

星島日報健康專欄《保健至專》- 身心共治人格障礙

人格障礙的成因，主要跟遺傳及腦部健康有關，而另一重要因素乃成長環境。有證據證明童年如曾遭遇可怕經歷，如受身體或性虐待、家庭暴力、父母有酗酒問題等，都會增加個人成長後患有人格障礙的機會。如孩子終日被指責，會導致自我形象低落；若父母管教反覆無常，則易令孩子品行失常，形成反社會人格。換言之，不能跟父母維持正常關係，即可影響日後跟他人的相處。因此父母的關愛，乃子女身心健康成長關鍵。

現時已被證實對人格障礙有效的療法，包括心理治療及藥物治療兩大類。心理治療的目標，是改變患者的核心信念，增強他們解決問題及控制情緒的能力，另外，亦會以小組形式協助患者改善人際關係。藥療則能夠減輕患者多疑的情況，穩定其情緒及減少焦慮。於大部分情況下，患者都可留在社區接受治療，但如遇到情緒困擾、有自毀傾向等情況，短暫的住院治療，能有效將意外風險減至最低。若發現自己或身邊的人患有人格障礙，應盡早積極尋求專業人士協助及治療。

青山醫院精神健康學院黃美彰醫生

(轉載自星島日報 | 保健至專 | 2011-01-10)

身心共治人格障礙

周一：精神科/視光學

**保
健至專**

人格障礙的成因，主要跟遺傳及腦部健康有關，而另一重要因素乃成長環境。有證據證明童年如曾遭遇可怕經歷，如受身體或性虐待、家庭暴力、父母有酗酒問題等，都會增加個人成長後患有人格障礙的機會。如孩子終日被指責，會導致自我形象低落；若父母管教反覆無常，則易令孩子品行失常，形成反社會人格。換言之，不能跟父母維持正常關係，即可影響日後跟他人的相處。因此父母的關愛，乃子女身心健康成長關鍵。

現時已被證實對人格障礙有效的療法，包括心理治療及藥物治療兩大類。心理治療的目標，是改變患者的核心信念，增強他們解決問題及控制情緒的能力，另外，亦會以小組形式協助患者改善人際關係。藥療則能夠減輕患者多疑的情況，穩定其情緒及減少焦慮。於大部分情況下，患者都可留在社區接受治療，但如遇到情緒困擾、有自毀傾向等情況，短暫的住院治療，能有效將意外風險減至最低。若發現自己或身邊的人患有人格障礙，應盡早積極尋求專業人士協助及治療。

整理：Chris

今日顧問
青山醫院精神健康學院
黃美彰醫生



註：明日由香港中文大學
耳鼻咽喉頭頸外科學系教授唐志輝主理