



不是機器，當出現故障只
要按修理手冊進行零件更
換便能重新運作。人是有思想，有
血有肉的，人會出現生理問題，亦
會出現心理問題，兩者互相影響，
互為因果。當一個人生理上出現病
徵需要接受治療時，他的心理狀況
可以左右治療的結果。

「每一個人都是一本書，過往
經歷不一樣，性格亦不一樣，所以
面對同一件事的反應會很不同，例
如一個樂觀的人會勇敢面對癌症，
積極接受治療，有些卻未打仗先認
輸。我們的工作就像是『掃雷』，從
他們過往的經歷了解他們心裏所擔
憂的，了解他們心中所顧慮的，抽
出問題，加以解決，令醫療服務發
揮其最大的效用。」香港大學醫學
院精神科榮譽教授李永浩博士說。
他於三十年前在公立醫院設立臨牀
心理輔導服務，現為養和醫院臨牀
醫療心理學中心駐診心理學家。

以下四宗個案，揭示了臨牀
心理治療的重要性。



▲李永浩說在醫院設立臨牀心理
治療服務，目的是「掃雷」，並「拆
彈」，治療才能得到最佳效果。

個案 1

我痛恨自己

三十九歲的張女
士，這一天接到醫院來
電，指化驗報告已經有
了結果，請她到醫院見
醫生解釋情況。

她沒時間擔憂，因
為女兒下個月的補習班
學費到期繳交，老闆吩
咐她送交客人的貨辦亦
要在當天辦好……終於，她在下午
才趕到醫院。十年來辛勤忙碌將所
有個人時間全奉獻給家人的她，想
不到醫生竟送給她一份大禮：「張
女士，很不幸，你的抽組織檢驗報
告顯示，你左邊乳房的腫瘤屬惡
性，即是乳癌，你需要進行左乳房
全乳切除手術。」

只以「啊」一聲回應，情緒
出奇地冷靜的張女士聽完解釋後便



◀乳癌是女性夢魘，它對
女性造成的傷害，有時難
以估計。

▶突然證實患乳癌，引發
患者連串不愉快記憶湧
現，令她痛苦不堪。

百忍成癡？

浩博士。
不妥，轉介她見臨牀心理學家李永
浩博士。

想離開。醫生察覺

在李博士的引導下，她終於
說出心中激起的巨浪：「我很憤
怒，我很憎恨自己！為甚麼我會患
乳癌？都是因為我不好，都是因為
我太容忍他，我打工賺錢供他讀
書，如今他當了醫生，不但不感激
我，還對我呼呼喝喝、打打鬧鬧！

「這麼多年來我是為了甚麼？
為了維護完整的家，為了女兒的成
長，每天都是忍忍忍忍，忍到自己
患乳癌！你說，我是不是自己找來
的，原來都是自己抵死……」

李永浩說，張女士得悉患癌
後心理上的變化，除了癌魔這個二
十一世紀噩夢，她不知如何面對
外，更嚴重的是因為一個重病而挑
起她過往一連串不愉快的經歷，她
又將這些不愉快經歷歸咎於太容忍
丈夫。

如果任由這些不愉快經歷繼
續存在，不斷影響張女士的情緒，
她的治療將難以得到預期效果，所
以李博士在透過細心聆聽，引導她
自己找出問題所在，親手解開心
鬱結後，張女士終於積極接受治
療，擊退癌魔。



一宗狂漢斬殺小童的悲劇，揭示社會欠缺足夠精神病醫療服務帶來的惡果。然而社會上有一個族群，情緒飽受困擾，身心飽受煎熬，每天在痛苦中度過，有些自殘身體，有些無法控制自己的行為，但他們又無法歸類為抑鬱症、驚恐症、強迫症等精神科治療範疇……他們是否要接受治療呢？

他們需要協助，需要輔導，生活才能重納入正軌。以下四宗個案主人翁，由臨牀心理學家打開心窗，找出痛苦的禍端……

我們沒有 精神失常

但需要輔導

臨牀心理學家李永浩博士說，每個人都是一本書，每一個人所遇到的情緒困擾都需要深入了解，才能找出問題根源。



個案 4

我痛，但我很快樂！



這種看來極度變態的行為，在美儀身上卻是快樂的源泉。

十四歲的美儀是智障人士，她雙手被醫護人員綁在椅子上，頭顱至右眼裏上了繃帶。

醫護人員不是虐待她，而是她虐待自己，她過往多次嚴重傷害自己身體的紀錄，包括用拳頭打自己眼窩，打至流血，有次更打爆自己的眼骨，令醫院不得不出此下策。

李博士經了解後，發現這位智障兒本身亦是失明兒，在看不見又不理解的情況下，她彷彿與外間隔絕，為了感受自己的存在，她會用手摸自己，然而經過一段時間後，摸自己這種行為再不能滿足她，於是轉移用一些更激烈的行為去感受自己的存在，她開始打自

▲抗癌治療需要意志及家人支持，協助患者及家人積極面對治療，是心理治療的其中一個重要範疇。

▼無法控制自己的頭顱轉向的方校長，慨歎自己不是「Headmaster」。

己，然後一次比一次激烈，一次比一次造成更大的傷害。

美儀從傷害自己、感受痛楚得到快樂，如果她不傷害自己，豈不失去了快樂的泉源？李博士於是想到用其他的方法滿足美儀，「我們從觀察中知道這行為有一個過程，當她感到無聊時，手部會有所動作，繼而便會打自己，於是我們為她接駁一個儀器，當她出現手部動作時便發出低能量電流，打斷這個傷害行為過程，然後醫護人員會給她一些物件，例如絲、沙

己，然後一次比一次激烈，一次比一次造成更大的傷害。

美儀從傷害自己、感受痛楚得到快樂，如果她不傷害自己，豈不失去了快樂的泉源？李博士於是想到用其他的方法滿足美儀，「我們從觀察中知道這行為有一個過程，當她感到無聊時，手部會有所動作，繼而便會打自己，於是我們為她接駁一個儀器，當她出現手部動作時便發出低能量電流，打斷這個傷害行為過程，然後醫護人員會給她一些物件，例如絲、沙

這類質感不同的物件給她觸摸，在她得到滿足後，她便不會再做出傷害自己的行為。」

上述個案，無法歸類於精神科範圍，而他們的確要接受治療，需要輔導。李博士希望醫護人員在治理病症的同時，亦能察

覺病人或病人家屬心理上的變化，在有需要時作出轉介，亦希望病人能主動求助，治療心理或是心靈上的創傷。

「世界衛生組織的數字顯示，全球已發展國家中，約有四至六成人，發展中國家有三至五成人會投訴身體不舒服，然而在各種檢查中找不到身體機能出現問題，就算找不到，亦不足以解釋他們不適的情況，這時便需要由心理學家或心理醫生協助，找出問題根源，加以對症下藥。」李永浩博士說。

養和醫療檔案，稍後將會更詳盡地以個案形式，剖析心理治療的重要性。閱

從傷害自己得到快樂的美儀，原來只是想感受自己的存在。



個案 2

我看着兒子步向衰亡

鍾氏夫婦有一個聰明的兒子，小小年紀便彈得一手好鋼琴，經常在學生家長面前表演，獲獎、接受掌聲和讚美是他成長中的快樂片段，然而這一切將隨時光流逝而永遠消失，父母這一刻能做的，是在他生命終結前，燃亮最後的快樂燭光，留下最美好的樂章。

「看着患了小腦萎縮的兒子情況一天一天變

差，看着他由蹦蹦跳到不斷跌倒，看着他連湯匙都拿不穩，看着他連簡單的一句話都無法說得清楚，我的心好痛好痛，我甚麼都做不到，我對他不起，枉為人父母，只能看着他每日走下坡，直至有一天倒下，離去……」鍾媽媽說。

李博士很理解作為父母的心情，明白他們所受的痛苦，然而要走出困局，不是由牧羊人指一指方向便可，而是由牧羊人引領，帶他們走出困局。「最上乘的治療，是將我們想說的一套，透過談話引導他們發掘你想給他的一套。」他說。開啟光明的鑰匙，其實在他們手中。

於是李博士問：「你覺得兒子受苦，他是如何受苦呢？」

鍾答：「他現在有很多事情都無法辦得到，拿水杯都無力……」

李：「你會怎做呢？」

鍾：「我幫他拿啊！」

李：「他還有甚麼是不開心呢？」

鍾想了想說：「又好像沒有，有時他自己一個靜靜地坐着，望着眼前的玩具，都幾自得其樂……」

在李博士的引導下，鍾氏夫婦終於理解兒子並非不快樂，只是他們無限放大了兒子因活動能力下降而帶來的負面情緒。隨後，李博士問他們平日會做甚麼令兒子過得開心，父母於是想到帶兒子到處遊玩，每到一處都拍下開心照片。在兒子最後的生日，醫院為他舉行生日會，由他表演彈鋼琴，雖然是由另一位職員幕後代彈，但在音樂聲中，兒子度過了生命終結前最快樂的時光，照片留下的是滿足的笑容。



▲最後的生日會，令鍾氏一家留下最美好的回憶。

心理輔導範疇

臨牀心理學家會應用研究發現、數據及科學方法，舒緩病人的情緒及心理症狀，藉此改善抗病及復元能力，更有效控制病情，提升生活質素。輔導範圍包括：

- 處理患病引起的憂傷、焦慮和壓力
- 協助病人適應病重、術後、患癌及經歷重大創傷後的生活
- 舒緩長期痛症
- 舒緩長期疾病帶來的困擾及心理影響
- 舒緩焦慮、抑鬱，解決睡眠問題及有關情緒病之徵狀
- 為病人家屬提供心理教育及支援服務
- 緩和悲傷情緒，提升晚期病人的生活質素及安寧

個案 3

我不是頭顱的主人

「梗頸」，原來是一種病。方校長，是一間中學的校長，然而這位 Headmaster，卻笑稱「無法控制自己的頭顱」(I can't master my head)。

原來控制頭顱向左或是向右活動，是靠頸部左右兩組肌肉。這位校長不幸地右邊一組肌肉突然抽緊，另一組肌肉萎縮無法將頭顱移回正中，於是形成他頭顱會突然不受自主地向右轉，「這種情況有時在談話途中發生，有時與人握手期間突然傾側。當這尷尬的事情發生，我只能笑一笑，然後用手將頭顱推回原位，並要一直扶住，否則又向右側。」方校長向李博士說出慘況。

這不是心理病，亦不是精神科病症，誰可幫他？

原來這屬心理治療的範疇。李博士說，透過生理迴饋訓練(bio-feed back training)，利用肌電圖顯示肌肉抽緊的程度，協助頭顱主人鍛煉正在萎縮的肌肉。

經過六個月的生理迴饋訓練，方校長現時已能控制頭顱，重新做回 Headmaster。