為，以等待焦慮隨著練習而慢慢減退。此外，治療師也會協助患者去糾正思維上的錯誤，讓他們能夠從另一個角度去看事物。

除此之外，如家中有強迫症患者，家人對病理的認識和對患者的支援亦非常重要，應避免採用責罵的態度，並協助患者建立信心來面對問題。



服務時間

星期一至六上午9:30至晚上7:00
星期日及公眾假期休息

聯絡我們



+852 2525 2300 +852 5111 0005
中環皇后大道中59-65號泛海大廈11樓1105-06室
www.mindpro.hk info@mindpro.hk

www.facebook.com/mindpro.hk

www.youtube.com/mindprohk

© Copyright Mind Pro Limited, 2015. All rights reserved.



兒童及青少年 強迫症



認識兒童及青少年強迫症

強迫症屬於焦慮症中的一種，患者主要會出現一些強迫思想或/和強迫行為。其實，很多兒童偶爾也會出現短暫的症狀，但若然孩子患有強迫症，他們的強迫思想或行為會長期持續（至少兩星期以上），並為此感到非常困擾和焦慮，而且也會影響到學業、日常及社交生活。

什麼是強迫思想？

一些不斷重複在腦中出現的思想。這些想法發自患者的內心，雖然知道它們是不合理和多餘的，但是卻揮之不去，而且會令人感到非常厭惡、緊張和不安。常見的強迫思想包括：

- 極為害怕污垢、灰塵、細菌、身體的分泌物、排泄物、某些動物或昆蟲會令自己生病
- 害怕對自己或他人造成傷害
- 害怕自己做出一些暴力、「不道德」，或是「褻瀆宗教」的事情
- 過度憂心失去一些自己的物品
- 過份執著於事物的規律、次序、對稱，或是否「完美」
- 很害怕丟掉某些物件，擔心將來還會用到

什麼是強迫行為？

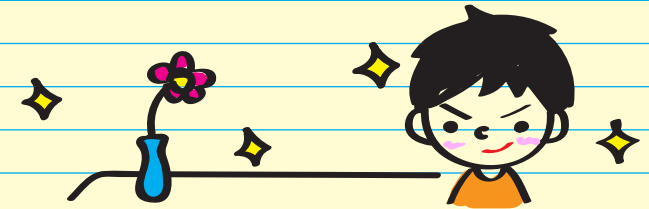
強迫行為通常是由強迫思想所引起的，患者做這些行為只是為了減輕自己心理上的壓力和焦慮，但並不會從中得到任何樂趣。即使他們可能會察覺到異常，卻難以控制該行為。以下是一些強迫行為的例子：

- 反覆洗手、洗澡、清潔地方或物品
- 極力避免接觸他們覺得「骯髒」的物品、動物或人
- 不停確認他們的行為有沒有傷害到自己或別人
- 重覆進行一些特殊的行為，如數數字或默念某些字句
- 要求別人的重覆肯定，確認所有事情都做得很妥當
- 不斷重覆檢查如書包有沒有遺漏物件或門窗是否關好
- 不停重覆將物品排列整齊或對稱
- 收集或儲藏一些非必要的物品，如舊報紙、空樽、擦膠碎屑或包裝紙等



為什麼孩子會有強迫症？

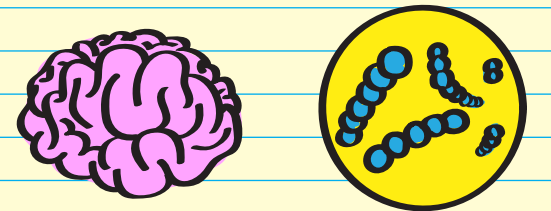
醫學上強迫症的成因至今尚無定論，但相信與心理、生理和生活環境是息息相關的。



心理方面：部份患者的性格會較為執著、偏好清潔整齊、注意細節和有條理。



遺傳方面：有強迫症的患者，其直屬親人亦會有較高機會患上強迫症。



生理方面：大腦內用作調節緊張情緒的血清素水平失調、某些腦部區域的發展問題，或是細菌感染（如A型鏈球菌感染），都有可能引起強迫症的症狀。



環境方面：大約每三個強迫症的個案中，就有一個是由壓力而引起病發的。