

囤積症心理學

郵票、玩偶、模型等相信是不少人收藏的心頭好；然而，如果物品堆滿全屋，雜亂無章，甚至影響家居衛生和引發安全問題，這樣可能並非收藏嗜好這麼簡單。

囤積症於2013年被列入《精神疾病診斷手冊》，正式確認為精神科疾病。與收藏家不同，囤積行為圍繞着一些沒用的東西，例如膠樽、購物袋、別人棄置的家居物件等等，佔據居所大量空間。

筆者曾處理過一宗個案，一位年過七十的婆婆，早年經歷戰火及家人死亡的創傷，慣常收集別人棄掉的東西，由家居用品、食品以

至破舊的衣服，並將其珍而重之，完全不理會家人的解釋和勸阻。

由於這習慣令衛生環境欠佳，婆婆最後不幸患上了嚴重的細菌感染，併發器官衰竭離世。

研究發現，部分囤積症患者的成長過程中均有創傷經歷，例如童年時經歷虐待、物質匱乏、性侵或是成年後喪偶等，而另一部分的患者雖然沒有類似的創傷經歷，卻缺乏一個健康穩固的社交網絡和來自人際關係的情緒支援。

一般人以為長者有較大機會患上囤積

症，但很多研究證實，大部分患者在年輕時已經開始出現輕微囤積行為，而症狀會隨着年齡增長變得更加嚴重和明顯。

患者會藉着囤積物品來填補心靈上的空虛和一直以來缺乏的安全感，因此不難明白，要求患者丟掉所有物品是一件非常痛苦的事情。

面對長者的囤積問題，鄰居會討厭和遠離患者，家人可能會責備他們。

心理學家相信，每一個行為背後都有其原因。筆者鼓勵大家可以理解一下行為背後的成因，或許能對他們多一份包容和理解，協助尋找合適的社福支援，幫助他們重整生活，走出困境。

作者為腦神經心理學專家

www.drsamng.com