

強迫行為失調症

Obsessive Compulsive Disorder (OCD)

給病人及家屬的資訊

請閱讀本手冊，瞭解什麼是強迫行為失調症(Obsessive Compulsive Disorder)

什麼是強迫行為失調症(Obsessive Compulsive Disorder)？

強迫行為失調症是一種焦慮病症。

患上這種病症的人有重複出現的、使他覺得不安的思想或想象，可能驅使他不斷重複做同樣的事情。這些使人不安的思想或想象稱為“強迫思維”。不斷重複以消除這些思想的行動稱為“強迫行為”。這些行動只能短暫地減輕焦慮。

很多患上強迫行為失調症的人知道他們的行為是不正常的，但他們不能停止或控制這些行為。嚴重的強迫行為失調症可能令病人不能過正常的生活。



強迫行為失調症是怎樣引起的？

一個人患上強迫行為失調症，並沒有任何單一原因。家庭健康歷史，腦部的化學作用及壓力都是形成這種疾病的重要原因。

所有年齡的人都可能患上強迫行為失調症，但症狀一般在青少年時期便已初次顯現。

迹象與病徵

強迫思維的例子包括：

- 用整齊或特別的秩序放置東西
- 對細菌有恐懼感
- 害怕受到傷害
- 害怕傷害他人
- 對性有不安的思想

強迫行為失調的例子包括

不斷的重複做下列任何一件事情：

- 洗手
- 清潔
- 清點數量
- 整理東西
- 默默的重複說一些字句
- 祈禱
- 檢查事物（例如檢查火爐有沒有關掉，或大門有沒有上鎖）

有什麼治療方法？

治療一般可對強迫行為失調症的患者產生良好的反應，例如藥物和心理治療。

- 藥物可幫助減低焦慮，不想有的思維和重複的行為
- 一種稱為“認知行為治療”（Cognitive-Behaviour Therapy – CBT）的治療方法，可教導患者如何應付焦慮情緒，和如何停止重複行為

家庭，朋友和自助小組的支持也很有幫助。

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-5078C | 作者：Aideen Carroll | 編製：2022