

筆下心澄：我都唔燥，點會有躁狂症？

阿輝是一個 30 出頭的打工仔，三個月前決定跟幾個中學同學創業開酒吧。第一次創業，要學習、要應付的問題很多。他白天上班，下班後又要跟生意夥伴們構思生意計劃。阿輝開始失眠，滿腦子都是在想關於酒吧的事情。雖然他每天晚上只睡二至三小時，但他不覺累。

再過幾天，阿輝的家人留意到阿輝情緒變得高漲，無時無刻都在跟家人和朋友說他不同的生意計劃，一口氣寫了幾十頁的「計劃書」。同事們也留意到阿輝比平時更多說話，跟一些不熟的同事們「搭訕」。

回家後，他也不能停下來，走來走去，整晚在廚房「調酒」，又在房間裏「鍛鍊身體」做掌上壓。每一次開口，一講就講一兩小時，凌晨都不停地傳送「千字文」訊息給他的親戚朋友們。說話的內容也變得自大，認為自己一定會「發達」，有機會成為「億萬富豪」，能買遊艇和私人飛機。平日知慳識儉的阿輝買了幾萬元的名牌衣服、皮帶、皮鞋等等，說是要見客「着靚啲」。除了買名牌，阿輝一口氣買了幾箱酒和很多調酒書，說他要成為全世界第一的調酒師。他也突然辭掉正職，認為自己快成為一個成功的生意人，所以不需要再靠這份收入。

雖然家人也覺得阿輝最近的行為，比他一直保守和踏實的性格有點不同，但是他們也以為阿輝只是過分投入他的生意。見他失眠，但又似乎不累，所以就沒有特別擔心。有一天，阿輝發燒，但自己忙着寫「計劃書」沒有時間看醫生。家人好不容易帶了阿輝到急症室。經急症室醫生轉介後，阿輝見了精神科醫生，才知道自己被診斷躁狂症。「哈？我都唔燥」是阿輝的第一反應。爸爸也急著說「呀仔沒有暴力傾向，怎會是『燥狂』？」

大部分人都以為躁狂（Manic）患者會十分暴躁。但實際情況是，躁狂的時候，患者會很快樂和興奮，也會顯得煩躁。在生理方面，患者的睡眠時間減少卻依然精力充沛，而且性慾增強。在思想方面，患者滿腦子都是新的主意和計劃，很快地由一個主意跳到另一個主意。因此說話也會比以前多和快，其他人很難打斷他的說話。患者也會變得自我吹噓和自信，作出不切實際的計劃。他們容易作出輕率的決定，亦會失去正常的自我控制，做出不顧後果的行為，例如超速駕駛、胡亂投資等等。

正如抑鬱狀態一樣，病人開始難以有效地應付日常的工作和事務。有部分病人出現嚴重精神病的病徵，如自大型妄想（Grandiose Delusion），覺得自己有很重要的任務或具有特殊的力量。躁狂的病徵大多數在「躁鬱症」——全名狂躁抑鬱症，又稱為「雙相情緒病」（Bipolar Affective Disorder）裏出現。患者會出現躁狂及抑鬱兩種極端情緒。家族史有情緒病、壓力、濫藥酗酒也是會增加躁鬱症的機會。狂躁抑鬱症以藥物治療為主，心理治療亦可作輔助療法，患者也須維持治療以防復發。

撰文：青山醫院精神健康學院副顧問醫生葉健欣

（轉載自香港 01 | 筆下心澄 | 2025-08-26）

香港 01 網站連結：<https://www.hk01.com/sns/article/60269810>