

誰的人生一帆風順？



復康精神病人學習家務自理訓練



病人接受精神科檢查



復康精神病人參與西餅班的職業培訓



精神科日間醫院導師 教導病人文書訓練

誰的人生一帆風順？

——精神病者也能重燃人生希望

精神疾病對於病患本人、家人帶來相當大的困擾。害怕獨處、不敢面對他人、腦內不斷浮現幻覺，不但令患者飽受煎熬，日常生活、工作、學習也大受影響。但只要社會大眾的體察和接納，家人的支持和關顧，加上醫護人員的悉心治療及病患本人積極面對和配合，定能重拾新生。一名患焦慮恐懼症的女士，在丈夫及醫護人員的關顧及自身努力下，不但克服外出上班的恐懼，重過正常生活，後來還成功懷孕、分娩，組織美滿家庭；同樣，一個雙親患上精神分裂症的清貧女學生，在信仰、朋友及親情的支撐下，協助父母接受精神科社會心理綜合治療，不但家庭學業兩兼顧，熬過種種艱苦，母親的病情亦得以穩定，重燃人生希望。

吃個不停病源不知

阿忠及阿蘭（化名）夫婦有穩定職業，是典型的幸福小家庭。阿蘭自言是溫室小花，受盡關愛，鮮遇逆境。但奶奶的離世，卻對她的人生、情緒帶來極大變化，嚴重時一個人乘搭巴士也感到無比恐懼，心跳、冷汗直流，無助感源源湧出。阿蘭表示：“情緒起伏不穩，令自己有不進食的衝動，腹脹頂胃亦不能停歇。”

在丈夫陪同下，阿蘭先後在香港、澳門接受多次身體和腸道鏡檢查，皆找不出病因，憂慮情緒日益加深。後來，一名醫護朋友發現阿蘭精神繃緊，提議她見精神科醫生，或能夠找出端倪。但聽到“精神病”一詞，兩小口一時難以接受，心中不禁自問：“好端端怎會有精神病？”

赴港尋醫確患焦慮

在百思不得其解、遍尋不明病因情況下，阿蘭和丈夫決定前往香港接受精神科診治，證實患上焦慮恐懼症。幾次覆診後，效果仍不顯著。後來，在醫護友人推介下，認識了本澳一個資深專業醫療團體，能提供更切合個人需要及靈活的治療。於是，她在本澳接受

了首次精神科綜合評估治療，從而改變了赴港就醫的念頭，病情也在多次隨診後逐漸好轉。

在接受治療初期，阿蘭對外出上班仍有恐懼。她憶述：“我是休假接受治療，但每次病假結束都不敢上班。我不上班是不行的，丈夫也不能因我而不上班，無助之極！”幸得山頂醫院精神科醫護人員的照料，按她的病況變化安排覆診。頻密時每周約見醫生兩次，評估病情，鞏固治療，並教導如何應對處理。丈夫風雨相伴，陪她覆診。阿蘭終有勇氣面對現實，如常上班工作。

過來人身份勸求診

人生有許多料想不到的衝擊，讓人猝不及防。數年後，阿蘭父親去世，其母也深受打擊出現焦慮、抑鬱症狀，甚至遷怒醫院及抗拒接受醫院任何服務。負責診治阿蘭的醫生知悉情況後，亦主動提出她的母親急須接受治療。經多番勸解下，終成功引導阿蘭母親接受診治。通過藥物和心理治療，紓緩了她母親的焦慮、抑鬱症狀，暫時放下失去摯愛親人的哀痛。阿蘭及其母親的主診醫生表示：“必須從病人的角度看問題，尊重其選擇，引導其陳述，了解其思想、行為反應和情緒變化。在透析每個病人心理狀況後，才能制訂最有效紓緩病人情緒的介入方法。”

醫護關愛實現願望

孕育小生命是阿忠和阿蘭的夢想，但因阿蘭患有焦慮恐懼症，一直未能實現。在病情漸趨穩定後，兩小口把心願及憂慮告訴主診醫生。經評估情況後，精神科聯同婦產科成立專案，由孕前準備、孕期、分娩及產後向其提供全面照顧。據阿忠和阿蘭憶述，懷孕期間既驚且怕，一方面期待小生命的降臨，一方面又擔心藥物會影響胎兒。懷孕初期，阿蘭為免影響胎兒發育，在醫生監控指導下停止用藥，後期因身體難以承受懷孕帶來的負荷，在醫生評估後，阿蘭需重新用藥。分娩前一晚，阿蘭屬高危個案，山頂醫院的醫護人員徹夜守候在旁，直至成功分娩為止。此情此景，阿蘭至今仍歷歷在目。

經歷種種艱辛，阿蘭直言：“家人的支持和醫護人員的關顧是我生命往前走的最大動力。現在我仍要接受定期跟進，但我深愛孩子和丈夫，會積極面對，珍惜生活。”

曉琳：父母同患病

二十多歲的曉琳，留有一頭長髮，外表文靜、善良。但年紀輕輕的她卻有着不平凡的人生經歷。曉琳的父親五十餘歲，三十年前已是一名嚴重精神分裂症患者。但他抗拒治療，病情反覆，曉琳每每需要將治療藥物混入食物中，讓其服食；她母親原本也未見異樣，但在兩年多前某日的反常表現，成為她人生的轉捩點。

惘然母親突然發病

曉琳是獨女，在內地某大學讀書，一家三口經濟來源全靠母親的勞力工作。曉琳憶述，大學二年級的某日上午，突然接獲母親來電。一向勤勞、未曾放假的母親，竟然辭去職務，且聲言前往探望她。不知就裡的曉琳雖感到奇怪，但仍支持母親的決定，兩人還滔滔不絕商談坐車方法、班次及大學附近景點等。但數小時後，再接獲母親來電時，她開始語無倫次，不時說有人想對她不利，甚至想毆打她。

曾想輟學幫補家計

由於患病的父親曾講出雷同說話，曉琳已感到事不尋常。為防事故發生，立即着友人協助照顧母親，同時乘搭長途巴士趕回本澳。當趕回家中時，母親病情已愈見嚴重。母親被證實患上精神分裂症初期，病情反覆，出現自殺傾向。年紀輕輕、仍在求學的曉琳，既無經濟能力，人生閱歷又不足。面對急需照顧、患上精神病的父母，更感前路茫茫，不知如何自處。心繫至親的曉琳想過輟學工作，幫補家計及照顧雙親。

各界支援病情好轉

幸得教友和朋友伸出援手，幫忙照顧母親，同時有社工跟進母親的病情，曉琳決定堅持學業，並且每三個月長途跋涉乘巴士回家，陪同母親前往山頂醫院接受治療。院方也十分配合其情況，安排就診時間。如有一次，曉琳母親在精神科覆診時皮膚出現問題，考慮其需要回校上課，即轉介其母親接受皮膚科治療。

由於曉琳母親病情反覆，又缺乏自理能力，照顧重擔可想而知。但教友的支持、醫護人員的關顧和協助，成為曉琳積極面對困難的最大原動力。所謂孝感動天，撐過了兩年來的兩地奔波、帶母親接受治療的生活後，曉琳母親病情終穩定下來，且懂得自理。

每日都會有新希望

曉琳面帶笑容地說：“現在媽媽會煮飯我食，我們可以一同外遊了！雖然爸爸病情未見好轉，但無論前路如何艱苦，我都會堅強走下去。我心中一直抱有希望，一家三口能健康生活。日子是難捱，但又如何？每日都會有新希望，母親正好轉，這一切都給我很大鼓舞！事實上，又有誰的人生是一帆風順？”