

筆下心澄：走出陰霾：病識感與長效針劑的選擇

阿榮是一位 25 歲的會計師，一年多前剛從大學畢業的他投身職場，因為工作壓力開始出現思覺失調的症狀，包括幻聽和妄想。他無時無刻都聽到耳邊傳來討論他一舉一動的聲音，並感到身邊的人都在背後討論和針對他，這使得他在工作中無法集中注意力。經過家人和朋友的鼓勵，阿榮最終尋求了精神科醫生的協助，被診斷出患有思覺失調，開始接受藥物治療。經過藥物的調校，症狀在一個月後完全消失，阿榮亦因為良好的工作表現而被上司提拔。

半年後，阿榮的病識感 (Insight) 開始減弱。他開始懷疑自己是否真的需要藥物，而會計師經常加班的工作模式也令他不時忘記服藥。久而久之，阿榮甚至告訴自己「我有一半時間冇食藥都咁穩定，我應該已經好番」。在這種心態驅使下，阿榮最終選擇自行停藥和不再覆診。起初，他感到一種短暫的解放，但隨著時間的推移，昔日的幻覺和妄想又悄然回來。在工作時因為幻聽的騷擾而頻頻出錯，也因為害怕被人討論的妄想而不敢外出，恐懼再次籠罩著阿榮的生活。

幸好阿榮的父母及早發現了他在家中神色慌張，自言自語與幻聽對話，將阿榮帶來覆診。在討論過後，阿榮同意接受住院治療，亦了解到長效針劑 (Long Acting Injectable) 的選擇。

阿榮起初對這種治療方式感到猶豫。他曾經對每天服藥的過程感到抗拒，但也擔心注射會帶來不適。我向他詳細解釋了長效針劑的好處：針劑每月注射一次，能夠穩定釋放藥物，避免患者因忘記服藥而導致症狀復發。在情況穩定後，有的針劑有三個月，甚至半年一次的版本。這對阿榮來說，無疑是一個吸引的選擇。

在深思熟慮後，阿榮決定嘗試長效針劑。這種治療方式不僅減少了每日服藥的困擾，還幫助他保持穩定的精神狀態。隨著時間的推移，阿榮的症狀逐漸減輕。經過心理教育 (Psychoeducation)，阿榮恢復了病識感，了解到藥物的重要性，並不再抗拒針劑。而使用長效針劑後，他不用擔心因忘記服藥而導致症狀復發。重投職場、專注於工作和日常生活後，阿榮的工作表現有了明顯改善。

對於精神健康的管理，建立病識感和選擇合適的治療方式至關重要。長效針劑為阿榮帶來了穩定的精神狀態。從他的故事可見，面對精神健康問題，勇敢尋求幫助、了解最適合自己的治療方式，才是康復的關鍵。

撰文：青山醫院精神健康學院黃永耀醫生

(轉載自香港 01 | 筆下心澄 | 2024-12-17)

香港 01 網站連結：<https://www.hk01.com/sns/article/1085570>