

## 星島日報健康專欄《保健至專》- 揪出抑鬱症元兇

抑鬱症成因有兩大方面，一為先天性對抑鬱有生理傾向，其次則為外來壓力所致。因如腦部先天生理功能較脆弱，在面對外來壓力，例如失業或與伴侶分手，腦部難以承受這些不快經歷時，即會引發抑鬱症。此情況有如一部負重極大的「老爺車」高速上斜，易令引擎過熱而「死火」。

遺傳因素是導致個人腦部生理功能較脆弱的主因，家族中如果父母或兄弟姐妹中有抑鬱症患者，患上抑鬱症的風險，即會較常人高出一點五至三倍。除遺傳因素外，壓力是另一種誘發抑鬱症的重要因素，據研究發現，大部分抑鬱症患者自小已承受多種傷痛經歷，例如兒時失去親友、遭受虐待、缺乏關懷、長大後工作失意、失去伴侶等，長期累積下來的壓力，最終令致他們病發。此外，長期吸收一些化學物所產生的毒性物質，亦是誘發抑鬱症的一大成因，其中酗酒即為最常見的例子。

青山醫院精神健康學院崔永豪醫生

(轉載自星島日報 | 保健至專 | 2012-03-12)

# 揪出抑鬱症元兇

周一：精神科/視光學

**保  
健至專**

抑鬱症成因有兩大方面，一為先天性對抑鬱有生理傾向，其次則為外來壓力所致。因如腦部先天生理功能較脆弱，在面對外來壓力，例如失業或與伴侶分手，腦部難以承受這些不快經歷時，即會引發抑鬱症。此情況有如一部負重極大的「老爺車」高速上斜，易令引擎過熱而「死火」。

遺傳因素是導致個人腦部生理功能較脆弱的主因，家族中如果父母或兄弟姐妹中有抑鬱症患者，患上抑鬱症的風險，即會較常人高出一點五至三倍。除遺傳因素外，壓力是另一種誘發抑鬱症的重要因素，據研究發現，大部分抑鬱症患者自小已承受多種傷痛經歷，例如兒時失去親友、遭受虐待、缺乏關懷、長大後工作失意、失去伴侶等，長期累積下來的壓力，最終令致他們病發。此外，長期吸收一些化學物所產生的毒性物質，亦是誘發抑鬱症的一大成因，其中酗酒即為最常見的例子。

整理：Chris



今日顧問  
青山醫院精神健康學院  
崔永豪醫生

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