

《空中辅导》精神健康

主持：周素琴、赵医生

精神病与治疗法（1）

周：在这个环节，我们请到相关专业医生和辅导老师，这是我们的福气，也是神的恩典。今天有听众非常熟悉的香港著名医生赵医生。赵医生你好！

赵：大家好！

周：我相信听众不仅认识赵医生，也认识她的丈夫廖医生。他们非常有爱心，都在我们的节目中通过热线电话帮助有困扰的弟兄姐妹。赵医生我们想与你谈谈有关精神病的问题。

赵：很多人对精神病有一些误解，觉得很神秘。

周：很多人会觉得，精神病是不是魔鬼附身，那赵医生你可否给大家一个清楚的教导？

赵：精神病是人的心理和精神状态出现问题，影响这个人的行为表现上出现障碍，这个是精神病的定义。我们对精神病不清楚的时候，觉得精神病患者行为怪异，把患者与魔鬼附身有关。我们寻找导致人得病的原因，甚至会随便猜想，认为是不是患者家庭有什么问题。当我们研究精神病时就知道，忧郁症是由于脑袋里的血清素出现问题，导致情绪脑部出现问题，会导致精神分裂症。脑部的多巴胺出现问题，人会出现幻听妄想这些症状。

周：除了这些之外，还有那些症状是属于精神方面的问题呢？

赵：精神方面的症状很广。比较多提到的是精神分裂症、忧郁症、狂躁症。狂躁症病人常常很兴奋，不用睡很多，好像很多事情要做。焦虑症也是常见的精神病。

周：众多常见的精神病有哪些共同的特征呢？

赵：这些症状的共同点是会影响患者工作和生活方面。这些症状不是一般的生理身体问题。例如有人甲状腺出现问题，也会焦虑。但是如果只是甲状腺问题，只医治甲状腺疾病就好了，焦虑就没有了，这不是精神病，是身体上的疾病。如果有精神上的问题不是由于甲状腺问题导致，这就是归纳为精神病方面了。

周：身为医生，如何诊断病人患了哪种病呢？

赵：精神科是比较特别的。如果病人患有心脏病，医生就进行有关心脏的检查，从而得出检查结果，但是精神科大部分要通过临床来得出结果，要跟病人面谈，了解病人症状，了解患者背景和家庭及生活得出宝贵资料，了解患者背景是非常重要的。这些了解可以知道为什么患者会出现这样的问题。面谈之后，尤其是第一次见面，可能会对患者进行检查。如果没有初步的检查，如果病人是因为甲状腺的问题导致精神状态的问题，就不能正确处理。会针对患者的情况选择检查的内容，一般来说检查报告大多显示患者是正常的，这样就会有相应的治疗方案。例如心理辅导方面的治疗；药物方面的治疗，例如大脑的一些物质可以通过药物来调节，对症下药地治病；住院治疗，这是根据每个人不同情况而定。

周：不同的精神病需要不同的方法来治疗，赵医生能否给我们一些案例，让我们更好地了解这些治疗。

赵：好。例如药物治疗对很多精神病是有效的，例如忧郁症和强迫症。有时候药物治疗不是很快见效，药物治疗一般需要几天甚至一两个星期才有慢慢的转变，所以药物治疗要有耐心，因为对大脑一些物质的调整需要较长时间。治疗也是分很多部分的，第一个部分是希望持续治疗症状，对不同人和不同症状的治疗时间是不同的，有些人对治疗反应很快，几个星期就好了，有些人需要长期治疗。治疗时间不是问题，最后能够治好就好了。第二个阶段就是稳定阶段。这个阶段病人病症稳定下来，病人就开始感觉可以回去工作或上学，但是这时候是需要患者继续治疗，保持问题。接下来稳定一段时间后，医生需要对患者进行评估，看是否可以减少一点药物，这就是后来的阶段了。

周：每一个人治病的情况不一样，有的人短期见效，有的人需要长期治疗，病人不要放弃。

赵：对，例如吃药，有些人吃了药很快就好了，但是有些人会吃了药感觉不舒服，医生为患者换药，患者会开始怀疑医生的诊断。但是要知道，在精神治疗上，换药治疗是很正常的，因为人对药物的反应不一样。有的人有效，有的人有副作用，这是改善对患者的治疗，所以与医生的沟通非常重要。

周：医生诊断过程中，需要尝试不同药物来治病，这个过程中，患者要相信医生。

赵：相信医生非常重要！而且在治疗过程中，有什么需要和想法也可以与医生直接讲出来。如果看到医生时会忘记自己要与医生交流的问题，就可以提前写下自己的问题，然后在看医生的时候把问题写出来。以解答疑问。

周：病人康复时间都不同，有的病人可以多短时间康复，有的人需要多长时间康复？

赵：有一个姊妹作行政上的工作，工作非常忙碌，与家里和与男友方面出现问题，这时候就开始担心自己的工作，自己的家庭，和与男友的关系，以及担心自己的身体。这个时候她也远离神，不去教会，担心在教会要担任服侍。这样她在生活在信仰上出现问题。后来她来找我，就知道得了忧郁症，因为她晚上老是睡不着，往坏的方向去想。比如，在工作上，她没

有之前做得那么好，但是还是可以的，老板也没有批评她，但是她对自己不满意。而且对生活其他的方面也往坏的地方去想。其实我们如果强迫自己什么都做得很好，也许就什么都做不好。所以在信仰上，她也不去教会，与教会兄弟姐妹的关系也不好。于是她开始通过药物治疗；而且我劝她信靠神。在与家人关系上，我鼓励她就是简简单单开始与家人一起吃吃饭，给家人一点关心。慢慢她开始恢复，开始在工作上肯定自己，开始读圣经，恢复教会生活。我就鼓励她这是神的工作和自己努力的结果，慢慢她就好起来了。所以，康复是一个过程，有时候需要几个月，有时候需要一两年，但是我们要保持信心，要与人沟通接触，不要把自己关起来，多一些接触别人。

周：这位病人是有福气的，你不但给她药物治疗，还给她精神上的鼓励。所以精神病的康复是需要药物和心理两方面的治疗。所以接受治疗和与人来往是非常重要的。精神病患者也会在疾病好了之后会复发，复发的原因是什么呢？

赵：复发有很多原因。在治疗过程中，我们需要把每一个问题都治疗好，康复过来，康复阶段进入稳定期也是需要药物治疗的。在稳定期患者也许就开始思考，是否不吃药也可以，或者忘记吃药一两次也没有觉得有问题，这样患者感觉没有问题，停止吃药或不按时吃药。患者开始觉得没有问题，但是也许几周或者几个月后症状就回来了。这样对工作生活方面的影响就很大。所以当疾病稳定后，需要一段时间的稳定期，按着医生的指引如何继续维持和治疗。但有些患者在治疗和稳定方面都做得很好，但是也有可能复发。这有时候是因为其他的因素导致，例如发生很大压力的事情，突发的大事情，这些事情带来压力。

周：如何避免复发？

赵：要有规律的生活，按时作息；不要喝酒，使用毒品。其实生活中很难避免没有压力，学生有学习的压力，工作上有来自老板的压力，家庭主妇有家人的压力，老人有儿女的事情带来的压力。我们很难避免面对压力。重要的是在处理压力时，不要一个时间内想要昨晚所有事情。可以安排和规划如何做事。例如，一个女生是会计文员，非常努力工作，晚上去读书，工作非常繁忙，还要读书，最后她得了分裂症。她的老板知道她的病症，给她较小压力的工作，她自己也开始注意，停下学习，让自己康复好，工作做好，再来继续学习。

周：不是让自己忙太多事，当自己忙不过来，就会带给自己很多很多压力。

赵：有些压力不是自己可以解决的。有一位母亲很担心自己的女儿，女儿 17-18 岁，常常晚上在外不回家，她担心女儿交朋友危险。所以我与这个母亲分析，女儿年纪也大了，需要和女儿沟通，自己需要为自己的行为负责。

周：对一些事情，自己也要学会放手。就像赵医生所说，治疗好了之后病症复发，也许是自己停止吃药导致。我们要知道，停药的一段时间之内也许不会复发病症，但是较长一段时间也许就会复发。所以需要与医生沟通之后才确定是否停药。

赵：对，要与医生沟通是否可以停药。有些病人因为吃药感觉不适，自己停药，这其实需要与医生沟通，改变吃药时间，例如一个病人早上吃药后感觉很累，换到晚上吃就可以了；或者是换其他的药物。与医生讨论是否是理想的停药时间，或是需要换药。

周：千万不要自己停药，要与医生讨论。而且记得要有规律的生活。就算没有精神疾病的困扰，想要健康生活也要有规律的生活。早睡早起是最好的。感谢赵医生今天的分享，下一次我们还会赵医生来到节目，让赵医生给听众朋友一些直接的帮助。谢谢赵医生！

精神病与治疗法（2）

周：今天我们请来了香港著名医生赵医生，赵医生你好！

赵：大家好！

周：在上期节目，赵医生也与我们分享了精神病有哪一些病情。那精神病是否有轻重之分呢？

赵：是的。轻性的精神病有焦虑症，惊恐症，强迫症等等，但是就算是这些轻性的精神病也可以是很严重的。重性的精神病有狂躁症，精神分裂症，狂躁忧郁症等等。

周：那今天让我们重点了解轻性神经病。请帮助我们对轻性神经病有一些了解。

赵：轻性神经病患者一般来说是情绪方面出现问题。例如焦虑症患者情绪上总是担心，就算很小的事也会担心，从而令自己变得焦虑；而且身体上也会有一些表现，例如心跳、手抖、口干、眼花。这些症状如果影响到人平时的生活工作和社交，会衍生为病症。

周：对这些轻性神经病患者有哪些治疗呢？

赵：第一，通过心理治疗找到出现病症的原因。有时候患者自己也不知道原因，好像没有原因，但是通过详细面谈，了解个人心理状况，通过个人背景了解患病的蛛丝马迹，通过这些方面为患者设计心理治疗。也许也是因为过往经历，让患者有一些习惯性的想法，例如患者有消极想法的倾向，出现任何事情总是很担心，没有信心，这些心理因素也影响治疗。第二，通过药物治疗。例如抗忧郁的药物等等，也对治疗有帮助的。

周：当个人出现问题，在怎样的情况下需要认识到自己情况不好了，需要看医生呢？

赵：我想每一个人也许都会出现不开心的状况，但是并不是每个人都有精神病。一般来说精神病患者不开心的状况会持续一段时间，负面想法例如自杀等等出现超过两个礼拜，可能就是忧郁症了，所以症状持续较长时间，没有什么方法可以处理，也许就是患了忧郁症了。

周：我们现在线上有一位听众，请赵医生与这位听众交流，看看这位听众的病情。沈姊妹你可以跟赵医生谈谈你的病情。

沈：我一天天睡不着觉，丈夫感冒，我就害怕他得癌症，我自己知道，但就是怕得要命。后来住院治疗一个多月，渐渐能睡觉了，但是只是能睡觉，并没有完全好。但是我不喜欢住院，也不愿意吃药，怕药物对身体有副作用，我就不吃药，但是还是胡思乱想，脑袋乱想，特别难受，天天有想死的念头。当时我睡不着，医生就治疗失眠，没有治疗别的。但是我还是害怕，不能吃饭，脑袋就是乱想难受，想丈夫得癌症死了的话，我与孩子该怎么过。慢慢我丈夫病好了，我就不想他，开始想我死了怎么办。

赵：你几次提到得癌症死掉，你是否认识癌症患者死掉的？你知道癌症是怎么回事吗？除了癌症，你是否知道其他导致人死亡的疾病？

沈：认识。这人不是认识的朋友，就是知道这个人。我不知道癌症是怎么回事，就知道得癌症会死。我不知道其他致死的疾病。

赵：有时候我们知道癌症是很重的病，但是得癌症的机会也不高。不是每个人都会得癌症的。沈姊妹也许就是知道有人得癌症，这个病症很可怕，害怕身边的亲人得这个病，于是就担心。在担心时，就把这件事放大了，心里不好受，吃不下，睡不着，不能做家务，也不能与朋友相处出去玩，什么活动都没有兴趣，生活就变得很差。当一个人不吃不睡，心情不好，又没有其他快乐的事情去做，身体就不会健康，就更加担心自己，这就是一个恶性循环。你住院治疗并检查过，医生是否说你有什么不正常的？

沈：医生只治疗我的失眠。

赵：听来认为你应该没有什么迹象显明你得癌症，所以你只是担心患癌症。如果你整天只是想这个问题，精神就处于恶性循环，本来没病也会生病了。

周：所以有一件事非常重要，其实癌症虽然致死，但是癌症患病率并不高，而且癌症之外的病也能导致死亡。所以不要因为癌症一直担心。所以不要为了害怕就让自己什么都不能做。

赵：你是可以做一些让自己健康起来的。所以你尽量在白天做一些事情，例如简单的事情，不要让自己在白天睡觉，晚上也许的睡觉状态就好了。

沈：是的，我现在睡觉的问题基本好了。现在就是怕得病，就觉得自己是要死了。我现在不是怕癌症，是因为自己有皮肤病，不愿说，怕自己会死。又不敢看医生，觉得自己死了算了

赵：每个人都会生病。当我们还没有生病时，就想着自己可能会生病，反而真的生病。控制不了自己的思想。有些事情我们害怕，所以老是怕，所以对自己有影响。你可以尝试不去想这些可怕的事情，而想一些其他的東西，比如好好安排自己的时间，一些时间做家务，一些时间关心别人，因为我认识一些重病的人，他们也安排自己的时间做一些有意义的事情。这与是否得病无关，自己如何安排时间才是重要。

周：沈姊妹，我们电话交流很多次，这是我第一次知道你有皮肤病。皮肤病也能够治好的，今天的科学和医学越来越进步，越早治疗越早治愈。有一些治疗皮肤病的药膏，也许擦一擦就好了。

沈：我不愿意提到自己皮肤病的事情，我的丈夫也不知道。因为听福音广播，自己的心也释放很多，但有时候还是消极觉得自己死了算了。不敢面对。听福音广播与你们电话沟通让我感觉被爱拥抱，但是我的心还是非常硬，非常混乱。

周、赵：我想我们与你交通之后，也许不能马上解决，你需要花些时间慢慢走出来。也许你以前每天想 10 次，现在让自己每天想 7 次，然后每天想 6 次。所以不能一下子改变自己，需要每天进步一点点，慢慢从害怕中走出来。姐妹，你的分享对很多听众有帮助，因为你从害怕癌症中走出来，给很多听众帮助。而且你现在肯说出自己这么多感受也是给自己的治疗，而且你的这样分享，也会给其他人鼓励。因为你慢慢走出害怕的经历就是给别人的鼓励。我们继续为你祷告。

沈：谢谢你们，请为我祷告。

周：我们听到沈姊妹的电话，她就是非常担心，患了焦虑症。自己担心到，皮肤病这件事丈夫都不知道。其实她的这个情况是对很多听众的鼓励。

赵：她得了焦虑症，担心自己的疾病和身体状况，担心到不吃不睡，什么都不能做，这对她的影响非常大。其实她的症状慢慢好过来，这是很好的例子，让我们看到盼望和信心。接受治疗，能够让疾病得到医治。

周：只要是接受治疗，身体疾病一定可以被治疗的。愿我们众人代祷的帮助下，让这位姊妹可以渐渐康复。感谢赵医生与我们的分享，谢谢！

精神病与治疗法（3）

周：为进入这一个环节而感恩，因为我们每次邀请嘉宾都不容易。感谢神，今天我们邀请到香港著名的精神科医生赵医生。上个星期我们一起谈到焦虑症，这位患者忧虑担心没有发生的事情，后来神也恩待和怜悯她，使她从恐惧中走出来，但是她又进入了另外的担忧。今天，我们请赵医生为我们讲讲强迫症。

赵：强迫症是一种精神病，患者脑袋里总是有一些思想，虽然不是严重的问题，但是脑袋重重复复的想，总是不能放下这些事情。例如：手是否洗干净；所以事情都要有条理，乱了一点都不行；离开家后担心门关了没有、瓦斯关了没有，然后回家检查，离开后又忘记，来来回回好多遍。我有一个同学是强迫症，每天检查书包很多次，然后上学就迟到；自己的衣服脏一点就要换衣服，妈妈就非常生气。这些让他与班级同学的关系，生活方面出现障碍。

周：强迫症的原因是什么？

赵：强迫症跟血清素有关，所以一些调整血清素的药物有效；另外强迫症的患者也许本身要求完美，对于没有达到要求的事情就不放心。完美主义。他们工作上效率很高，但是自己压力很大。

周：要如何治疗强迫症呢？

赵：首先要接受自己是强迫症患者；第二要从心理上帮助患者，或许是患者生活发生了一些事情，就导致换上强迫症；或者找不到心理因素，是血清素关系，就通过药物治疗；还有行为治疗，例如害怕手脏，担心手脏了吃东西就会生病，所以要调整患者在行为上纠正自己的行为。

周：也就是要从心理，药物和行为上来治疗。相信大家对强迫症都有了全面正确的认识了。下面我们有一位有强迫症困扰的听众朋友，请赵医生来看看他的问题。你好，山东的王姊妹，我们今天请来了赵医生，你可以跟他分享患病的情况。

王：08年我被摩托车撞了，脑袋有淤血，然后淤血被抽出。之后吃了点药治疗，才能睡觉，不吃药就不能入睡。只要闭上眼睛，好像血就会冲到脸上，脸上通红。心理特别害怕鸡毛蒜皮的事，例如我的儿子拿着针，我就担心这个针会伤到他，我要看到针被放下，然后反反复复去看这个针是不是被安放好。

赵：你出了车祸，会不会也害怕坐在或者能够跟车祸有关系的事物呢？

王：没有害怕车。我害怕的例如有：今天出去办事，怕被拒绝；穿的衣服怕透明被看到，怕孩子看到；

赵：车祸一年多，你觉得心理状况如何；

王：在我看医生之前，我非常紧张害怕，不能睡觉；看病之后，感觉自己的内脏舒展了，焦虑减轻很多。我还是因为信主，常常祷告，求主帮助。有一位姊妹告诉我精神上的病不用看医生，好好祷告靠主医治，但是我不见好转，于是另一位姊妹与我一起祷告我们就一起去看医生。吃药一年多直到现在，现在好多了。但是生活上还是反反复复感到焦虑和害怕被拒绝。我的工作是统计，对自己的要求特别严格，工作特别认真，对自己要求完美。

周：这个姊妹的强迫症与自己的性格和车祸都有关系吧。

赵：王姊妹的分享就是强迫症的表现。脑袋总是在想不可能的事情，反反复复想。小事也是担心，就是听不了。强迫症患者往往特别要求完美，工作上要求完美，但是对自己的压力很大。车祸与你的症状有关，但是也或许与性格有关。当我们有压力的时候，强迫症就容易被诱发。别人往往不认为强迫症的患者患病，以为只是个人性格。强迫症与血清素有关，可以吃些条理血清素的药物；另外与要求完美的性格有关，性格很难改变，所以可以调整自己保持好的状态下。

周：医生分析，你需要药物治疗，而且需要靠主来改变自己要求完美的性格，我们尽力做好自己该做的事情，但是要看自己合乎中道。你是信主的，可以求主帮助你改变自己。

王：我还想问一下，强迫症能够治好吗？

赵、周：你分享自己已经好转很多了，保持着药物的治疗，而且你需要调整自己的生活，要让自己放松一些，多一些娱乐。就像吉他的弦，太松不能弹出声音，太紧弦就断了。所以要保持适当的状态。

王：好的，谢谢你们。我还想问一下周师母，一件事情我做得对不对。我住院时，丈夫为我炖了一只被勒死的没有放血的乌鸡，于是我就没吃。

周：我想到，在香港我们吃的肉类，都不知道这些动物是怎么死的。重要的是享受这个食物。而且再好的补品，如果心情压抑的吃，也不见得能有效了。其实你不需要疑惑这个鸡是怎样死掉的，要看到你丈夫对你的爱，花心思给你补身体。如果你为丈夫预备了补品，但是你给扔了，你的感受会怎样呢？

王：好的，我就感恩领受就好了，不需要担心和疑虑。

周：赵医生，听到王姊妹的电话你有什么感受呢？你遇到的病人，会不会有这样的状况呢？

赵：她对自己的症状很清楚，她性格要求完美，而且常常要找到答案，这样让自己的脑袋没办法休息，非常紧张。其实强迫症的患者担心的事情都不同，有的担心清洁的问题，有的担

心整齐的问题，对数目要求，餐饮上的要求。所以强迫症对自己和家庭都有影响。

周：这位姊妹分享自己看医生后，渐渐好转，所以要提醒患者，患病要及时看医生，而且她还与教会姊妹一起，得到关系支持。这些扶持都能够帮助患者的康复。再次感谢赵医生让我们了解强迫症的成因，以及如何来治疗。下一次我们请赵医生为我们讲讲忧郁症或是精神分裂症。

精神病与治疗法（4）

周：今天的嘉宾是香港著名的精神科赵医生。很高兴邀请到赵医生与我们分享精神疾病这方面，让有困扰的兄弟姐妹得到帮助。今天想请教赵医生，如何区分狂躁症，忧郁症和精神分裂症。

赵：先谈谈忧郁症。有些人觉得自己因为一些事情很不开心或担心，这都是很正常的。但是如果长期保持在这个状态中，还有身体上表现出睡觉不好，感觉很累，对周围的事情没有兴趣，自己的兴趣和爱好也感觉没兴致，如果超过两个星期处于这个状态，应该就是忧郁症。有些患者甚至想要自杀。其实这些都是病，能够治愈，治就好了就可以了。狂躁症正好相反。狂躁症很兴奋，情绪高涨，脑袋里头很多思考，感觉思考很快，甚至感觉自大，觉得自己是第一名的，最聪明，最有钱等等。说很多话，说话很快，讲话不停，话语混乱。行为上会乱花钱，买很多自己不需要的东西。

周：所以狂躁症与忧郁症非常不同。忧郁症是感到不快乐，感到难过；狂躁症是自高自大，心情高涨。

赵：有些人是两级的，就是既有忧郁症又有狂躁症。叫做狂躁忧郁症。精神分裂症是脑袋乱想，就是有错误的思想；而且幻听到不存在的声音；或者看到不存在的东西。

周：好，通过赵医生给我们的分享就知道，忧郁症，狂躁症，狂躁忧郁症及精神分裂症的区别。还想请赵医生分享，这些病症如何来分别？

赵：狂躁症的情绪高涨，行为自大，花钱没有节制。忧郁症情绪低沉，看到事情没有希望。

周：请问赵医生，这些患者如何治疗呢？

赵：忧郁症除了要有心理治疗，还要服用抗忧郁的药物。如果睡眠不好，也可以服用药物帮助治疗。狂躁症也可以通过药物治疗，例如吃一些帮助情绪和精神稳定的药物。精神分裂症主要吃一些抗精神病的药物来治疗。

周：上周我们分享过治疗强迫症需要心理，药物和行为上的治疗。那么我们今天提到的忧郁症，狂躁症，这些症状，是不是也需要心理和行为治疗呢？

赵：这需要按病人不同而定。有些人需要在药物治疗的同时配合心理治疗；有些人对药物治疗的反应很好，而且没有什么心理障碍，所以服药治疗就可以了。其实我们医病，是希望病人可以康复，回到工作岗位上，过有意义的生活。所以我们鼓励病人症状减轻，我们就鼓励他们回到工作上，开始规律的生活。我有一个病人是工程师，他得了狂躁忧郁症。看是得了狂躁症的时候，他每天都在工作，下班也工作。所以生病了，大家也没有留意，就是觉得他总是在讲话，工作很认真。但是这个病症一段时间，就发现工作上他出了很多错误，而且他

认为自己很有钱，于是花钱买很多东西，这些导致他与家人的关系也出现问题。于是他来看医生，之后好一点。但是又出现了忧郁的情绪，还是通过治疗和心理辅导，最后他就基本康复，工作也正常了。

周：这个治病的过程需要多久呢？

赵：在治疗狂躁症的时候，他住院二三个月。那时候他觉得自己没有病，每天他都在想着要去国外找工作，要做总裁，所以家人担心他，要他住院。开始他不接受吃药，觉得医生护士都说骗人的，看不起医生。后来与他分析，他就渐渐接受治疗。后来好了，就出院回到工作上。回到工作意识到由于自己的过失给公司带来损失，他就开始出现忧郁的状况，但是他的公司也没有怪他，他就慢慢投入工作，后来就过得很好了。

周：所以这个病症需要治疗，不论多严重的病症，只要治疗必定能得到医治。我们这里有一位病人，我们接下来请赵医生与这位病人连线。山东的台弟兄，你好。我们的嘉宾是香港的精神科赵医生，你有这方面的需要，可以问问赵医生。

台：我的头胡思乱想。已经有八九年了。当时别人家的农田被毁了，别人冤枉是我弄的。但是我解释不是我，他们不相信。于是我就开始胡思乱想了。

赵：你都想些什么呢？能举例子吗？

台：有的事没的事我都会想。假如看电视节目，看到这个节目我就开始想一些不好的事情，想到别人在说我。有时候一个人走路的时候也会开始想别人说我，别人说话我总觉得在说我。

赵：这些问题对你有什么影响，会让你不想外出，你还有交朋友吗？

台：是，我好几个月都不出门，没有工作。我看医生，说我是精神分裂症。但我觉得这一方面是精神分裂，另一方面是魔鬼作为。头脑时而清醒，时而不清醒。我也一直在吃药。

赵：那你看医生，有没有告诉医生你虽然吃药，但还是不开心，还是感觉别人总在谈论你。

台：没有告诉医生，每次就是去医院拿药。而且一直不肯出门。

赵：如果吃了药，病好了，所以只吃药维持就好。但你现在吃药没有，而且不外出，不工作，所以说明你现在吃的药不能治疗你的药，而且现在心理也不太好。所以你可以与医生谈谈，告诉医生药物没有治疗自己，而是自己没有好转。因为药物也许由于质量或品种的问题没能治疗你，所以你可以和医生谈谈，然后医生也许也能给你心理上的一些开导。下一次去医院不要只是拿药，要看医生。

周：就是说，吃了药之后应该是能够得到治疗，能够与人相处而且能够工作。所以你现在应该与医生有好的沟通，另外鼓励你慢慢改变自己的性格，主动与人讲话与人来往。主动照顾和关心一下周围的人，在教会里与人沟通。我们也会为你祷告。

周：这位弟兄的分享，应该就是患了忧郁症吧？而且他常常感觉别人在谈论自己，这是不是也是精神分裂呢？

赵：是的，所以希望这位台弟兄可以通过治疗能够好起来。精神分裂就是妄想特别厉害，有时候也觉得不认识的人在讲话都会觉得在讨论自己。有时候觉得电视里面的谈话也是在谈论自己。这就是胡思乱想了。

周：这位台弟兄被人冤枉，自己辩解也不被认可，也许也是由于自己不太懂得表达。希望台弟兄能够通过治疗好起来，也希望台弟兄与赵医生的分享能够帮助到更多听众。我们下一周会继续邀请赵医生，与我们谈谈精神分裂的个案。

精神病与治疗法（5）

周：精神健康这个环节能够邀请到专业的人士给予指导是非常宝贵的。今天我们继续邀请到赵医生。在上周赵医生为我们讲解了忧郁症，狂躁症，狂躁忧郁症的特征和治疗方法，也听了一位听众的情况。今天我们想请赵医生与我们聊聊精神分裂症的病症。

赵：有几个方面。例如幻听，就是听到别人在讨论自己；还有幻想一些不存在的事情，不听别人的劝解；这些会导致自己的生活工作上面出现问题。还有是思想上的问题，患者说话混乱，言语混乱。

周：这些特征说明患了精神分裂症，那么有什么治疗方法呢？

赵：首先，吃抗精神的药，因为精神出现问题是由于脑的多巴胺出现问题，所以可以通过药物治疗；还有一些人可以选择脑电荡治疗。所以按不同病人的需要而进行治疗。

周：我们有一位听众，他打电话与我们分享自己的儿子患精神分裂症。他很爱他的孩子，也带孩子到大医院检查，但是都没有治好。然后就有人建议说开刀，当时我就很害怕，怀疑开刀是不是能够治好。感恩最后他没有开刀。

赵：一般来说，精神分裂症很少会想到要开刀的。因为开刀把脑组织拿掉，会带来其他问题。药物治疗，脑电荡和心理治疗一般就能够治疗了。开刀需要按案例而看，如果脑袋有肿瘤从而导致精神分裂也许就可以开刀治疗。

周：如果脑袋有肿瘤而导致精神分裂则可以考虑开刀，不然通过药物等方式来治疗。现在我们想和一位听众陈弟兄和赵医生讨论一下病情。山西的陈弟兄你好，你可以把你的情况和赵医生分享。

陈：我患精神分裂症十多年，最开始去北京医院看病。我有妄想自己被害，而且总是感觉害怕。医生让我服药，后来就停药了，于是就犯病了。感觉自己还是妄想，妄想自己能够做事，感觉自己意识不清醒。去年我又住院，当时也是由于妄想，还有幻听。感觉听到别人漫骂，医院给我开药，但是这个要让我头疼难受，于是我减少吃药的量，渐渐就好一点。

赵：你吃药有副作用，于是减少药量，然后感觉吃药舒服点。那你现在妄想，幻觉还有吗？

陈：现在基本上消失了，但是现在眼睛不好。有的时候忽然看到东西，感觉东西往眼睛里面钻，色彩特别鲜艳，然后脑袋就开始难受。感觉眼睛看到物品的颜色特别浓重，然后就感觉这些东西钻进去眼睛。我现在也不工作，因为脑袋的问题。我之前在餐厅工作。出院大概一年多了。

赵：现在的情况好多了，但是吃药还是有副作用所以身体不舒服。而且眼睛不舒服，看到物品色彩鲜艳，这也让你不舒服。影响你的生活和工作。你刚开始说，吃药感觉不舒服，那么你有没有跟医生说。

陈：医生没有告诉我药物有副作用。

赵：你的药物没有效，而且有副作用，也没有与医生有很好的沟通。其实在医院，医生也是挺忙的，病人很多。所以去看医生要抓住机会把自己的问题跟医生谈。例如把重要问题记下了，然后见到医生的时候再问。有些病人不想了解那么多，所以医生也许没有想到某个病人的需要。有些药物有很多副作用，所以医生也许不能一一说清楚。不只是精神科的药物，就如感冒的药物也有副作用，但是很多人吃了药没有任何副作用，有些人吃了就有很大副作用。所以要保持好与医生的关系。我这样与你谈，你能清楚讲出自己的病，我想你精神状态也很好了。我们也不鼓励患者自己改变吃药的分量，这也许都会导致其他问题。

陈：我最开始去看病，医生说也许是精神分裂；之后又看，说是忧郁症。

赵：这些病症，都是精神科领域的。你究竟是什么病，是你的主治医师明白的。有的患者是精神抑郁症，但是也伴有忧郁症，所以这种病有一点复杂，不是单单一种就能够确定。但是这也没有很大关系，因为你现在的状态也很好，但是我担心你用药方面不是稳定的，如果看东西的问题继续影响你，那你还这么年轻，这些问题就很不值得了。

陈：现在感觉自己状态还算挺好的，我想以后有什么不太舒服，我再看医生。我现在每天在家看看书，读圣经，下象棋，在家疗养。我想等自己的病情稳定，康复得差不多，就找工作。

赵：你这个想法也不错。因为你患病多年，现在处于休养状态。如果你的药物正确，分量足够，病才能治得好。首先你需要康复过来，然后才能找工作。所以我请你去看医生，告诉医生你吃药出现的问题，现在吃药的状况，请医生帮助你正确的治疗。完全的康复对你将来的工作，交友，建立家庭非常有帮助。

周：陈弟兄你还有什么问题需要问呢？

陈：非常感谢周师母和赵医生的关心和帮助。

周：空中辅导的团队今天特别的加班，以完成这个节目的录制。希望能够帮助精神方面有需要的弟兄姐妹。你是有福气的，因为在香港这边看精神科医生，病人只能和医生交谈五分钟，所以你们有这么详细的交流是非常有福气的。感谢神，都是神的预备。

周：听了这位患者的分享，你有什么感受呢？

赵：第一次看医生吃的药有副作用，就停药了；第二次药物副作用，他就改变药量。但是他现在也没有彻底治疗。这其实是常见的。有些人吃药就好了，没有副作用；有的人吃药有副作用就需要和医生交流，看有没有其他的药物选择 and 治疗方法。我们希望治疗彻底。所以建议他能够与医生沟通，找到最适合自己的治疗方法。

周：每一个病人都不同，所以医生需要时间来看病。需要与医生有好的沟通。他说道自己的眼睛看到的颜色会非常浓重，这是什么情况？

赵：这也是轻微的症状，这就影响他的注意力和思想，这就会影响到工作。

周：所以这个情况都需要跟医生讲，医生就知道该如何治疗，换药或调剂药的量。我们很盼望这位弟兄能够好起来，他现在也是很清醒的。希望陈弟兄的病情越来越好，完全康复，找到自己的工作和生活。家人和我们都会非常感恩。谢谢赵医生今天的分享，愿神继续祝福赵医生。