



## 微妙的轉變

思覺失調的主要症狀包括幻覺、妄想、思想紊亂。不少患者在出現這些症狀之前，會先出現一些先兆或早期病徵。這階段出現的徵狀並不明顯和難以被察覺。徵狀包括失眠、焦慮、多疑、思想難以集中、社交退縮等。我們稱此狀態為思覺失調傾向，臨床研究指出，三成具思覺失調傾向的個案會在兩年內患上思覺失調病症。若能及早察覺，對治療及康復有很大幫助。



如欲了解更多有關思覺失調的資訊及本計劃，請瀏覽 [www.jcwow.org](http://www.jcwow.org)

電郵地址  
[info@jcwow.org](mailto:info@jcwow.org)

查詢電話  
3917 9559



捐助機構

 香港賽馬會慈善信託基金  
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust  
同心同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER

主辦機構

 Department of Psychiatry  
Li Ka Shing Faculty of Medicine  
The University of Hong Kong  
香港大學李嘉誠醫學院精神醫學系



賽馬會思妍婦女精神健康計劃  
Jockey Club Mental Wellness  
Project for Women

# 思覺失調

## 先兆及症狀



協辦機構

 香港明愛  
Caritas  
HONG KONG



Early Psychosis Foundation  
思覺基金

 香港婦女中心協會  
Hong Kong Federation of Women's Centres

 New Life  
Psychiatric Rehabilitation Association  
新生精神康復會



## 認識思覺失調傾向

### 輕度徵狀

個案在過去一年曾有思覺失調徵狀，但徵狀並未達到診斷標準的嚴重程度和頻率。

徵狀可包括：

- 思想變快或變慢
- 有一些一般人覺得奇怪的想法
- 某些想法過分執著
- 覺得四周的事物出現難以言喻的改變
- 對身邊的人起疑心
- 覺得有人無故想傷害自己
- 覺得他人與事物異於尋常或不真實
- 聽到別人聽不到的聲音
- 看到別人看不見的影像

### 短暫徵狀

個案在過去一年曾患上短暫思覺失調病症，但只持續了七天或以下，並在沒有接受治療的情況下痊癒。



### 家族病歷，明顯功能下降，及情緒徵狀

由於這些先兆往往亦可能出現於其他情況，而且轉變通常緩慢而微妙，因此容易被忽略。

個案近親患有思覺失調病症，同時個案在過去一年有功能下降。

功能下降包括：

- 記憶困難
- 學業成績或工作表現倒退
- 對社交活動失去興趣
- 逐漸疏遠朋友和家人，變得孤立
- 睡眠質素下降，食慾欠佳
- 忽略個人衛生
- 焦慮，煩躁，心情低落以至憂鬱
- 認知功能減退（例如思想混亂，難以集中）
- 興趣和動力減低
- 情感淡漠



先兆期

#### 前期迹象

- 緊張
- 多疑
- 抑鬱
- 焦慮
- 煩躁
- 情緒波動
- 失眠
- 功能下降
- 記憶力及專注力下降
- 社交退縮

#### 後期警號

- 出現不尋常想法，對人起疑心
- 偶爾聽到或看到不存在的聲音或影像
- 思想加快或放緩
- 失去精力和動力

病發

#### 思覺失調病症徵狀

- 妄想
- 幻覺
- 思維障礙