

## 強迫症

96年07月-強迫症-心志工摘錄自：行政院衛生署出版的「心理衛生專輯(7)」

---

### ※ 強迫性精神官能症的症狀

半數以上的強迫性精神官能症患者在二十歲以前就會出現強迫症狀，絕大多數症狀的發生是緩慢進行的，但因為患者往往不知道該如何處理或害怕被別人知道，等到他們因日常生活功能受到症狀的明顯影響而不得不前來求醫時，常已獨自承受多年的痛苦。

強迫症狀可分為強迫思考和強迫行為二種。強迫思考可分成：(1) 疑問，(2) 意念，(3) 懼怕，(4) 衝動，(5) 影像等五種性質。例如：(1) 關好水龍頭後，反覆想好像沒有關緊；(2) 腦海中經常重複出現如「重新開始」等字眼；(3) 不斷想家人會遭遇災禍死亡而感到懼怕，其實自己也知道這是多餘的、不可能的；(4) 毫無理由的，只要見到刀子就會不斷的湧起如「拿刀子割自己流血的衝動思想」；(5) 無論在坐車、閱讀、工作、盥洗時，腦海中都會反覆出現如「刀劍自空中落下」的影像。大部分患者的症狀內容是和污染及不安全有關，如上廁所後得反覆洗十幾次手才覺得乾淨，又如因為總會想「家裡有那些地方的門窗漏掉了沒關好」，而必須反覆折回家中檢查三、四次以上才得離家外出。以上的反覆思想，患者雖然也自覺是多餘、不合理、荒謬的，但是卻無法阻止成抗拒它的出現，而每天為其所干擾達數小時以上。

強迫行為多數是伴隨著強迫思考而出現的，但也可成為單獨存在的症狀。患者為了順應或抵消強迫思想，而衍生重複行為，如一直想瓦斯沒有關好而重複去檢查；腦中一出現詛咒親友的字句，就必須退回到原先的動作或起步的地點，然後自1數到7，拍掌一下。如此，患者覺得才能消除詛咒和罪惡感。

患者的症狀內容可能只有一、二種，也可能多種並存，或經過數月或數年而轉換為他種內容。少數患者的症狀是陣發性的，但多數患者的症狀會呈慢性化，嚴重度則起伏不定，往往在生活壓力大的時候會趨於嚴重，故有不少患者在長期受困擾後出現憂鬱症狀。部分患者會因懼怕性的強迫思考而產生畏懼症狀。

出現在兒童、青少年期的強迫症狀與出現在成人的症狀有些不同，即前者較不會自覺那是不合理或荒謬的，也較不會去對抗它，而多半會去順應它，嚴重者甚至要求家人一定要依他的要求做同樣的動作或儀式，如家人不聽從還會發脾氣，甚至攻擊家人。

由於病症通常相當頑強，治療無法立見成效，因此患者及家屬應該做好心理準備，與專業人員長期耐心合作下去。