

## 產前產後情緒病

懷孕和生孩子是人生大事，將為人母者，面對個人及家庭的重大改變，難免有情緒起伏。若這些情緒反應超出正常範圍或出現病態變化，就需要及早檢查和治療。

### 常見症狀

孕婦的精神問題，通常來自懷孕的不適，以致影響飲食和睡眠。有些孕婦因缺乏伴侶的關懷及支援，而感到孤獨無助。分娩後，許多媽媽會經歷短暫的情緒波動，感到憂鬱、想哭、覺得自己無用，大多數在幾天後就會回復正常。但部份媽媽在產後數周內可能出現持續的嚴重抑鬱徵狀，如失眠、食慾不振、焦慮、哭泣、自責、感到無力照顧寶寶，嚴重者甚至可能有自殺傾向。此外，少數人還會出現思想錯亂、幻覺、妄想等思覺失調的症狀。



### 成因

遺傳、精神病史、社會及家庭因素，以及產後生理變化。

### 治療方案

非藥物治療包括心理輔導和陪伴支援，同時確保母嬰安全及適當照顧。藥物如抗抑鬱藥或安眠藥可改善睡眠及情緒，抗思覺失調藥則能消除幻覺或妄想等。經顱磁治療和腦電盪治療也是有效的治療方法。



**跑馬地**  
養和醫院  
香港跑馬地山村道2號養和醫院中院3樓  
電話：(852) 2835 8497  
傳真：(852) 2892 7451  
電郵：mhc@hksh-hospital.com  
www.hksh-hospital.com

**中環**  
養和醫健  
香港中環德輔道中33號1樓  
電話：(852) 2523 7887  
傳真：(852) 2523 7873  
電郵：mhccn@hksh-healthcare.com  
www.hksh-healthcare.com

**北角**  
養和醫健  
香港北角丹拿道8號馮悅3樓  
電話：(852) 2219 9012  
傳真：(852) 2892 7572  
電郵：mhcth@hksh-healthcare.com  
www.hksh-healthcare.com