

善用解藥 克服強迫症

文／藥劑部 藥師 賴沛均

● 每個人或多或少都有一些自己的堅持，但是當你的堅持與一般人不太一樣，而你自己也清楚這種堅持是無意義的，卻無法加以控制，仍然不停的想或不停的做，如果不去想或不去做，就會感到不安，直到做好才能安心。嚴重時，每天至少要花1小時來制衡那些想法，有時甚至影響到生活或是工作。那麼，你可能就是強迫症患者了。

強迫症並非不可治療的疾病，有程度輕重之分，嚴重度的分類是使用耶魯布朗強迫症量表（Yale-Brown obsessive compulsive scale, Y-BOCS）。量表分10個項目，每個項目0-4分，輕度患者為8-15分，中度為16-23分，重度為24-31分，極重度則是32-40分。

強迫症的治療，可分為非藥物治療及藥物治療兩種，依照程度的不同，選擇的治療也不同。治療目的主要在降低過度思想的頻率、縮短強迫行為的時間和減少焦慮的程度；治療後，也許無法完全使症狀消失，但可以得到相當程度的緩解。使用藥物及非藥物治療均無效的患者，便可能需要進行神經手術治療。

非藥物治療與藥物治療可以擇一使用或是兩者併用。非藥物治療適用於所有強迫症患者，這種治療稱為認知行為治療，主要在修正患者不理性的認知，同時結合行為矯正來謀求改善。

藥物治療的多種選擇

藥物治療傾向用於中度至重度的強迫症患者，但是輕度強迫症患者有需求時也可以使用。一般會先使用血清素回收抑制劑（selective serotonin reuptake inhibitor, SSRI）來治療，可使用的藥品包括fluvoxamine、fluoxetine、paroxetine及sertraline。在藥品的選擇上，由於paroxetine尚未被美國食品暨藥物管理局（FDA）核准用於兒童或青少年，因此兒童及青少年須選用其他的SSRI治療；腎功能不佳的病患則建議選用sertraline，因其代謝不受腎功能影響；由於上述4種SSRI主要在肝臟代謝，因此肝功能不佳的患者必須由低劑量開始治療。

SSRI類藥品主要的副作用包括失眠、靜坐不能、噁心、腹瀉、性慾降低等，但

只要持續服用1週以上或是由低劑量開始慢慢加藥，中樞神經及腸胃的副作用通常能得到緩解。SSRI的治療常須數週才能看到療效，一般須在4-5週內增加藥量至目標劑量，並且持續服用最大劑量至少8-12週。完整的藥物治療通常須1-2年，若是嚴重發作兩次以上，則可能需要長期服藥。治療無效，通常是指Y-BOCS的分數在治療後未降低25%以上，此時可再換另一種SSRI藥物來治療，如果使用了2-3種SSRI藥物皆無效，則建議改用clomipramine治療。

clomipramine屬於三環抗憂鬱藥（tricyclic antidepressant, TCA），雖然治療強迫症的效果很好，可達60-70%，但因副作用較大，目前屬於後線治療。使用此藥時，須注意心血

管、肝功能、口乾、便秘、嗜睡、體重增加等副作用。

患者切莫驟然停藥

如果打算停用上述藥物，切記不可驟然停藥，必須逐漸減量。一般是在減少大約25%的藥量之後，觀察兩個月，再視情況繼續減少藥量。此外，如果在減藥前能密集的給予認知行為治療，可降低因減藥造成的復發機率。

其實有許多人都被不同程度的強迫症困擾著，足球金童貝克漢也是其中一位，但他選擇面對，並接受治療。其他正為強迫症所苦的人，也應該勇敢的走出來接受治療，別再讓自己承受那麼大的壓力和煎熬了。☺