

友人跟我說，他困苦得不知如何生存下去。他說：「我每天活在憂心與驚怕之中，必需把門窗關合八次才敢出門；每次洗手總要洗八次才放心。腦子常有些不舒服的感覺，必需想別的東西來把這些感覺消除，但不舒適的感覺很快又回來。我必需重覆思想別的東西八次，才可回復片刻的舒適；我是難以自控地陷在重覆中。很想抗拒這些行為，但感到無能為力。」

友人正受強迫症困擾，差點失去工作，工餘學業也不能繼續。其實，每一百人中，就有一人患強迫症。患者通常有家族情緒病史，例如他的親妹妹患抑鬱症。強迫症與腦內血清素缺乏有關，如在工作、人際、學業長期受壓者，特別容易患病。

友人找家庭醫生，坦白說出情況。他知道若要自救，必需主動求醫。家庭醫生給他四星期的血清素藥物，再把他轉介給精神科醫生。經評估，再給他三個月的血清素藥物；經過病假休息和服藥，才慢慢好轉。他勇敢求醫，不放棄的態度，為他帶來回報。服藥後四個月，他的重覆性行為和思想都減少了，回復平常狀態。今天他是高級公務員，生活美好。

他表示病中最痛苦的，是腦子裏的疲倦和對未來的迷惘，也只有他獨自經歷。除了上帝，很難找到明白他的人。妻子不明白，責罵他「太執著」、「心中有罪污」、「性格不好」等。

很多人誤解強迫症患者，強迫症不是罪，只是先天性缺乏血清素。較輕微的患者可以跑步、游泳製造血清素，較嚴重者必需服用血清素藥物。只要放心求診，就可改善問題。目前，香港精神科門診和家庭醫學專科門診，都有進一步的服務。

「壓傷的蘆葦，他不折斷；將熄滅的燈火，他不吹滅」(以賽亞書42：3)上帝願意以輔導及藥物幫助人走出絕境。請放心踏出第一步，向恐懼誇勝。走向未來，迎接美好人生。

號鳴 / 家庭醫學醫生
*聖經經文引用《聖經新譯本》



環球天道傳基協會
Tien Dao Worldwide Christian Media Association

如對文章有任何回應或查詢，歡迎登入《醫學人生》
網頁分享<http://www.tdww.org.hk/cmdf/index.html>



香港基督徒醫生及牙醫團契
The Christian Medical and
Dental Fellowship of Hong Kong