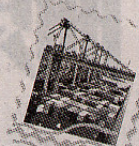


多年輕人發病 嚴重會想自殺

躁狂抑鬱症每年添千宗



病發時情緒會大起大落，病情嚴重者更有輕生念頭的躁狂抑鬱症，近年個案增多。精神科醫生指出，大部分患者是在十五至二十五歲間發病，估計目前全港約有二萬名患者，佔整體精神病患者一成，而每年新症約有一千宗。

記者：何慧凝

躁狂症和抑鬱症可說是本港較常見的精神病，不過，對於躁狂抑鬱症，市民卻認識較少。而躁狂抑鬱症患者同時擁有躁狂症和抑鬱症的徵狀，並會交替出現（見表）。

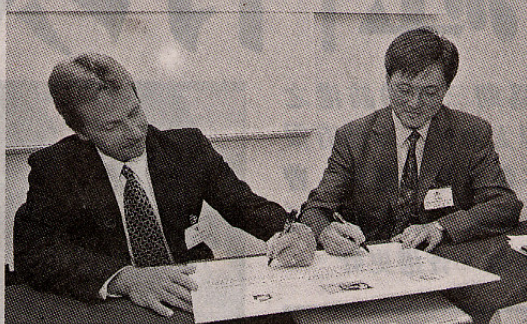
港大醫學院精神醫學系名譽臨床醫學助理教授王明燦解釋，患者有時處於極度興奮狀態，感到情緒高漲，思維速度突然增加，經常口若懸河，無法靜下來。但一段時間後，他們的情緒就會急轉直下，變得鬱鬱寡歡，對所有事情皆提不起興趣，思維也變得遲緩。此時患者的自我評價極差，嚴重者更會認為自己全無存在價值，因而興起自殺的念頭。

港患者料達二萬人

「病情嚴重的患者更會出現幻覺或妄想，例如以為自己是超人，擁有超能力拯救世界，或認為有人想害自己，並覺得自己『抵死』。」王明燦說，通常患者會經歷數周的躁狂，再進入數周的抑鬱，但少數病人的情緒變化會較頻密。此症的終生病發率為百分之零點四至一點六，大部分人在十五至二十五歲間發病，估計目前全港約有二萬名患者，而每年的新症約有一千宗。

王明燦稱，躁狂抑鬱症成因包括遺傳因素、壓力、大腦神經分泌失衡、個人性格影響等，有家族病史的人發病機會較常人高十倍。患者須長期服用藥物，以調整大腦分泌及穩定情緒，而腦電盪治療和心理輔導亦有

江區副「精神復康會所模式」啟導課程



■王明燦（右）代表「卓越之友」與國際會所發展中心簽約，合辦「會所模式」啟導課程。 陳偉能攝

躁狂抑鬱症徵狀 (同時具有躁狂及抑鬱的特徵)

躁狂症徵狀	抑鬱症徵狀
情感高漲、興奮、躁狂	情緒低落、鬱鬱寡歡、愁苦、沮喪
意志增強、自身感覺良好	悶悶不樂、喪失興趣、無精打采
思維奔逸	自我評價低落
多話及多動	思維遲緩、說話和動作減少
	有自殺念頭
	暴躁

助控制病情。

王明燦指，患者在接受治療的同時，亦需要全面的復康支援。港大與瑪麗醫院於九八年合作成立「卓越之友」社區成人精神復康會所，協助精神病康復者重投社會。現時會所共有三百三十名會員，包括約一百二十名活躍會員，當中七成人經會所的協助已成功重返工作崗位，另兩成人則重拾學業。

鑒於華語社區對此類服務需求甚殷，「卓越之友」與國際會所發展中心合作，於今天舉辦首個針對華語社區「精神復康會所模式」啟導課程，讓有意開辦復康服務的人士報讀。

突然不開心 忽又非常興奮

現年五十多歲的莎莎（化名）是躁狂抑鬱症康復者，她在二十多歲時發病。莎莎說，當時任職文員的她工作非常忙碌，辦公室的電話整天響個不停：「那時一個電話未聽完就要接聽另一個，工作實在太多，覺得好煩，很想盡快將工作做完，所以壓力很大。」情況維持了幾年，莎莎的上司某天發覺她情緒有異，建議她看心理醫生。莎莎後來被轉介至精神科，經診斷後證實患上躁狂抑鬱症，須長期接受藥物治療。

難集中精神工作

莎莎說病發時，會突然感到很不开心，更整天將自己困在房間裏，對家人不瞅不睬，但有時又會非常興奮，每遇到認識的人都說個不停。

三十多歲時，由於男朋友要跟別人結婚，莎莎大受刺激，曾想自殺：「當時我想，橫豎都要食藥，不如一次過食晒，一死了之。」幸好她正想吞服大量藥丸之際，被其姊及時發覺，阻止悲劇發生。

受到病情影響，莎莎難以集中精神工作，九七年被逼辭職。一年後，她加入「卓越之友」社區成人精神復康會所，學習了中文打字和基本電腦操作，並透過會所的協助先後到過三個機構工作。她在摩根士丹利擔任郵務文員時，更獲「模範殘疾僱員獎」，令她重拾自信。莎莎說，加入會所後除了學懂工作技能外，還得到情緒上的支援，對她重投社會大有幫助：「入會所後開心了很多，有工作，又有人傾談，有寄託，就不再覺得自己有病。」

記者 何慧凝