

## 星島日報健康專欄《保健至專》—持續治療的重要性

當精神病的病情穩定後，患者想知道自己能否停藥也是人之常情。在回答這個問題之前，大家先要理解一個簡單的概念，就是疾病是有分為「短期病」和「長期病」兩類的。有些疾病例如傷風、感冒，當病徵減退、病菌被消除後，我們便沒有需要繼續服藥，但長期病患卻不同，比如糖尿病和高血壓等，一旦停藥，患者的血糖指數和血壓便會飆升，所以是需要通過持續服藥來控制病情。

精神病也是長期病患的一種，以思覺失調為例，根據醫學文獻的數字顯示，病人停藥後一年的復發機會有77%，停藥後兩年的復發機會更高達90%，所以通過持續服藥來防止復發是很重要的。

### 並非一般心理病患

有些病人認為精神病只是心理病，根本不用服藥，只要靠意志力便可克服。其實人類的大腦好比一部電腦，大腦的結構和腦細胞就像電腦的「硬件」，思想和情緒就擔當電腦程式的角色，是運作上的「軟件」，兩者互相依賴、互相影響。當硬件出現問題，便會阻礙軟件正常運作。若我們沒有維修硬件，即使已將軟件升級，也難以令電腦回復正常。同樣的情況也會在人類的大腦發生，若病人因腦細胞受損而患上精神病，單靠改變思想和情緒亦難以有效治療精神病。

因此，醫生會從「硬件」着手，利用藥物來平衡腦細胞所分泌的化學物質，並讓病人接受心理治療，學習改變思維模式等，所以藥物治療是治療的重要一環，與心理治療相輔相成。

那麼患者可以停藥或減藥嗎？須知道停藥或減藥是要經過深思熟慮和充分準備的。當病情穩定已有一段時間、病人長期處於低壓力狀態、對病情有充分理解、有足夠支援和經過理性衡量服藥與病發的利與弊後，是可以在醫護團隊的同意下，慢慢調低藥量，以找出最低有效分量或停藥的可能性。在停藥或減藥的過程中，最重要還是病人的心態，病人必須明白這個過程宜慢不宜快，要按部就班。如發現有輕微的病發迹象，不用害怕還原基本步，按醫生指示再次服用足夠藥量，自能減低復發機會。

撰文：青山醫院精神健康學院精神科醫生劉育成

(轉載自星島日報 | 保健至專 | 2019-04-24)

### 持續治療的重要性

保健至專  
精神科 / 物理治療



劉育成醫生 今日顧問：  
青山醫院精神健康學院

當精神病的病情穩定後，患者想知道自己能否停藥也是人之常情。在回答這個問題之前，大家先要理解一個簡單的概念，就是疾病是有分為「短期病」和「長期病」兩類的。有些疾病例如傷風、感冒，當病徵減退、病菌被消除後，我們便沒有需要繼續服藥，但長期病患卻不同，比如糖尿病和高血壓等，一旦停藥，患者的血糖指數和血壓便會飆升，所以是需要通過持續服藥來控制病情。

精神病也是長期病患的一種，以思覺失調為例，根據醫學文獻的數字顯示，病人停藥後一年的復發機會有77%，停藥後兩年的復發機會更高達90%，所以通過持續服藥來防止復發是很重要的。

#### 並非一般心理病患

有些病人認為精神病只是心理病，根本不用服藥，只要靠意志力便可克服。其實人類的大腦好比一部電腦，大腦的結構和腦細胞就像電腦的「硬件」，思想和情緒就擔當電腦程式的角色，是運作上的「軟件」，兩者互相依賴、互相影響。當硬件出現問題，便會阻礙軟件正常運作。若

我們沒有維修硬件，即使已將軟件升級，也難以令電腦回復正常。同樣的情況也會在人類的大腦發生，若病人因腦細胞受損而患上精神病，單靠改變思想和情緒亦難以有效治療精神病。

因此，醫生會從「硬件」着手，利用藥物來平衡腦細胞所分泌的化學物質，並讓病人接受心理治療，學習改變思維模式等，所以藥物治療是治療的重要一環，與心理治療相輔相成。

那麼患者可以停藥或減藥嗎？須知道停藥或減藥是要經過深思熟慮和充分準備的。當病情穩定已有一段時間、病人長期處於低壓力狀態、對病情有充分理解、有足夠支援和經過理性衡量服藥與病發的利與弊後，是可以在醫護團隊的同意下，慢慢調低藥量，以找出最低有效分量或停藥的可能性。在停藥或減藥的過程中，最重要還是病人的心態，病人必須明白這個過程宜慢不宜快，要按部就班。如發現有輕微的病發迹象，不用害怕還原基本步，按醫生指示再次服用足夠藥量，自能減低復發機會。

整理：Kar



【註：以上純屬受訪者及作者個人意見，不代表本報立場。】