

TMS 治療強迫症

「強迫症」(Obsessive-Compulsive Disorder, OCD) 是一種強迫性思維和強迫性行為特徵的精神疾病。患者經歷反覆且不受控的思維困擾，引致焦慮問題。為了減輕焦慮，他們經常重複某些行為。例如，某些患者可能因擔心細菌而不停地洗手，即使皮膚乾裂都無法停止，可見強迫症嚴重影響患者的日常生活。

事實上，強迫症病理可從兩個層面理解。首先，強迫症與大腦內神經傳遞物質的失衡有關，例如血清素 (Serotonin) 和多巴胺 (Dopamine) 水平的異常，導致

大腦神經訊號傳遞障礙，繼而引發焦慮和恐懼，加劇強迫行為，形成惡性循環。其次，長期強迫症狀會改變大腦神經網絡結構，特別是前額葉皮質 (Prefrontal cortex) 和基底神經節 (Basal ganglia) 之間的功能。這些大腦區域負責決策和行為控制，當其運作受干擾時，患者便難以控制思維和行為。

目前，醫治強迫症常見方法包括藥物和心理治療。藥物治療方面，例如血清素相關的 SSRIs 可幫助恢復神經傳遞物質的平衡。心理治療方面，認知行為治療

(CBT) 是常用方法，通過幫助患者重新認識和處理強迫性思維來減少強迫性行為。2017 年，美國 FDA 認可腦磁激療法 (TMS) 用於改善強迫症等問題。研究指出 TMS 改善強迫症效果相當顯著。相比藥物治療，TMS 不會引起疲倦、體重增加或影響性功能等問題。對於藥物治療反應不佳的患者，TMS 更加是個非常可取的替代方案。

最後，雖然強迫症是一種慢性病，但嚴重影響日常生活和人際關係，容易引發抑鬱症或其他心理和精神問題。若你正在受 OCD 的症狀困擾，TMS 是你值得考慮的治療方案。

作者為美國心理學會會員、

執業臨床心理學及腦神經心理學專

www.drsamng.com