

國立成大醫院斗六分院新聞稿

【兒童青少年強迫症】—洗不停的女孩

發表日期：106.03.24(星期五)

發表人：精神科／戴滢純醫師

心怡從上國中開始，變得很常洗手，媽媽本來覺得只是愛乾淨，卻發現心怡越洗越久，還得依固定的順序洗，錯了就得重新再洗一次，後來變成進房間前都要先洗澡，每次都得花上3、4個小時，一走出房間還得重洗、再換上一套乾淨衣服。現在心怡每天都洗澡洗到半夜，隔天根本爬不起來上學。媽媽在門診訴說心怡的狀況，忍不住流著淚邊問：心怡是生病了嗎!?

成大斗六分院精神科戴滢純醫師表示，心怡的狀況遠超過愛乾淨的程度，已經達到所謂的「強迫症」了。強迫症的盛行率約1-3%，大部分在20歲左右發病，但多數患者在青春期中就已出現症狀，也有國小時期就發病的案例。

強迫症包括了強迫思考和強迫行為，戴滢純醫師說，兒童青少年期較常見的強迫思考是怕髒汙、怕感染、怕傷害家人或怕家人遭遇不幸，或是怕事情沒做到「剛剛好」的感覺，這些強迫思考會帶來強烈的焦慮不安；為了減少焦慮、預防擔心的事情發生，患者就會進行重複的強迫行為來抵銷強迫思考。像心怡的反覆清洗動作，就是很常見的強迫行為，有的患者則會有重複檢查、計算、排列、默念等行為。

戴滢純醫師也指出，患有強迫症的兒童青少年多數會合併焦慮、情緒問題，也常出現抽動症或妥瑞氏症。這些症狀會讓患者和家人的生活受到很大干擾，長期下來，可能會像心怡一樣出現憂鬱症狀、拒學，甚至出現自我傷害的危險。

對於強迫症的治療，以藥物治療和認知行為治療為主。戴滢純醫師表示，治療藥物主要使用抗憂鬱藥物，並配合認知行為治療，藉由自我觀察記錄，練習暴露不反應、系統減敏、思考中斷等方式，協助患者打斷強迫思考、抑制強迫行為。

戴滢純醫師表示，經由與家人的合作，長時間的陪伴鼓勵心怡，面對症狀、討論治療的方式，並且提供其他人治療成功的案例，才讓原本很抗拒就醫的心怡願意服藥，也定期接受心理師的認知行為治療。漸漸地，心怡洗手、洗澡的頻率和時間都減少了，心情也變好了，家人也都輕鬆許多。

戴滢純醫師表示，幾乎每個人都有一些強迫症狀，如果程度輕微、不造成困擾，也不影響生活，不會診斷為強迫症。但若強迫症狀已達到「不合理」的程度，花費過多的時間，造成苦惱，影響了生活、工作、學業、家庭，就應該要就醫評估、接受治療。對於兒童青少年患者，需要考量年齡、認知發展、個性、共病疾病等，量身訂做個別治療計畫，邀請家人協助，並與學校配合，才能真正幫助到患者。

（本篇內容旨在提供一般醫療衛教知識，如有不適或疾病，應尋求專科醫師的診治，以免貽誤病情，並能獲最佳治療的效果。）



戴滢純醫師資歷：

專科別	現職	經歷
精神科	成功大學醫學院附設醫院 精神科主治醫師	成大醫院精神科住院醫師、總醫師 台大醫院兒童青少年精神科研修醫師

專長

一般精神醫學(憂鬱症、焦慮、失眠、急性精神疾病、藥酒癮戒治) 兒童青少年精神醫學

新聞聯絡人：管理中心行政組／廖英琦

電話：(05)533-2121分機6203