

精神病

Psychosis



為病人及家屬提供資料

請閱讀本冊子，認識：

- 甚麼是精神病？
- 精神病的起因是甚麼？
- 精神病有甚麼徵兆或病癥？
- 有甚麼治療方案？



Patient Education



UHN

Toronto General
Toronto Western
Princess Margaret
Toronto Rehab
Michener Institute

什麼是精神病？

精神病是一種病症，可能會很嚴重，但可以醫治。

經歷精神失常被稱為精神病發作。當這個情況發生時，患者會難以分辨甚麼是真，甚麼是假。其思維方式，行為和對世界的體驗都會改變。這可以是很可怕和令人困惑的。

甚麼人會有精神病？

大約每100人之中有3個人會在一生之中經歷精神失常，第一次通常在青春期中（十多歲年紀）或成年早期發生。男性和女性受到精神病影響的機率相等。

精神病的起因是甚麼？

有很多原因可能會令你經歷精神失常或精神病發作。其中包括：

- **精神方面的病症**

精神失常可能是以下精神障礙的病癥：

- 精神分裂症
- 躁鬱症
- 嚴重抑鬱症

- **身體方面的疾病**

某些病症或處方藥也可能引起精神失常。

- **使用藥物或飲酒**

某些藥物（例如：安非他明）可能引起精神失常。如果患者已經有精神失常的傾向，有些藥物（例如：大麻）可以增加患上精神失常的機率。

- **壓力**

有時生活上某些情況會使患者承受大的壓力。對於已經有精神失常傾向的人，壓力可以增加他們患上精神失常的機率。

記著：精神病

- 是一種病症
- 是可以醫治的
- 應該及早治療

精神病發作有哪些不同的階段？

精神病發作通常可分三期。每一期是指精神病特定程度或階段。每一期的持續時間因人而異。

第一期：前驅期

這一期發生在較明顯的精神病病癥出現之前。患者可能會覺得自己或他們身邊的人「好像有甚麼不太對勁」。不是每一個人都會經歷前驅期。

前驅期的徵狀可能包括：

- 難以集中精神，思考或理解
- 睡眠太少或太多
- 比平常吃得多或少
- 不尋常的想法或行為
- 情緒變化
- 精力變化
- 對平常喜歡的活動失去興趣
- 喜歡獨處
- 工作或上學感到困難

第二期：活躍期

這一期的病癥是最明顯的。這些病癥可以影響你的日常生活。大多數人在這一期間尋求醫治。

活躍期的病癥可能包括：

- **妄想**

妄想是對一些不正確的事有強烈的想法或信念。如有以下的信念：

- 其他人能夠知道自己的思想
- 自己有特殊的能力或天賦
- 認為有人監視或跟蹤你
- 認為有人想傷害自己

- **幻覺**

幻覺是一些似乎很真實但實際上沒有的經歷。

患者可能聽到，看到，聞到，嘗到或感覺到一些不存在的事物。

最常見的幻覺是聽到一些其他人聽不到的聲音。

- **奇怪的言行**

這一期可能引起患者在語言方面的改變，例如：

- 很快改變話題
- 很難找到合適的用辭
- 講話方式令人難以明白

這一期可能引起患者行為方面的改變，例如：

- 做出與當時情況不相應的行為。例如：當有人正在談及傷心或悲慘的事情時，患者卻發笑。
- 進行日常生活起居的事項有困難（例如：燒菜，洗澡，購物）。

- **陽性的病症**

陽性的病症是失去個人的正常機能。與其他精神的病癥相比，這些病癥比較不明顯。負面病癥的例子有：

- 思維和理解困難
- 無論喜或憂都不能感覺任何情緒
- 提不起興趣做任何事
- 異常沉默

第三期 – 恢復期

從精神病復原需要時間。每個人的復原過程都不一樣。經過治療患者在活躍期經歷的病癥會減弱，但未必會完全消失。

有甚麼有效的治療方法？

精神病是可以醫治的。有些人經歷一次精神失常，以後不再復發。其他人需要持續治療，避免症狀復發。

有兩種治療可用來醫治精神病：

1. 藥物

藥物是醫治精神病的重要方法用來減低症狀，並防止復發。用來醫治精神病的藥物稱為抗精神病藥。醫生會與你商討，決定最適合你的抗精神病藥。

2. 心理社會治療

心理社會治療無需用藥。不同的專科醫生會教你如何理處你的精神失常。
例如：你們可以幫你：

- 了解病情
- 學習如何處理病情和防止病癥復發的技巧
- 學習如何承受壓力
- 停止使用藥物或飲酒

在大多數情況下，藥物和心理社會治療會同時採用。通常首先用藥控制症狀。

**在任何時間如果你想傷害自己，
請致電求救中心熱線Helpline 416-408-HELP (4357)，
或親自到就近的急診室。**

如需更多健康資訊，請瀏覽UHN病人教育網站：www.uhnpatienteducation.ca

請聯繫我們提供反饋意見，或索取本手冊其他版本，例如大字體或電子版本：pfep@uhn.ca

© 2022 University Health Network. 版權所有。

本資料小冊子只供參考之用，原意並非用來代替專業的醫療意見，診斷或治療。如有特別病情，請向你的醫療護理服務提供者查詢。這些資料小冊子只可複印一份，作為私人非商業性用途。

表格：D-5035B | 作者：Aideen Carroll | 編製：09/2022