

# 洗不淨的 一雙手

文 / 沈裕智 花蓮慈濟醫學中心精神醫學部主任



紅色和尖銳的物品是引起佳宏(化名)恐慌的來源。不論是看到或腦海中浮現這兩件物品，他就如一隻驚弓之鳥，心裡無限的不安。只有拼命的洗手，手都搓的起泡破皮，花了好久的時間，心中的不安感覺才被沖走的手中肥皂泡沫，一掃而空。

「我一見到尖的物品，就怕我會忍不住抓起來殺人，對象從以前唸書時的老師、到當兵時的班長、工作時的老闆，還有……眼前的醫師……」佳宏避開我的眼神。

我心裡倒抽一口氣，身上起了雞皮疙瘩，不知道有沒有被佳宏發現。

看起來他想殺的人都是比較權威型的人物。

「會不會想殺爸爸媽媽呢？」我問佳宏。

「……沒有，沒想過」佳宏遲疑了很久才回答。

我心裡想，通常遲疑很久才回答的，才是問題的根源，等會要花點時間來討論看看。

我問，「那紅色又代表什麼呢？」

「一看到或想到紅色，就好像看到我殺人後的情景。我不能再說了，我要去洗手，把這紅色血腥洗掉。」

看到佳宏這麼焦慮，先談談他工作

的情形。佳宏在一家電子公司上班，擔任小組長。看到主管就有無名火，常常找主管吵架。他跟同事相處倒還融洽，也常參加同事聚會。最後一次，跟主管吵得太不像話，連同事都看不下去，開始排擠他。他下了主管職，請了好幾天假，最後提離職，回花蓮老家。

顯然，佳宏是一個強迫症患者。患有此病的患者總是被一種入侵式的思維所困擾，在生活中反覆出現強迫想法，使患者感到不安、恐慌或擔心，而進行某種重複行為有時會令患者感到這種壓迫感可以得到舒緩。患者自知力完好，知道這樣是沒有必要的，甚至很痛苦，卻無法擺脫。

幾次的心理治療的過程中發現，佳宏的父親是農夫，脾氣很不好。下田回家喝了酒，常不分青紅皂白打罵佳宏。從小，佳宏的潛意識中埋下了「仇父」的種子。在他的腦海裡，父親是一頭毫不講理的野獸，還亂咬人。但強烈的道德感常常提醒他不能反抗父親，只能永遠處在挨打挨罵的地位。

實際上，佳宏真想把父親殺了。可是他強烈壓抑這個念頭，轉移成對權威型人物的怨恨。所以紅色和尖銳的物品成為他恐懼的對象，看到這兩種物品就想到血及殺人。但是心裡的另一個聲音又會斥責他怎麼可以這樣想呢？只好洗手，不斷洗手，企圖洗掉這樣邪惡的意念。

強迫症通過心理治療是可以得到一定程度矯正的。患者透過心理分析瞭解病因形成的緣由，慢慢在心理治療中釋放憤怒，鬆開頑強的道德感。才能放自己一條生路，讓自己不再用強迫動作除去心中的不安。

病情較重的強迫症患者使用心理治療和藥物治療相結合的方法，可以獲得比較好的療效。對少數使用心理治療和藥物治療沒有任何收效、久治不癒的患者，可以考慮使用神經外科手術加以治療，在是否使用神經外科手術治療上，需嚴格掌控病患對象。另外，使用神經外科手術治療有可能對大腦造成一些現在未知的損害。👤

## 何謂強迫症

- A. 具有強迫性意念如怕髒、怕亂，或強迫性行為如洗手、排序、檢查或祈禱、重覆默念字句。
- B. 病人能理解自己的強迫性意念或強迫性行為是過度或不合理的。
- C. 強迫性意念或強迫性行為造成顯著痛苦，浪費時間（每日超過一小時），或嚴重干擾此人的正常常規生活、職業（或學業）功能、或一般社交活動或社會關係。