

走過悲傷

文 / 沈裕智 花蓮慈濟醫學中心精神醫學部主任



剛得知不孕的第一年，芊儀覺得人生很灰暗，對所有的孕婦以及有小孩的人只有怨恨與忌妒。醒著的時候，在想懷孕的事。睡著的時候，也在夢小孩的事。到處拜拜、算命、看中醫，整天自怨自艾：「為什麼我還沒懷孕？為什麼人家那麼容易？」直到不孕的第三年，在醫師的幫忙下，終於懷孕了。芊儀萬分小心，定期產檢，絲毫不敢大意。懷孕末期，因羊水不足，胎兒生長遲滯，最後提前剖腹，生下了個男嬰「小維」。

轉眼間，小維上幼稚園了。雖然這麼多年來一直沒再懷孕，看著小維一天天長大，心中也覺得欣慰。有天下午，芊儀騎機車載著剛從幼稚園放學的小維。一個沒注意，被一輛後面急駛而來的貨車追撞。芊儀背後一陣劇痛後重摔在地，緊接著聽見一聲慘叫，抬頭只看見小維渾身是血，被貨車拖行了好幾公尺。芊儀顧不了身體的疼痛，趕緊抱起滿身血污的小維，在路人的協助下衝進了醫院的急診室。芊儀忍著痛，一直拜託醫師不要放棄急救。等到醫師不得不宣告急救無效，芊儀只覺得一陣心痛，接著就暈了過去。

芊儀醒來時，已經住進醫院。身體有多處擦傷，椎間盤有些移位。奇怪的是，芊儀對小維的事居然不聞不問。先生為了不讓芊儀傷心，既然芊儀沒問，也就不主動提起。甚至小維的喪禮也在芊儀住院期間，先生一手包辦。

芊儀出院後，對小維的事仍然不聞不問。先生覺得不大對勁，主動提起要不要一起整理小維的遺物，反而被芊儀罵了一頓。芊儀表示因為自己生病

住院，小維暫時送回娘家去了。先生心裡已經很難過，又擔心芊儀，只好找岳母跟芊儀說。可是芊儀居然認為先生和媽媽一起串通起來騙她，現在的社會擄嬰集團盛行，一定是在娘家院子玩的時候被擄走，拉著他們要去警局報案。家人無可奈何，只好帶芊儀去看小維的骨灰罈。可是芊儀居然認為是同名同姓的小孩，小維仍然還活著。

從此之後，芊儀耳邊常聽到小維的呼喚。走在路上，覺得路人好像能看透她心事，要告訴她小維的消息。經常半夜爬起來把家裏的燈打亮，說小維回來了。整天愁眉深鎖，家事也無心做。飯菜無心準備，先生帶外食回來，還會被責備為什麼沒有買小維的那一份……半年來，先生身心俱疲，只好帶芊儀來精神科看門診。

門診期間，一方面使用抗憂鬱藥物改善精神症狀；一方面藉由心理治療讓芊儀試著面對事實。起初芊儀只是不斷提說：「因為身體不舒服，那天下午把小維送到娘家後，回家的路上出了車禍。大家忙著照顧我而忽略了小維，因而被擄嬰集團擄走了。」心理治療的過程，讓芊儀仔細回想當天的每個細節。幾次治療後，某次門診，芊儀突然嚎啕大哭，很激動地問：「小維已經死了嗎？」接著不斷搥頭，打自己巴掌。從那之後，芊儀常去靈骨塔看小維，晚上也睡得著，活力也慢慢恢復了。

芊儀患的是一種病態的悲傷反應，這種反應通常是心愛的人往生後，出現明顯的憂鬱症狀，合併精神錯亂的情形。可分為四類：

- 一、延遲的悲傷反應：如芊儀在事情發生的當時情緒被壓抑否認掉，在日後才出現明顯的悲傷反應。
- 二、慢性化的悲傷反應：悲傷可能持續好幾年，一直沒辦法回到正常的生活，也會覺得悲傷永無止盡。
- 三、誇大的悲傷反應：除了正常的悲傷，另外合併其他重大精神症狀。
- 四、改裝的悲傷反應：改裝成生理症狀，如：產生類似死者曾有的疾病症狀；或者隱藏在某些行為之下，如：失控的情緒、犯罪行為。

治療的方法需要早期發現，早期治療，預後通常不錯，不易復發。臨床上常使用精神藥物輔助，減少症狀，也必須合併心理治療，和病人一起面對這樣一個難以接受的事實，才能讓病人早日康復。🌱