

## 心藏筆露：陪着你走

美宜自20歲起便患上思覺失調，至今8年，病情一直反反覆覆。今次她因為自行停藥，導致再次出現幻聽，使她大受困擾。在幻聽的影響下，終於有一天萌生了自殺念頭，從五樓跳下來。不幸中之大幸，她經及時搶救，沒有生命危險。經過長時間住院治療後，她的身體及精神情況大有進步，可轉到門診繼續跟進病情。

雖然幸運地從一次病發中康復過來，但美宜不時會感到悶悶不樂。醫生一面聆聽她的困擾，一邊引導她說出更多心底的想法。原來美宜一直很介意自己有思覺失調這個病，感覺自己跟朋友們的路越走越遠，眼看別人已事業有成或組織家庭，自己卻好像依舊一事無成。而且，親友鄰舍間總有些人戴有色眼鏡，即使她已經康復出院，還是被當成異類……這一切都在動搖美宜重投社會的信心。

大部份思覺失調患者首次發病時都處於青年階段，他們不但受病徵影響，在社交及工作方面也受到很大的衝擊。因此，除了藥物治療外，復康治療及抗復發治療同樣重要。醫生聽過美宜的想法後，轉介她接受職業治療師的工作訓練，增強她重投工作的信心。透過跟醫護人員更坦誠的溝通，美宜終明白藥物對於預防病發的重要性。美宜亦在社區精神科護士的介紹下，參與不同的社區活動，擴闊了社交圈子，整個人也開朗不少。

這條復康之路也許不容易走，也許會有點漫長，但請放心讓醫護人員陪着你走，幫助你逐步走出另一片天。

撰文：青山醫院精神健康學院趙穎欣醫生

(轉載自蘋果日報 | 心藏筆露 2017-11-21)



## 陪着你走

美宜自 20 歲起便患上思覺失調，至今 8 年，病情一直反反覆覆。今次她因為自行停藥，導致再次出現幻聽，使她大受困擾。在幻聽的影響下，終於有一天萌生了自殺念頭，從五樓跳下來。不幸中之大幸，她經及時搶救，沒有生命危險。經過長時間住院治療後，她的身體及精神情況大有進步，可轉到門診繼續跟進病情。

雖然幸運地從一次病發中康復過來，但美宜不時會感到悶悶不樂。醫生一面聆聽她的困擾，一邊引導她說出更多心底的想法。原來美宜一直很介意自己有思覺失調這個病，感覺自己跟朋友們的路越走越遠，眼看別人已事業有成或組織家庭，自己卻好像依舊一事無成。而且，親友鄰舍間總有些人戴着有色眼鏡，即使她已經康復出院，還是被當成異類……這一切都在動搖美宜重投社會的信心。

大部份思覺失調患者首次發病時都處於青年階段，他們不但受病徵影響，在社交及工作方面也受到很大的衝擊。因此，除了藥物治療外，復康治療及抗復發治療同樣重要。醫生聽過美宜的想法後，轉介她接受職業治療師的工作訓練，增強她重投工作的信心。透過跟醫護人員更坦誠的溝通，美宜終明白藥物對於預防病發的重要性。美宜亦在社區精神科護士的介紹下，參與不同的社區活動，擴闊了社交圈子，整個人也開朗不少。

這條復康之路也許不容易走，也許會有點漫長，但請放心讓醫護人員陪着你走，幫助你逐步走出另一片天。

撰文：青山醫院精神健康學院  
趙穎欣醫生