



醫療 **青**少年厭食症的成因十分複雜，心理和生理因素往往同時存在，例如身邊很多人嚷著要減肥、個人性格等都有影響，因此治療也必須「身心同治」，而且愈早開始治療效果愈好。

兒科專科醫生梁寶兒表示，部分青少年厭食症患者有一些典型特徵，「例如讀書成績好，做事有『要贏』的決心，重視對自我的認同等，都是十分常見。此外也會受環境影響，例如母親、好朋友都節食，自然增加青少年對進食的抗拒。」

青少年厭食

身心、家庭同治



影響發育

梁寶兒提醒，青少年厭食症對患者影響深遠，「厭食症是在精神科中死亡率最高的一種病，比抑鬱症更高。經常反覆厭食也有可能引致電解質紊亂，心律變得不正常而有生命危險。有些病人更會變成長期及慢性的厭食症，影響發育，而長期營養不良可引致腦部萎縮、皮膚乾旱，以及因體溫過低而長出細毛。」

家長參與治療

青少年厭食症最明顯的症狀是過瘦，從醫生的角度，會以身高體重指數(BMI)為標準，但同時

梁寶兒指若變成長期及慢性厭食症，或影響發育及腦部萎縮等。

會留意患者的體重趨勢，例如原先是肥胖一族，忽然由大碼減至中、細碼，即使BMI仍在正常範圍，也不表示沒有患上厭食症，必須由專業人士全面評估，包括心理評估。梁寶兒指出，治療青少年厭食症，需要兒科醫生、精神科醫生、臨床心理學家、營養師等團隊，而家長更必須參與，而現時科學研究證實最有效的治療師是「家庭治療」。

家人的支持和參與治療，對患者康復很重要。



病人最需要的「藥物」其實是食物。有些病人已進入了暴食—厭食的惡性循環，必須先有足夠的營養，才能把情況扭轉。」梁寶兒續指，治療時家長的角色最為重要。首先應保持和子女的良好關係，避免對抗性辯論。有需要的時候，應向專業人士求助，現時政府、志願組

織等都有提供這類服務。

未有藥物可治

「現時沒有針對治療厭食症的藥物，當然有時也需要藥物輔助。最重要的第一步是先確診，然後，

而具體治療可分為門診和住院兩種，視不同個案而定。以住院治療為例，患者平均留院30至40天，然後可改由門診跟進，整個療程約一年，並非遙遙無期，最重要是盡早開始治療。」