

創傷後壓力症候群(Post-Traumatic stress Disorder)

一、簡介:

創傷後壓力症候群是指曾經歷過或目睹某一種事件，且造成強烈痛苦、恐懼、無助感並威脅到自身或他人而造成嚴重傷害。例如:嚴重車禍、家庭暴力或強暴、在空難或船難中受傷、目擊死亡等。

二、症狀:

創傷事件持續反覆地在腦海中或惡夢出現。當面對類似創傷事件會引起比以前更強烈的心理痛苦或生理反應。創傷後壓力症候群經常出現生理上的徵象，例如:逃避與他人見面、對以前喜歡的活動不再感興趣、焦慮緊張、過度警覺與失眠等。

三、治療:

許多有創傷後壓力症候群的人可經由治療而獲得改善。最一開始的治療方法是心理治療，通常會與藥物結合使用。這些療法將有助於治療與創傷經歷有關的問題。

