

強迫症早期介入治療效果明顯

駐洛杉磯辦事處文化組提供
吳迪珣摘要

強迫症(Obsessive-compulsive disorder, OCP)是行為失調的一種症狀，早期就可以發現到。例如八歲的 Elyse Monti 常常做功課到半夜，不是學校教師給的家庭作業太多，而是 Elyse 總認為自己做得不夠完美，必須一次又一次重複的做相同的事。像這類症狀，就是 OCP 的一種。全美國有 1%的孩童及 2.3%的成年人有這問題，嚴重的會影響到日常生活及學習，OCP 會引起強迫及重複性的行為，還有恐懼的心理，例如害怕被細菌感染，會不停的洗手。

有三分之一的 OCP 成年患者表示，在童年時就已有類似的症狀出現，但沒有警覺性，也很少有專對兒童 OCP 的特定治療機構，可以尋求幫助。以 Elyse Monti 的案例來說，還好她的父親也曾有類似的症狀發生過，所以警覺到女兒的問題並不單純，能即時尋求專家和醫療的協助，讓 Elyse 逐漸擺脫 OCP 夢魘，也可以過正常孩童的生活。

Bradley Hospital 的 Pediatric Anxiety Research Clinic 是最早專門研究治療兒童青少年焦慮及強迫症的機構之一，該診療中心的主任 Henrietta Leonard 表示，兒童不是微型的成年人，不能以成年人現有的治療方式來取代，必須有一套特定專屬兒童的 OCP 治療方式來應對，由家庭、學校和診所等各方面互相配合，才能發揮應有的效果。目前該中心設計的一套「認知行為療法」，家庭就極具關鍵性的份量，主導該項療法的進行，適當的誘導孩童去面對自己內心的恐懼，逐步設法減輕焦慮的感覺。除此之外，藥物治療對症狀的減輕也會有所幫助，根據研究，行為療法及藥物療法兩者如果同時並行，效果通常會比單一療法要好得多。

在強迫重複行為尚未形成根深蒂固的習慣前，就開始接受專家設計一系列的診療過程，通常療效甚佳，所以 OCP 的早期發現非常重要。以下有一些簡單的問答測驗，可以幫助家長瞭解自己的孩子是否有 OCP 的傾向。

1. 是否對如塵土、細菌或其他危險的事表現出過分的擔憂？
2. 是否經常重複不休的問同一個問題？
3. 是否有注意力無法集中的困難？
4. 是否洗手、洗澡或換衣服太勤？
5. 是否常重複的檢查功課，書一遍遍的念，作業寫了又再寫？
6. 是否處理事物都有固定的程序，一旦事情不能依照既定的程序進行，就會表現得非常失望？

7. 是否經常重複做同一件事，直到自己認為滿意為止？
8. 以上這些症狀是否引起情緒上波動太大的困擾？
9. 以上這些症狀在學校或家庭生活中，是否已造成衝突？

(資料來源：2004.1.15/今日美國報)