

# 精神不正常可以只用藥治療嗎？

文 / 任宜蓀

很多人有一種不正確的觀念：精神方面的疾病是不是心理壓力所造成的？那只是心理的問題，為什麼需要服藥來治療呢？在醫學上也有些家屬認為病人只需要輔導或休養即可，不需要服用藥物。

在精神醫學的發展歷史上，有一段時期是由精神分析理論來主導，這時期傾向以「心理問題」來解釋精神方面的疾病。

在50年代至60年代末期，以美國為首的精神疾病診斷系統，將所有的精神疾病皆命名為「反應」，如「精神分裂反應」、「憂鬱反應」等，認為精神病的症狀是病患對「壓力」的反應。

在這段時期也有許多學者提出各種不同的理論來解釋精神疾病的原因。

這些理論都曾紅極一時，且各自成爲一家之學呢！但是，也曾讓很多患者的父母親蒙受不白之冤，好像一切罪過皆起因於他們的教養方式不對引起的。

如今，我們知道這些理論都是不正確的，確實精神分裂是一種病，是個體上「生病」和父母養育方式關係不大。「壓力」也是促成其「發病」的「促發因素」而不是「病因」。

了解精神疾病的病因，需考慮病體質上的「生物因素」以及和環境、壓力等外在現象相關的「心裡社會因素」。

一般而言，精神疾病中較嚴重的「精神病」，主要是生物因素引起。「精神病

包含前面提到的精神分裂症、妄想症、躁鬱症等。

這些疾病的症狀如幻覺、妄想、錯亂言行、失控情緒等，會讓患者脫離現實、生活功能明顯受損。

科學研究結果幾乎可以確定，這些病都是腦子的病，心裡社會因素的影響、僅及於症狀表現及病程變化而已。

較輕微的精神疾病，包括「精神官能症」、「心身症」、「適應障礙」的心理社會病因大於「生物因素」；而精神官能症、如「恐慌症」、「強迫症」等，以前常用心理因素來解釋的疾病，現在也談實具「生物因素」較「心理因素」來得重要。環境、心理因素較強的病、治療上以心理治療、行爲治療、環境改善等處理爲主要方法，藥物爲輔甚至可以不需藥物。

生物因的病，就像「糖尿病」、「高血壓」一樣，孑然需以生物的方法來治療，例如最常用的「藥物治療」。

值得一提的是，雖然藥物在這些「生物因」的精神疾病治療上有絕對的重要性，要真正改善患者生活品質，必需和其他治療模式配合。

例如「恐慌症」的治療，除藥物以外常輔以「認知行爲」治療；又如「精神分裂症」其輔助治療更是多樣化，行爲修正、團體治療、職能復健等，這些「非藥物」的治療也是不可缺的。

