

# 自閉症

# 譜系障礙



醫院管理局  
HOSPITAL  
AUTHORITY



青·山·醫·院  
Castle Peak Hospital



青山醫院精神健康學院  
Institute of Mental Health  
Castle Peak Hospital

# ★ 自閉症譜系障礙

## 是甚麼？

自閉症譜系障礙  
(Autism Spectrum Disorder)  
是一種與生俱來的發展障礙，  
患者中以男性比女性多。  
患者會在三個方面有明顯  
的障礙，包括：

1. 語言及非語言  
的溝通障礙

2. 社交障礙

3. 重複、刻板、固執  
的行為模式

以顏色作比喻，每種顏色均有各自的譜系，例如在紅色中，除了有不同深淺的紅色，還會有紫紅色和橙紅色。同樣地，自閉症譜系障礙患者在行為特性、功能缺損、病徵的呈現方式，以及嚴重程度等方面都不盡相同，但他們均有上述的三大特質。

# 自閉症譜系障礙的成因

## 環境因素

例如：

- 幼兒期間的感染
- 懷孕期間及分娩時引起的併發症

## 遺傳基因因素

## 大腦結構上異常

研究顯示患者在其腦部的不同部位也出現結構異常，如小腦、邊緣系統、腦額葉、連結腦部不同部分的神經網絡等。

## 大腦功能上異常

研究指出患者除了大腦結構外，部分功能也有缺損（詳見下一部分）：

1. 心智解讀
2. 中樞統合
3. 執行功能

## 腸道微生物生態發育異常

研究顯示人體的腸道與腦部有密切關聯。生存在腸道中的微生物會產生化學物質，影響大腦的生理結構以及社交行為。

研究發現患者的腸道微生物生態與同齡兒童比較，發育明顯落後。腸道的細菌數量及種類均較少，但這些分別與飲食習慣無關。

## 自閉症譜系障礙的主要病徵

1. 語言及非語言的溝通障礙
2. 社交障礙
3. 重複、刻板、固執的行為模式



# ★ 自閉症譜系障礙 的病徵

自閉症譜系障礙是多樣化的，患者在嚴重程度、病徵、行為及缺損上都會有不同的表現。一般而言，患者主要會有以下病徵：

## 1. 語言及非語言的溝通障礙

在語言溝通上，最嚴重的情況是患者完全不能進行任何具意義的語言表達及交談。至於一些情況輕微的患者，其語言能力表面上並沒有太大問題，能應付日常生活所需，甚至能順暢地表達自己的意思，但需要主動交流或社交情境較為複雜時，其持續與他人互動的能力及引伸能力會有所不足。



### 患者可能出現的語言障礙包括：

- 鸚鵡式學舌
- 「你、我」；「這、那」等詞語的倒轉運用
- 字彙異常
- 奇怪或異常的語調、說話速度和節奏
- 缺少社交性談話或流暢的對話
- 難以理解別人說話背後隱藏的意思
- 在溝通時缺乏眼神接觸
- 在溝通時缺乏面部或身體表情以輔助其說話的意思

## 2. 社交障礙

「心智解讀」是大腦其中一項很重要的功能，讓人能理解周遭環境和事物，以及推斷自己及他人的內心狀態（即內心的想法、愛惡、需求等）。在人與人的相處過程中，我們要不斷從對話背景、內容、對方的表情及語氣，來揣摩對方的意思，以作出合適的回應。不過，自閉症譜系障礙的患者因在這項大腦功能上出現缺損，而導致社交障礙。



### 社交障礙的表現包括：

- 不能理解他人行為背後的感覺、情緒、需要、價值觀和想法，容易因錯誤理解社交情況或形勢，而產生誤會或出現不恰當的行為表現
- 欠缺主動性與他人溝通妥協
- 缺乏興趣與人分享自己的經驗、所見所聞或有趣和特別的事情
- 不能與他人有共享的注意力
- 不甚理解社交禁忌
- 沒有太大的興趣與人互動和溝通
- 缺少社交情感上的相互性

### 3. 重複、刻板、固執的行為模式

患者通常都很固執，對於任何轉變——無論是多無關痛癢、多微細的轉變——都難於接受。同樣地，他們也無法接受自己不曾考慮或接觸過的事情，亦很難放棄自己的生活習慣、原則和價值觀。

他們的興趣通常都很狹窄，但對有興趣的範疇卻是瞭如指掌。例如某些患者喜歡巴士，他們對於巴士路線、巴士型號、出產地及出產日期等都能背得滾瓜爛熟；閒時也只會進行與巴士有關的活動，例如「遊巴士河」、上網搜尋巴士資料、拍攝巴士照片等。

患者亦傾向進行重複的行為（特別是兼有學習障礙的患者），例如重複一些動作或句子、每天以相同的方法或次序玩相同的玩具、每天都按同樣的流程生活等。

另外，自閉症譜系障礙的患者還有以下的行為特徵：

### 4. 感覺統合問題

患者會有感覺過於敏感或遲鈍的情況。

- **感覺過敏**：一些對其他人無關痛癢的感覺，對他們來說是非常不適及非常滋擾，如環境噪音或燈光。他們會害怕身體接觸或靠近他人，身處擁擠、嘈雜的環境時會發脾氣或感到不安。
- **感覺遲鈍**：他們很享受一些對一般人而言很不舒服的感覺，例如旋轉、痛楚、用牙齒咬某些物質（如膠質、木質）、上下跳動等感覺。他們會重複地上下跳動、前後搖晃身體、拔頭髮或體毛、拍打身體，又或會特別喜歡觸摸或聞某一物料或物件。



## 5. 情緒問題

患者的大腦除了缺乏心智解讀的功能外，也缺乏「中樞統合」的功能，影響其重點及整體式思考。患者由於只着重表面的細節，無法於眾多資料中抽取有用及有關連的資訊作優先處理，以理解事情整體的意義（whole picture）和注意各細節之間的關係。這缺損不但影響學習及工作，也會令患者較容易誤解生活經驗，亦會在與人溝通時出現誤會。

由於患者不能了解事情的整體、不能理解生活經驗背後的意義，也不能彈性地接受轉變或不如預期的事情；加上有研究顯示患者的邊緣系統（大腦中掌管情緒的部分）功能出現異常，因此他們比較容易有抑鬱、焦慮、激動及憤怒的情緒。嚴重的話，更有可能演變成抑鬱症及焦慮症。

此外，由於患者不懂得怎樣恰當地運用言語表達其感覺或需要；較嚴重者甚至連自己的感覺或需要是甚麼也不太清楚，所以他們較易脾氣暴躁和激動，嚴重時更可能會攻擊他人或自殘。另外，患者亦會因為難於接受改變，或受感覺統合問題帶來的不適及不安影響而發脾氣。



## 6. 學習困難

患者可能會在學習時遇到困難，除了因為語言理解和表達能力的不足，以及「中樞統合」功能缺損（即不能抽取重點以理解事情的整體）而不能分析明白課堂內容外，也因為其腦部「執行功能」受損而在學習上出現專注力不足、過度活躍、難以安排做事先後次序、欠缺籌劃組織能力等問題。

# 評估與診斷

由於現時仍未有任何血液或腦掃描檢查可協助診斷自閉症譜系障礙，醫生只能從病人的發展歷程、過去及現在的行為表現作出診斷。

在診斷時，醫生會詳細詢問患者在以下範疇的發展歷程：

## 1. 言語發展歷程

在正常的情况下，兒童能於 12 個月大時說出單字，並能於約三歲前說出簡單句子。但較嚴重的患者會有明顯的語言發展遲緩，甚至有可能直至長大成人還不懂以言語表達自己。

智商正常的患者可能並沒有明顯的語言發展遲緩，雖然其言語表達能力表面上如常人一樣，但仔細聆聽和分析便會發現他們與人一來一往的對話能力較弱，運用言語作交流分享以建立關係的能力或意向動機亦較低。因此，他們在對話時常會出現「搭不上嘴」、「詞不達意」的情況。

## 2. 社交行為發展歷程

醫生會根據以下行為判斷求診者的社交發展是否出現異常：

- 是否有眼神接觸和身體語言
- 能否表達自己的興趣或引導他人也對事情產生興趣
- 能否自發地分享
- 能否在社交應對時作適當反應
- 是否有自發的模仿動作及「假扮」遊戲
- 能否自發地向他人給予安慰
- 能否參與集體遊戲
- 是否對其他孩子產生興趣、當他人接近時是否有適當的回應
- 結交朋友及維持友誼的能力是否正常
- 是否缺乏社交抑制能力





### 3. 是否出現重複、刻板、固執的行為模式

患者可能會出現以下的情況：

- 對某物件或興趣非常偏執地熱愛及專注，會花很多時間進行相關活動，而其他事物一概不理，因而限制了其他方面的發展。
- 有強迫性及儀式化的行為，必須按特定的次序、規矩、原則或方法完成某種行為，否則會有強烈的不安感。
- 當進行日常慣性活動的方式、時間或地點有任何輕微的改變時，會出現明顯的負面反應。
- 重複的手部或身體上的動作，例如手於眼前揮動、踮着腳尖走、重複自轉或彈跳等（特別見於兼有學習障礙，即智力障礙的患者）。
- 出現如前文所述的感覺統合問題。



醫生在診斷時會以患者長時期（自患者出生至幼年，或至青少年時期）在身心各方面的發展表現作參考。因此，醫生需要全面了解及仔細觀察其表現，才能確定患者的各種病徵及程度。如果家長對子女的發展情況並不了解、對其日常生活上的表現觀察得不夠仔細，又或無法清楚描述子女的行為表現，醫生便難以作出準確的診斷。

另外，一些智力及學習能力較高的患者，會懂得如何補償或修正自閉症譜系障礙所帶來的缺損，所以若面對的生活問題及社交情境並非太複雜至超越他們處理能力，他們在日常生活、學習及工作上都不會出現嚴重問題，其病徵的表現也可能相對輕微。因此即使他們（尤其是已處於高小、中學階段或成人的求診者）在會診時並沒有明顯出現所有上述的行為特徵，也並不能完全否定他們沒有患上自閉症譜系障礙。

# ★自閉症譜系障礙的治療

雖然藥物能減輕患者部分的情緒及行為問題，但目前並沒有任何藥物能根治患者在溝通、社交及行為上的缺損。要改善患者的溝通能力、社交能力及行為問題，還是需要靠各種技巧訓練與行為管理治療。針對各種障礙，我們會利用不同的治療方式：

語言及非語言的溝通障礙	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 言語治療</li> <li>• 使用「溝通卡」</li> <li>• 多利用「6W」引導對話：包括何時（When）、何地（Where）、何人（Who）、何事（What）、為何（Why）、如何（hoW）</li> </ul>
社交障礙	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 遊戲治療：透過增加患者與他人的互動，減少其自我封閉及不恰當的自我刺激行為。不同的遊戲有助訓練不同的大腦功能，例如：               <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ 球類運動、單車、賽跑等動態遊戲能訓練肌肉動作的協調、反應和平衡感；</li> <li>✦ 角色扮演遊戲能訓練恰當的言語及情緒表達、反應對答及行為；</li> <li>✦ 在導師領導下的群體遊戲能為患者提供與人合作、妥協或模仿他人良好行為的學習機會。</li> </ul> </li> <li>• 社交故事：以故事形式描述某社交情境，令患者能明白及了解故事主角的想法、情緒和行為，藉此教導他們應該對該情境的正確方法。</li> <li>• 心智解讀訓練：訓練孩子辨識自己及他人在不同情況下的心理狀況（包括情緒、信念、思想、感受、願望和意圖）及行為，從而作出適當的社交回應。</li> <li>• 社交技巧訓練：找出患者不恰當或欠缺的社交行為，教導他們正確的做法並加以練習（如以角色扮演練習），在達成目標時給予獎賞。</li> </ul>
重複、刻板、固執的行為模式	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 藥物治療</li> <li>• 行為管理</li> </ul>
感覺統合問題	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 感覺統合訓練</li> </ul>
情緒問題	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 藥物治療</li> <li>• 解難能力訓練</li> <li>• 針對抑鬱、焦慮、憤怒情緒的管理訓練</li> </ul>

# 甚麼是行為管理？

行為管理的目的是要改善患者不理想的行為，除了可用作處理「重複、刻板、固執行為模式」的問題行為外，亦有助改善由不同原因引起的問題行為。以下是小明的例子：

## 行為管理的步驟

1. 仔細觀察及記錄問題行為的前因、經過與後果。
2. 從多次的觀察紀錄中分析，以找出問題行為的形式、發生的時間、環境、對象，以及使問題行為停止的原因。
3. 提出假設，找出引起問題行為的原因。
4. 根據假設提出改善問題行為的方法。



## 小明的例子

1. 媽媽發現小明很喜歡「失驚無神」地拍她的手，當看到她厭惡或吃驚的樣子時便會「騎騎笑」。
2. 媽媽發現小明在百無聊賴或媽媽埋首其他事務時便會拍她的手，直至她不得不給予反應才停止。
3. 醫生認為小明或因不懂為自己安排消閒活動和想得到媽媽的陪伴而拍打她。又因他不明白媽媽的「厭惡」表情，因此媽媽臉上任何的變化對他來說也是「反應」。
4. 醫生建議媽媽可嘗試以下三種方法：

### • 針對引起問題行為的「前因」

小明因為悶和想媽媽陪伴而拍打她，所以媽媽為小明安排有規律的活動，又會在固定時間與他互動。

### • 針對問題行為持續的「後果」

媽媽給予小明任何反應（如打罵、厭惡的表情）對他來說都是「獎賞」，因此媽媽要保持冷靜，不給予任何反應並走開。

### • 以恰當或較低騷擾性的行為「代替」問題行為

媽媽教導小明用言語叫自己陪伴他以代替拍打，或在行為恰當時即時給予獎賞（如食物、喜愛的活動、口頭鼓勵等）。



面對自閉症譜系障礙患者的問題行為，家長應冷靜地分析問題行為背後的原因，有系統、持之以恆地運用適當的方法處理。我們要明白這類患者是異常固執的，若他們得不到想要的結果時，或會不斷將脾氣及不當行為「升級」以表達不滿及達到目的。這時，家長必須保持冷靜平和、以堅定的態度處理。子女雖然不會立刻停止哭鬧或改善行為，但只要持之以恆，情況便會逐漸改善。

自閉症譜系障礙的缺損目前是不能根治的，只能以各種治療方法減輕病徵對生活的影響及提升其生活技能。身處不同的成長階段，患者須學習應付不同角色的責任及社交需求，所以治療將會是持續一輩子的事。

儘管如此，我們也不應氣餒，因為心態是非常重要的：無論目前開花與否，也要保持樂觀、堅持灌溉，總會有開花結果的一天！

**作者：精神科專科醫生鍾加詠**  
(鳴謝精神科專科醫生陳君訥撰寫第一版)

**編輯：青山醫院精神健康學院**  
**出版：青山醫院精神健康學院**  
**地址：新界屯門青松觀路 15 號**  
**電話：2456 7111**  
**傳真：2455 9330**  
**網址：[www.imh.org.hk](http://www.imh.org.hk)**

青山醫院 (第二版)

© 本刊物任何部分之資料，未獲版權持有人允許，不得用任何方式 (包括電子、機械、影印或記錄) 抄襲、翻印、儲存在任何檢索系統上或傳輸。

歡迎各界熱心人士捐款支持青山醫院的精神健康教育推廣，捐款途徑請瀏覽 [www.imh.org.hk](http://www.imh.org.hk)。

查閱此教育資料之最新版本及簡中版本，請瀏覽青山醫院精神健康學院網頁 [www.imh.org.hk](http://www.imh.org.hk)。

