



# Rối loạn Do Âm ảnh Thúc đẩy

UHN

Obsessive-Compulsive Disorder (OCD) – Vietnamese

## Thông tin cho Bệnh nhân

### OCD là gì?

Rối loạn Do Âm ảnh Thúc đẩy (OCD) là một chứng rối loạn âu lo. Người bị chứng OCD thấy những tư tưởng hay hình ảnh đáng lo ngại lặp lại liên tiếp có thể thúc đẩy họ phải làm đi làm lại làm một vài việc nào đó.

Ý nghĩ hay hình ảnh đáng lo ngại được gọi là “**âm ảnh**”. Những hành vi làm đi làm lại nhiều lần để xua đuổi ý tưởng đó đi gọi là “**thúc đẩy**”.

Những hành động này chỉ giảm được tạm thời sự lo lắng. Nhiều người bị OCD ý thức được hành động của họ không bình thường nhưng không thể dừng hay kiểm soát được nó. OCD có thể trầm trọng đến mức không để cho người bệnh có sinh hoạt bình thường.

### Nguyên nhân của OCD

Không biết được lý do tại sao người ta bị phát chứng OCD. Tiền sử trong gia đình, hoạt động của các hoá chất trong óc và sự căng thẳng là những thứ đóng vai trò quan trọng trong việc tạo ra bệnh này.

OCD xuất hiện ở mọi lứa tuổi nhưng triệu chứng thường thấy trước nhất ở thiếu niên và những người trẻ.

Please visit the UHN Patient Education website for more health information: [www.uhnpatienteducation.ca](http://www.uhnpatienteducation.ca)

© 2016 University Health Network. Giữ bản quyền.

Những chi tiết này chỉ dùng cho mục đích thông tin và không nhằm để thay thế cho lời dặn y tế, chẩn đoán hay điều trị chuyên môn. Xin tham khảo với người chăm sóc y tế cho quý vị để được hướng dẫn về một trường hợp bệnh lý nhất định. Có thể sao chụp lại một bản tài liệu này để dùng cho cá nhân, phi thương mại.

Tác giả: Bhandat Lurkhur

Soạn ngày: 11/2016

Mẫu: D-5078E

## Dấu hiệu và triệu chứng

### Vài thí dụ về Âm ảnh:

- Giữ đồ đạc thật gọn ghẽ hay theo một thứ tự đặc biệt
- Sợ vi trùng
- Sợ bị làm thương tổn
- Sợ làm thương tổn người khác
- Có những ý nghĩ lo lắng về tính dục
- Có những ý nghĩ lo lắng về tôn giáo

### Vài thí dụ về Thúc đẩy:

Làm đi làm lại một trong những chuyện sau đây:

- Rửa tay
- Chùi rửa
- Đếm
- Sắp xếp đồ đạc
- Thăm lập đi lập lại một điều gì
- Cầu nguyện
- Kiểm tra sự vật (như xem lò đã tắt chưa hay cửa đã khoá chưa)

## Các cách trị liệu?

Bệnh OCD thường thuyên giảm tốt khi được trị liệu, như dùng thuốc hay trị liệu tâm lý.

- Thuốc sẽ giúp giảm được lo âu, các suy nghĩ lan man không muốn có và những hành động lập đi lập lại.
- Một loại trị liệu tâm lý gọi là Trị liệu Hành vi Nhận thức (Cognitive-Behaviour Therapy, viết tắt là C BT) hướng dẫn người bệnh cách đương đầu với sự lo âu và cách để chấm dứt các hành động lập đi lập lại.

Sự hỗ trợ của gia đình, bạn bè và các nhóm đồng bệnh tương trợ có thể giúp ích cho việc điều trị.