

常見的精神病

社會越發達，帶來的壓力就越大，受精神困擾的城市人日益增多。輕微的如失眠、情緒緊張等，可以透過娛樂、找朋友傾訴、運動等方法解決。但若果情況嚴重，形響到生活及社會關係時，就需要求醫就診。

「病向淺中醫」，精神病跟其他疾病一樣，越早發覺，尋求治療，康復的機會就越大。但一般人對此病往往一知半解，心存恐懼。一旦患上，家人、甚至病者本人也未必察覺得到。因而擔誤了求醫的時間，影響康復。希望以下的資料，能幫助不幸患上精神病的人士、家屬及有關單位，及早察覺問題，即時處理，以期早日康復。

何謂精神病？

精神病是個統稱，泛指一切影響精神狀態的疾病。它們與身體疾病一樣普遍。輕微患者仍能辨別幻覺與現實，可以照顧自己的起居生活。嚴重患者則與現實脫節，失去在社會生活的適應能力。

常見的精神病

精神病這個統稱下包括的病症甚廣，常見的有精神分裂症、情感性精神障礙(包括躁狂症、抑鬱症、躁狂抑鬱症)，又稱為重性精神病。神經衰弱、失憶症、焦慮症、恐怖症、強逼症等屬於輕性精神病，一般稱為神經症。此外，腦創傷所致精神障礙、酒精中毒或海洛因成癮所致精神障礙、癲癇性精神障礙、精神發育遲滯、人格障礙、性心理障礙、老年痴呆和兒童心理障礙等等，都屬於精神病的範圍。當中以精神分裂症和情感性精神障礙最為普遍。

根據 1982 年國內一項調查，每一千人就約有五個患上精神分裂症，是各類精神病中患病率最高的一種，至於躁狂抑鬱症，每一千人的有一人患上，患病率遠比精神分裂症為低。

甚麼叫精神分裂症？

精神分裂症是一種常見而病因不明的精神病。多起病於青壯年，患者思想脫離現實環境，思維、情感、行為、意志之間互不協調，病情多變遷。此病容易復發，多次發作後令人格改變，社會適應能力下降。所以宜及時求診，並防止復發。

各種分裂症的常見症狀

此病的症狀十分複雜和多樣，不同類型、不同階段的精神分裂症，表現可能有很大分別。主要症狀有：

思想錯亂

病人說話抓不住重點，交談或書寫內容少連貫性和邏輯性，東拉西扯，旁人往往無法理解。

情感反常

病人會變得對親人朋友漠不關心，退縮及不願與外界接觸，對生活和學習的興趣減少。易衝動，有時出現莫名其妙的傷人毀物行為。

意氣消沉

病人會減少參加活動，作事欠主動，行為孤僻，對生活、學習及工作的動力減低。不主動與人往來，畏縮，甚至發展至失去生活自理能力。

幻覺、妄想

病人會聽到有人在議論、罵他，或說出他的想法。很多病人會與腦子裏聽到的聲音對話，自語自笑。也有些病人會見到怪異離奇的幻象，感到恐懼莫名。此外，觸幻覺、嗅幻覺等也很常見。這些幻覺有時會支配患者的行為，亦會令他們情緒受到困擾，嚴重時甚至會做出傷害自己或他人的行為。很多病人亦會有妄想，無故深信受人陷害，或自以為是神仙、名人。有些相信有外力在操縱或干擾他的思想和行為，並相信內心所想的事人盡皆知，感到十分困擾。

甚麼是情感性精神障礙？

患有情感性精神障礙的病人，發病時情緒會異常興奮或低落；又或興奮和低落的情緒交替出現。主要分為三類：躁狂症、抑鬱症和躁狂抑鬱症。

躁狂症

病人情感異常高漲，說話興奮多且快，動作比前增加；自感頭腦特別靈活，思想活躍，覺得說話的速度跟不上思想速度；注意力不集中，談話內容經常變動，令人難以理解。

此外，病人亦會變得誇大、自命不凡，嚴重時病人會感精力充沛，甚至不眠不休，也不感到疲勞；食慾、性慾亢進，易激動發怒，出現攻擊行為，並會有幻覺、妄想的症狀。

抑鬱症

抑鬱症跟躁狂症的症狀剛好相反。病人心境異常低落、苦惱憂傷、精神不濟。感到疲勞不堪，反應遲鈍，思路閉塞，言語減少，說話很慢。

此外，病人自我評價降低，常自責自咎，無故變得焦慮不安、緊張恐懼，擔心自己的健康或家人會遭遇不幸等。大多數病人會變得沒有胃口，進食少及性慾減退。常有難入睡、早醒及發惡夢等情況。若不及時診治，病人可能會因為長期感到度日如年、生不如死而產生自殺的意念和行為。

躁狂抑鬱症

這類病人有時出現躁狂發作，有時出現抑鬱發作。發病持續時間因人而異，可長可短。此病具有自行緩降和復發傾向。緩解期精神狀況完全正常，雖可多次發病，但精神活動並不多出現衰退。

隨著醫藥及社區、家庭康復治療的發展，精神病已不再是一種可怕及神秘的疾病，不少重性精神病患者都可透過服藥、社區心理康復得到幫助重投社會。精神健康是生命的重要層面之一，多點認識，除了可以幫助自己調解心靈困惑之外，還可以讓我們更容易接納不幸患病的人，促進他們的康復。