

心藏筆露：酒不能忘憂卻可能忘記一切

當面對煩惱時，有人會選擇透過喝酒去忘記憂愁。先別論喝酒能否真的替人解憂解困，但如果喝酒不只是能令人忘憂，甚至可能令人不由自主地失去部份或所有記憶，這又是否喝酒人士想要的結果呢？

相信不少人都了解長期酗酒帶來的禍害，例如傷及肝臟及腎臟。不過，當說到酒能奪去人的記憶，就並非很多人知曉，較輕微失去記憶的情況像是在晚宴中「勁飲」，一覺睡醒後，你可能忘記晚宴後發生的所有事，如與誰一起回家或怎樣回家，這便是俗稱的「斷片」。

有時，酗酒人士的記憶會被短暫地帶走。大力（化名）原為一位成功人士，但因長期酗酒而失去工作動力。他不喝酒的時候更出現斷癮的徵狀，包括手震，直接影響工作能力，而他的記憶力更深受影響。第一次見面的時候，他說：「你好！你好熟口面，你係咪醫生？」見過幾次面後，他還是說：「我好似見過你，但唔記得你叫咩名。」經過多个月的住院治療後，他的情況有改善，開始能認人，也能大概記起從前的東西。然而，對於近來發生的事，他很容易便會忘記，這全因酒精影響了他的腦部功能。

可惜，並不是所有朋友都是這麼幸運。另一位院友小陳（化名）住院已快一年，那天早上，他依然跟我說：「我今日先入院舍一陣，一」。不論遇到甚麼人，他也認不出是誰；對於時間及身處的地點，他都一無所知。直至現在，他仍舊活在一個「異常空間」，可見酗酒能嚴重且長遠地影響一個人的思考、認知及記憶等功能。

大力和小陳有兩個共通點，除了忘不了酒，兩人也異口同聲地說喝酒是他們的興趣，甚或是生命以外其中一樣最重要的東西。他們仍記得誰是自己的家人，仍有「情」在。然而，家人對他們的親情、愛護及關懷，卻因他們酗酒所引申的種種問題及衝突而漸漸消失。

事實上，被「酒」帶走的，不止是記憶，還有「情」，還有關係。

因此，在喝酒前，不妨多想一想，別喝太多，也別讓酒帶走我們所珍惜的人和事。

撰文：青山醫院精神健康學院醫務社工凌煒鏗

隔周二刊出

(轉載自蘋果日報 | 心藏筆露 | 2019-06-25)



酒不能忘憂卻可能忘記一切

當面對煩惱時，有人會選擇透過喝酒去忘記憂愁。先別論喝酒能否真的替人解憂解困，但如果喝酒不只是能令人忘憂，甚至可能令人不由自主地失去部份或所有記憶，這又是否喝酒人士想要的結果呢？

相信不少人都了解長期酗酒帶來的禍害，例如傷及肝臟及腎臟。不過，當說到酒能奪去人的記憶，就並非很多人知曉，較輕微失去記憶的情況像是在晚宴中「勁飲」，一覺醒後，你可能忘記晚宴後發生的所有事，如與誰一起回家或怎樣回家，這便是俗稱的「斷片」。

有時，酗酒人士的記憶會被短暫地帶走。大力(化名)原為一位成功人士，但因長期酗酒而失去工作動力。他不喝酒的時候更出現斷片的徵狀，包括手震，直接影響工作能力，而他的記憶力更深受影響。第一次見面的時候，他說：「你好！你好熟口面，你係咩醫生？」見過幾次面後，他還是說：「我好似見過你，但唔記得你你叫咩名。」經過多個月的住院治療後，他的情況有改善，開始能認人，也能大概記起從前的東西。然而，對於近來發生的事，他很容易便會忘記，這全因酒精影響了他的腦部功能。

可惜，並不是所有朋友都是這麼幸運。另一位院友小陳(化名)住院已快一年，那天早上，他依然跟我說：「我今日先入嚟院舍一陣，喇一喇」。不論遇到甚麼人，他也認不出是誰；對於時間及身處的地點，他都一無所知。直至現在，他仍舊活在一個「異常空間」，可見酗酒能嚴重且長遠地影響一個人的思考、認知及記憶等功能。

大力和小陳有兩個共通點，除了忘不了酒，兩人也異口同聲地說喝酒是他們的興趣，甚或是生命以外其中一樣最重要的東西。他們仍記得誰是自己的家人，仍有「情」在。然而，家人對他們的親情、愛護及關懷，卻因他們酗酒所引的種種問題及衝突而漸漸消失。

事實上，被「酒」帶走的，不止是記憶，還有「情」，還有關係。

因此，在喝酒前，不妨多想一想，別喝太多，也別讓酒帶走我們所珍惜的人和事。

撰文：青山醫院精神健康學院
醫務社工凌梓傑