



精神科專科 張漢奇醫生

精神科專科醫生張漢奇表示，自閉症本身是一個發展的障礙，「以前稱 Pervasive Developmental Disorder (PDD)，中文全名『泛自閉症障礙症候群』，現時一般叫 Autism Spectrum Disorder (ASD)，中文全名『自閉症譜系障礙』。自閉症、亞氏保加症等等發展障礙問題，都屬於 ASD，大約每一千人之中便有一個患者。」

儘管醫療科技發達，但自閉症的成因，醫學界仍未有一致看法。現時所知主要和遺傳、家族傾向等有關，很多時小朋友出生後不久，剛學走路，或牙牙學語時，已經會有蛛絲馬跡。「例如，大部分小朋友一歲左右便開始會叫爸爸、媽媽，但自閉症的問題是發展遲緩，語言發展會較差，所以學說話大多會較慢。」張漢奇說。

### 其他早期會出現的跡象包括：

- 1 **狹隘興趣** 例如只喜歡玩欠缺變化或遊戲技巧比較單一的遊戲；
- 2 **固執不變** 處事欠缺彈性，例如堅持行走路線、物品位置等，並對改變產生強烈的情緒反應；
- 3 **重複行爲** 例如重複背誦某些語句，最典型就像鸚鵡學舌，不斷重複其他人的說話，重複詢問相同問題等；
- 4 **說話方面** 由於語言發展遲緩，說話時用的字會比較特別，例如我、你、他等等，這些小朋友經常會搞亂。
- 5 **社交能力** 社交互動能力較弱，尤其是情感交流，無法察覺別人表情等等的示意，與人相處時缺乏眼神接觸或情感交流、甚至抗拒別人接觸身體如擁抱等。

張漢奇表示，隨着年紀漸長，自閉症小朋友在社交方面會逐漸出現困難。很多時，他們會不太想和一群人玩，而傾向於喜歡獨自一個人玩，即使和其他小朋友玩時，也可能會集中追着其中一個人玩，和其他小朋友就沒有什麼交流。「甚至到他們稍為長大，仍然會喜歡和比自己小很多的小朋友玩，而較少和同齡小朋友玩，所以可以說，他們在社交方面和一般小朋友分別很大。」

由於自閉症的表面症狀與其他發展障礙相似，一旦出現自閉症症狀，便可接受篩查，最好可在 18 個月（有可能更早）至 2 歲間，越早接受評估，才能把握黃金期，讓子女及早得到適切治療。

小朋友行為異常，在社交或學習上都出現困難，令不少家長都擔心自己的子女是否為自閉症。有精神科專科醫生指出，家長如有疑問，應及早尋求評估，只有及早評估，才能把握黃金期，讓子女得到適切治療。

# 自閉症礙社交 早評估早治療

## 牙牙學語已有蛛絲馬跡 感統訓練助大部分患者

■ 父母要關注孩子在語言和社交方面的發展。

「暫時並沒有針對性的藥物應付自閉症，因為它並不是一個生理上的疾病，而只是一個光譜，在發展方面出現障礙而已。要幫助他們，關鍵是訓練。例如，採用應用行為分析，以及『結構化教學』。大部分心理學家都會用這類方法，以訓練自閉症患者的思想解讀，近年也很重視『感統訓練』，尤其職業治療師會較多做這種訓練，對大部分自閉症患者有一定幫助。至於藥物，亦在某些方面有幫助，例如若自閉症小朋友同時有過度活躍、比較暴躁、經常發脾氣、自我傷害等等，可以借助藥物減輕，令他們在行為和學習方面有所改善。」張漢奇補充說。

## 遺傳因素較大 再追 B 先諮詢

有家長問，指自己已育有一名自閉兒，下一胎會否面對同樣問題？張漢奇表示，目前產前檢查未能有效發現胎兒可能患有自閉症，「坊間有些人說可以做基因測試，但未見有相關的科學文獻，仍然要深入研究這類測試是否真的有助。」如果生過一個小朋友有自閉症，由於這病的遺傳因素比較大，如果想繼續生孩子，下一個有自閉症的機會會比一般小朋友高，機率大約是 5% 左右。父母可先諮詢醫生詳細了解。



## 均衡飲食 排便「依時」

便秘，永遠困擾都市人。小孩子便秘，可能因揀飲擇食少吃菜；老年人便秘，一般都和氣虛有關，氣虛自然乏力推動大便在腸內的前進。至於一般成年人，尤其女性，便秘也很常見，一般來說，飲食習慣欠佳、精神緊張、睡眠不足、飲酒抽煙，造成身體陰虛火旺，是便秘常見的因素。

便秘基本是眾多因素混雜，甚少是由單一因素形成，唯獨一個成因例外，這是大便習慣紊亂形成的便秘。

很多都市人，因為種種問題，不能定時大便。明明有不錯的大便習慣，到有便意時，卻

因工作、打機至緊張關頭等因素，暫時忍一忍，日子久了，原本好好的大便習慣，變得紊亂了，需要去時沒有去，想去時已去不到了。

久而久之，本應「重見天日」的大便，滯留在肛門口，而大腸本身仍要工作的，工作時需要不停分泌津液，但那些滯留的大便卻吸去了不少津液，把它們蒸發、烘乾，肛門口少了津液，於是便秘更加嚴重，成為惡性循環。

大致來說，便秘的原因始終不離生活習慣和飲食習慣，想減輕這問題就必須從這兩方面着手，尤其定時大便是十分重要的。



李灼珊

香港註冊中醫師 湖南中醫學院中醫內科博士