

揭開思覺失調的面紗： 如何及早發現及治療？

輯錄自香港大學精神醫學系教授**陳友凱教授**
「揭開思覺失調的面紗：如何及早發現及治療？」講座內容

雖然近年公眾對思覺失調的認識有所增加，但一般市民對這種病症的認知仍然不足，不少人以為相關的徵狀由壓力引致，只要休息便可紓緩。這種錯誤的觀念只會延誤治療，並減低治療效果及患者日後康復的機會。

現年24歲的Q小姐去年碩士畢業，現職教師。她時常覺得同事在議論和批評她，並感到有人監視她的電腦。每次當她發出電郵後，總是立即聽見其他人談論她的電郵。後來她連在街上行走時，也感到被人跟蹤，甚至認為別人能知道她內心所想。她更深信有針對自己的陰謀，正在進行……

甚麼因素導致思覺失調？

以上是一個典型的思覺失調個案，究竟哪些因素會誘發此症？醫學界相信，先天的基因因素，和後天的環境影響，均與思覺失調有關。有家族及領養兒的研究資料指出，基因對思覺失調的影響遠大於環境因素。不過，亦有同卵雙生兒研究顯示，環境因素可能也很重要。

研究發現，患上思覺失調的病人，有較多是在冬天出生的，故懷疑該症與寒冷天氣有關；亦有人推測是母親在懷孕期間，感染流行性感冒病毒，影響了胎兒的腦部發育，導致思覺失調。另外，在饑荒時期出生的人，日後患上思覺失調的風險也較高。甚至有研究發現嬰兒生產的過程是否順利，亦會輕微影響患病風險。從種種跡象看來，醫學界相信影響腦部早期發育的因素，與思覺失調有密切關係。

為何青年時期才病發？

既然致病風險早於嬰兒出生時已存在，為何多數病人在青年時期才發病？這可能與人類腦部發展有關。兒童腦部的神經細胞之間的聯繫非常密切，令腦部運作的系統較有彈性，當遇到重大打擊時，處理的能力亦較高。但隨著人的成長，神經細胞之間的聯繫會逐漸減少，雖然令腦部的運作更有效率更專注，但彈性亦相對較少，應付外來打擊的能力較弱。這種腦部的轉變正好在青年期出現，似乎為思覺失調發病的時間提供了解釋。

研究又顯示，一些較遲出現的因素也可觸發此症。舉例說，濫藥（如大麻）和移民均會增加發病的風險，前者會直接刺激腦部，而後者則可能與歧視有關。另外，在城市環境長大亦可能增加患病的風險。

病人腦部出了問題？

腦部神經細胞之間的聯繫，需依靠多種神經介質進行。醫學界發現，思覺失調與其中一種神經介質多巴胺 (Dopamine) 的水平有關。病人腦部的一些神經網絡釋放過量多巴胺，但另一些神經網絡卻釋放過少。故不少治療思覺失調的藥物都有調節多巴胺水平



究竟思覺失調是先天還是後天？醫學界對這問題並沒有肯定的答案，但有研究顯示，在擠迫緊張的城市環境長大，亦可增加患病的風險。

的功效。亦有研究發現，思覺失調與穀氨酸鹽 (Glutamate) 系統有關。

為何出現幻覺？

幻覺是思覺失調最常見的徵狀，從患者的腦部掃描顯示，幻覺可激發腦部的原始聽覺區，令他們「聽見」不存在的聲音。學者相信，這與腦部處理資訊的過程出錯有關。

外界的訊息不完整，當中亦包含有大量雜訊，我們接收了這些原始資料後，必須經腦部過濾和分析，才能正確地詮釋。而在思維的過程中，腦部會標記所有自發的思想，從而讓我們區分想像和外來資訊。如果標記失效，腦部會錯誤地將自發的思想當成外界的信號。有研究指出，輔助運動區（SMA）可能是腦部自我思維標記的傳訊區，該區運作失誤，可引致出現幻覺。

在日常的思維中，我們經常會不自覺地「預演」對話，尤其在緊張的狀態下，「預演」更可能不斷地進行。如自我思維標記出現問題，這些「預演」的訊息就會變成幻覺。

思覺失調的患者會不由自主地產生幻覺，當家人或朋友表示聽到一些聲音時，我們應怎樣識別他們有否出現幻覺？以下的小貼士可供參考：

- 聽到聲音時四周無人；
- 患者將有關事情歸因超自然或高科技現象；
- 有關事情的內容不尋常；及
- 有關事情的資料理應只有患者一人知道。

如何判別思覺失調？

雖然近年公眾對思覺失調的認識有所增加，但一般市民對這種病症的認知仍然不足，不少人以為相關的徵狀由壓力引致，只要休息便可舒緩。這種錯誤的觀念只會延誤治療，並減低治療效果及患者日後康復的機會。

思覺失調最常見的徵狀是出現幻覺和妄想，部分患者會有口齒不清的情況，他們的學業或工作表現可能逐漸變差，而性格也會變得孤僻、暴躁。如發覺自己或家人出現類似思覺失調的徵狀，必須盡快尋求專業協助。

香港針對思覺失調所提供的服務，在亞洲地區是最完善的，除了醫院管理局提供的「思覺失調服務計劃」外，香港大學「早期思覺失調研究組」和香港思覺失調學會亦致力研究及向公眾推廣思覺失調的知識。

此外，在香港賽馬會慈善信託基金的捐助下，由香港大學精神醫學系策劃及執行的「賽馬會思覺健康計劃」已於二零零九年啟動。該項計劃為期五年，將於全港各區推行有關思覺失調的教育，介入服務及醫學研究，並與本地現有的服務攜手合力，保障及照顧港人的思覺健康。計劃詳情可瀏覽網址www.jcep.hk。