

認識強迫症

一、強迫症：

屬於焦慮症的一種。罹患強迫症的人會陷入一種無意義、且令人沮喪的重複的法與行為當中，但是一直無法擺脫它，並在工作、社交關係、學業上受到困擾。

二、強迫症與強迫性格相同嗎？

強迫症與強迫性格不相同也沒有因果關係。

強迫性格又稱完美性格，是自小到大都會有以下的特質：

1. 過度小心謹慎。
2. 凡事過於專注於細節、規則、順序等。
3. 高度責任感、常自責。
4. 過度要求完美。
5. 僵化與固執，無法應付環境突然的改變。

三、強迫症症狀：

1. 強迫性思考：

是一種無法自我控制、且不斷重複出現強迫侵入的意念或衝動。經常出現的想法如：傷害他人的意圖、擔心會受到感染（如：被感染病毒）、懷疑日常事務是否正確完成（如：門窗、瓦斯有沒有關好？）及違反社會規範的意念（如：發生不正常的性關係）。通常病人感受到的是討厭的、無意義的、無法接受的、很難擺脫的。

2. 強迫行為：

在強迫性思考之後，跟隨而來的就是強迫性行為，是一種無法自我控制、且不斷重複出現的行為（如洗手、排序、檢查）或心智活動（如祈禱、計數、重複默念字句）。

四、強迫症會遺傳嗎？

家族與基因的研究發現家族中患有強迫症的比率較一般人高。同卵孿生的病率更高，所以它是會遺傳的疾病。

五、強迫症的治療

1. 藥物治療：

某些抗鬱劑，例如：Anafranil, Prozac, Luvox, Zoloft 等，亦可**合併**用其他藥物讓治療效果更好。若症狀改善之後停藥可能再復發，所以一般會

合併認知行為治療。

2. 認知行為治療：

認知行為治療的原則是：曝露在擔心、害怕的情境中，然後不做強迫性行為的反應。

六、強迫症可痊癒嗎？

一般而言，強迫症屬於慢性疾病。雖然有三分之一的個案症狀會完全消失，但是大部分病人的症狀是間歇性地，而症狀惡化常與生活壓力相關聯。大約 15%病人的職業及社會功能逐漸退化，所以治療的要件有：有動機的病人，合格的治療師與合作支持的家屬共同合作，才能增加治療的成功率。

國軍院左營總醫 護理部 關心您的健康
如有疑問請撥 (07) 5875938