



Vietnamese
Mental Health Services

Serving the mental health needs & promoting wellbeing of people from Vietnam

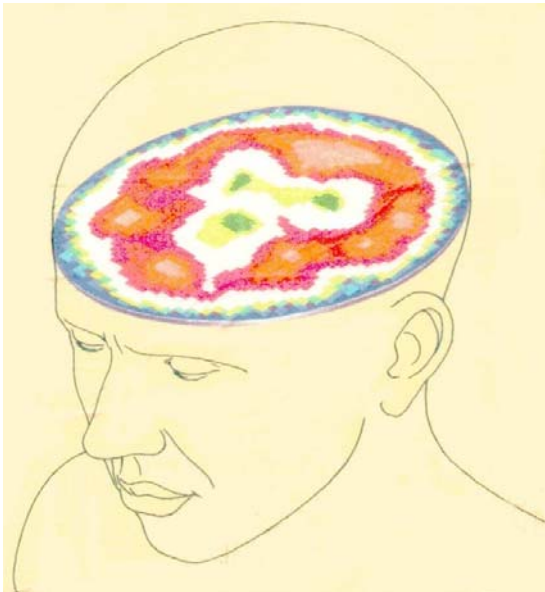
Hội Tâm Thần Việt Nam

越南心理保健服務

Nguyên Do Bệnh Tâm Thần

精神病的原因

Causes of Mental Illness



Bác sĩ Nguyễn Xuân Cẩm biên soạn

中文編譯：梁佩鳳

Lời xin phép trước

Kính gửi Quý Báo, Tạp chí, Tác giả cùng những công trình nghiên cứu Việt Anh Pháp và Hoa ngữ có bài được trích đăng. Chúng tôi mạn phép trích đăng hoặc dịch những bài có giá trị y tế cao nhằm phục vụ đồng hương Việt nam tại VQA trong chiều hướng thông tin giáo dục và quảng bá tin tức không vụ lợi.

預先徵求許可

謹向報紙、雜誌社和各位研究學者，徵求許可轉譯具有價值的報導和研究論文，刊印予本小冊子。其目的是非營利性為來自越南難民社區提供服務、推廣健康教育和知識傳播。

Advanced permission Request

We would like to ask in advance permission of Newspapers, magazines and researchers that have valuable articles or studies published on this booklet. Our aim is to serve the Vietnamese Communities in the UK in terms of publicity, health education, and dissemination of information without making profits.

Nguyên Do Bệnh Tâm Thần

Người Đông Phương thường đồng hóa bệnh tâm thần với bệnh mất trí (điên) trong khi Tây phương lại có cái nhìn bao quát hơn: tất cả bệnh gì không phải là thể chất đều thuộc về lĩnh vực tâm thần. Cho nên việc truy tầm nguyên do cũng có chiều sâu hơn.

Xin đưa ra đây một câu chuyện mẫu:

"Anh B, 38 tuổi, cách nay 3 tháng cảm thấy tinh thần càng ngày càng suy sụp, từ ngày vợ bỏ theo một người đàn ông khác, để lại 2 đứa con 14 tuổi và 10 tuổi cho anh nuôi. Mẹ anh trước kia đã hai lần vào viện tâm thần, một lần vì bị trầm cảm loại nặng, lần khác vì chứng hưng cảm nguyên do không rõ. Lúc anh 13 tuổi thì bà mẹ bỏ các con đi lấy chồng khác, các anh chị em ở với cha không được thương yêu chăm sóc chu đáo nên cuộc sống cũng không có gì gọi là hạnh phúc.

3 tuần sau, vợ anh B. trở về nhà và thú nhận là đã sai lầm khi bỏ anh và vẫn còn yêu anh như trước. Nhưng bệnh tình anh chẳng những không thuyên giảm mà có phần còn nặng hơn vì anh đã có lần nảy ý muốn tự tử sinh".

Đem câu chuyện trên cho các nhà chuyên môn về tâm lý phân tích thì họ sẽ đưa ra nhiều lý do về căn bệnh của anh B. Trước hết là yếu tố di truyền: mẹ bị cả hai chứng suy nhược tinh thần, con cái sẽ có nhiều rủi ro mắc bệnh hơn. Về mặt xã hội, xa lìa các con lúc chúng còn bé sẽ ảnh hưởng về sau đến sự phát triển tâm lý và tình cảm của chúng. Chuyện anh bị trầm cảm vì vợ bỏ là lẽ dễ hiểu, và trở nặng thêm có thể vì gọi cho anh nhớ lại kỷ niệm đau buồn về mẹ mình. Nhưng tình trạng của anh đáng lẽ phải khả quan hơn khi bà vợ trở về với anh, đằng này sự việc đã không xảy ra.

Vậy nguyên do chính của căn bệnh anh B là gì ?

Thực là khó trả lời dứt khoát được, vì như đã thấy ở trên, nguyên do nào cũng có thể là chính cả. Lại nữa, trong khoa tâm thần có hai yếu tố đặc biệt hơn các ngành y học khác.

Thứ nhất là nguyên do nhiều khi rất là xa xưa, ví dụ những gì xảy ra cho một người từ thuở thiếu thời như bị cha mẹ ruồng bỏ hoặc mất sớm sẽ ít nhiều ảnh hưởng đến tinh thần người đó sau này. Thứ hai là một nguyên do có thể đưa lại nhiều hậu quả, ví dụ như đứa trẻ thiếu tình thương của cha mẹ thì lớn lên có thể làm du đảng, đi bụi đời, dễ mắc chứng suy nhược tâm thần hay rối loạn cá tính khác, thường có tư tưởng quỳên sinh; ngược lại, một bệnh tâm thần như trầm cảm có thể do di truyền, do thuở nhỏ bị cha mẹ hắt hủi, do gặp nhiều cay đắng trên đường đời v.v.

Nguyên do có thể có nhiều và có liên hệ với nhau.

- **Di truyền**

Nghiên cứu về yếu tố di truyền dựa trên sự so sánh tỷ lệ mắc bệnh tâm thần của trẻ sinh đôi giống nhau như tặc và sinh đôi thường; tỷ lệ mắc bệnh của thân nhân người bệnh và người bình thường.

Các nhà khoa học cho rằng yếu tố di truyền hiện hữu trong một số bệnh tâm thần như tâm thần phân liệt (bệnh điên), trầm buồn loại nặng, bệnh già lẫn loại Alzheimer v.v.

- **Sinh hóa học (biochemical)**

Qua nhiều nghiên cứu về sinh học, hóa học, dược học và độc dược học, các nhà khoa học nêu ra 3 nguyên do:

- Bệnh tâm thần phân liệt do vì một số bộ phận của não tiết ra quá nhiều chất dopamine.

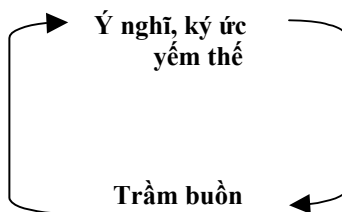
- Bệnh trầm buồn do vì các chất monoamine như noradrenaline và serotonin (5 hydroxy-tryptamine, 5HT) không đủ số lượng.
- Bệnh lẫn loại Alzheimer do vì một số tế bào não bị chết nên chất acetylcholine giảm xuống.

- **Xã hội và tâm lý học**

Những thay đổi, xáo trộn về cuộc sống như dời nhà, chạy loạn, mất việc, người thân qua đời, vợ chồng con cái không thuận thảo, sống cô độc một mình, mang nặng nỗi sầu viễn xứ v.v. đều có thể đưa đến bệnh tâm thần, nhất là những ai đã có sẵn yếu tố về di truyền hoặc sinh hóa.

Riêng đối với người mình thì vì hoàn cảnh mà phải ly hương đến một nơi hoàn toàn xa lạ về phong tục tập quán, mối quan hệ với dân địa phương gặp nhiều trở ngại, công ăn việc làm khó khăn... nói chung, sự hội nhập xã hội mới không phải là dễ nên tỷ lệ bệnh tâm thần có phần cao hơn người bản xứ. Nhưng cũng nhờ truyền thống tốt đẹp của Việt Nam ta, gia đình có nền tảng vững chắc, người nọ nâng đỡ người kia, nên lắm bệnh tâm thần đáng lẽ phải dùng thuốc như người Tây phương thì liệu thuốc tinh thần thôi cũng đủ làm nhẹ đi các chứng bệnh.

Về mặt tâm lý, có một số bệnh trầm buồn, là do có những ý nghĩ sai lầm, phi lý về con người của mình, hoặc từ sự chỉ nhớ đến những lần mình bị thất bại mà thôi, ví dụ như “kỳ thi vừa qua tôi trượt vô chuối, nên tôi chỉ là một người bỏ đi, chẳng làm nên trò trống gì cả!”



Sigmund Freud (1856 - 1939), một nhà phân tâm học nổi tiếng người Áo, còn cho rằng:

- ⇒ Có sự dẫn co, tranh chấp trong vô thức (unconscious) giữa những ham muốn và ý đồ thực hiện, ví dụ ham muốn về xác thịt và sự ngăn trở của luật lệ xã hội, đưa đến sự lo âu, và vì cố làm giảm sự lo âu đó mà sinh ra bệnh tâm thần.
- ⇒ Có sự quan hệ giữa tình thương của cha mẹ đối với con trẻ và sự phát triển về tâm lý của nó sau này, đặc biệt là sự tự tin. Một người không có sự tự tin thì dễ bị suy sụp tinh thần nếu gặp phải cảnh éo le, trắc trở.

- **Các bệnh về thể chất**

Một số bệnh về thể chất cũng có thể gây ra xáo trộn về tâm thần: bứu não, chấn thương sọ não, nhiễm khuẩn, não thiếu khí oxy, tai biến mạch máu não, bệnh về tuyến nội tiết, nhiễm độc, ma túy.

- **Yếu tố thiêng liêng, ma quỷ?**

Người mình thường cho rằng bệnh tâm thần là do ma quỷ phá, do những hành động, cư xử thiếu lễ độ đối với kẻ khuất mặt, hoặc do ông bà khi xưa ăn ở thất đức, con cháu ngày nay phải lãnh hậu quả v.v Cho nên có một số người đã không đem con em đi khám bác sĩ kịp thời, mà đến lễ ở đền nọ chùa kia, nhờ và đồng cốt để chữa trị, cầu xin ông bà hay đáng bề trên rộng lượng tha thứ.

Chúng tôi góp ý là cầu nguyện, cúng vái rất tốt, vì giúp ta tăng thêm niềm tin là bệnh sẽ khỏi. Nhưng điều quan trọng là nên đi khám bác sĩ càng sớm càng tốt để được cấp thuốc, và phải tuyệt đối theo lời dặn của họ

- **Truy Tầm nguyên do**

Ngoài việc hỏi bệnh nhân, thân nhân về quá trình bệnh sử, bác sĩ sẽ tiến hành một số thử nghiệm về máu, về não thủy (cerebrospinal fluid) khi cần.

Ngoài ra, có thêm các xét nghiệm tổng quát như não điện đồ (electroencephalogramme, EEG), chụp X quang, và đôi khi một số phương tiện hiện đại được sử dụng như CT scan (computerised tomography), MRI (magnetic resonance imaging), SPET (single photon emission tomography) v.v. Các phương tiện này vì rất đắt tiền nên hiện nay chỉ có các bệnh viện lớn được trang bị.

- **Kết luận**

Trở lại vấn đề anh B, để tìm nguyên do chứng bệnh của anh, bác sĩ phải xét đến nhiều khía cạnh, đôi khi mất rất nhiều thời giờ và tiền bạc.

Kết quả thử nghiệm cho biết là anh B. bị giảm năng tuyến giáp (hydrothyroidism). Các yếu tố khác, nếu có như di truyền (mẹ bị trầm cảm và hưng cảm), xã hội và gia đình (thiếu sự chăm sóc của cha mẹ, vợ bỏ đi) chỉ là yếu tố đẩy nhanh đến tình trạng của anh.

Yếu tố tạo cơ hội (giảm năng tuyến giáp) + yếu tố đẩy nhanh (di truyền? xã hội, gia đình?) = Trầm buồn.

Tài liệu tham khảo

- *Oxford Textbook of Psychiatry, 1996*
- *Psychiatric Secrets, Mosby, 1996*
- *Psychiatry and General Practice Today, Royal College of Psychiatrists, 1994*

精神病的原因

東方人通常把精神病和瘋狂同化，而西方對精神病的看法相當總體：除身體性疾病之外所有的病症都列入精神範圍。因此探究病的成因都會更加深奧。

請看以下的案例：

三十八歲的乙先生，三個月前他的妻子有婚外情而離開他，留下兩個十四歲和十歲的孩子要他照顧，因此他感到精神一天比一天沮喪。乙先生的母親曾經入精神醫院留醫，第一次是患上嚴重抑鬱症，第二次是患上躁狂症，病因不清楚。在乙先生十三歲的時候，他的母親再嫁，拋棄他們幾兄弟姐妹。他們同父親一起生活，在童年成長中他們缺乏父母愛和照顧，因此失去了家庭幸福。

三個星期後，乙先生的妻子回來向他承認，離開她是她的錯誤，而且她仍然愛他。可惜

乙先生病情沒有減輕反而更加嚴重，因他已經有自殺的念頭。

如果以上提出的案例讓心理專家去分析，他們可以提出許多不同乙先生致病的因素。首先是遺傳因素：母親同時患上兩種不同的精神衰弱症，孩子患病的機率較高。從社會因素來看，父母離棄年幼的孩子會影響他們的心理和情感的發展。乙先生患上抑鬱症是因他的妻子離開他，這因素可以瞭解的事。他的病逐漸加重有可能是回憶起他的母親不愉快的日子。他的妻子回到他身邊本應是一件樂觀的事，可惜事情沒有發生如此。

因此乙先生的真正症因是什麼？

其實難有確定的答案，以上所提到的病因每一個都可以列入病症的主要因素。心理專科有兩種特別致病因素比其它醫科不同。第一個因素是以往發生的事件，例如童年被父母

拋棄或父母早喪多少都會影響他們日後的心理狀況。第二個因素可能帶來不同的後果，例如孩子在童年時缺乏父母的愛，日後可能有結黨和流浪的傾向，同時容易患上神經衰弱或其它人格紊亂症，常有自殺意念；另外，一種心理的疾病例如抑鬱症的病因有可能是遺傳，因童年受到父母的虐待，人生成長的道路上遇到許多苦難等等。

致病的因素有多方面和互相關連的。

❖ 遺傳

研究遺傳因素是根據同性雙胞胎和雙胞胎患病比率；根據家屬有患病者和一般的家庭比率。

專家認為一些現有遺傳性的精神疾病如精神分裂症、嚴重抑鬱症、老人阿滋海默氏病 (Alzheimer disease) 等等。

● 生物醫學 (Biomedical)

經過許多的生物、化學、藥劑學和毒藥學的研究，科學家提出三個因素：

- 精神分裂症的成因是腦的某些部分排出過多多巴胺分泌 (Dopamine)
- 抑鬱症的成因是各種單胺分泌不足，例如甲腎上腺素 (Noradrenaline) 和含于血液中的復合胺 (Serotonin) (5hydroxy-tryptamine, 5HT)。
- 老人阿滋海默氏病 (Alzheimerdisease) 的成因是一些腦細胞衰退導致乙醯膽鹼 (acetylcholine) 降低。

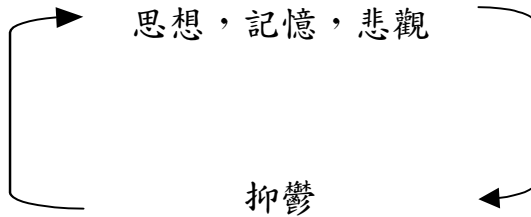
❖ 社會和心理學

社會的因素例如離開家人、走難、失業、失去親人、夫婦和孩子不和諧、孤單的生活、離鄉背井的憂愁等都可能導致心理疾病，尤其是病患者已擁有遺傳或生化因素。

對於我們越南難民來說，因環境逼成要離鄉別井，寄居他鄉，一切風俗習慣和語言都不同，與當地群眾溝通上遇到許多阻礙，就業困難等等，總而言之，融入當地社會是一件

不容易的事，因此我們越南難民患病率是比本地人較高。然而我們東方人有良好的家庭傳統，有穩固的家庭根基，一家人互相支持、協助已經可以減輕病患者的許多病症，因此病患者的服藥量也比本地人較低。

在心理方面，有一些抑鬱症是因個人對自己
有錯誤和不合理的思想，或只記得自己的失敗，例如考試不及格，就感到自己無用，做任何事都是失敗。



佛洛伊德SigmundFreud(1856-1939) 是一位奧地利心理學家認為：

- 個人的潛意識存著慾望和意圖實現行為之間的矛盾，例如個人的性慾望，但為社會

規律所制止而產生矛盾，因無法克服這些矛盾而帶來憂愁，爲了努力減輕憂愁而導致心理病。

- 父母親與兒女的親情關係對他們往後心理的發展都有影響，特別是自信心方面。一個人如果缺乏自信，當面對困境和障礙時就容易導致精神沮喪。

❖ 身體性疾病

有一些身體性的疾病亦會導致心理的紊亂，例如腦腫瘤、腦部受震傷、受感染、腦缺氧、腦血管損壞、內分泌失調、中毒、嗎啡。

❖ 神靈、鬼怪的因素

我們常認爲精神病的因原是由鬼怪的騷擾，對死去的人有不敬的行爲，或祖先缺乏道

德，所以下一代要承受這後果等等。因此有一些家人不帶病人去求醫生診治，反而去不同的寺、廟求神拜佛，求助於巫醫，祈求祖先或上天的寬恕赦免。

這裡提議祈求和拜神雖是一件好事，因為它會幫助增加被治愈的信心。但最重要還是盡快去看醫生，及時診治和要絕對依照醫生的分咐。

尋找原因

在診斷病症方面，醫生不但與病患者和他們的家屬接觸，交談和詢問以了解病情進展的情況，同時進行一些化驗例如驗血，而需要時檢驗腦脊髓液(cerebrospinal fluid)。

另外還有各種不同測試例如腦電圖 (Electroencephalogram EEG)，照X光，甚至間中使用現代的測試儀器例如電腦斷層掃描術 (Computerised tomography, CT scan)，磁

共振造影儀器 (Magnetic resonance imaging, MRI), SPET (single photon emission tomography) 等等。這些新科技成本非常之高，因此只有較大的醫院才有這類的裝備。

結論

再透過乙先生的案例，醫生以不同的角度來診斷致病的原因，因此需要多些時間和經費。

試驗的結果顯示乙先生的甲狀腺機能降低。另外的因素，例如遺傳(母親患上抑鬱症和躁狂症)，社會和家庭(缺乏父母親的照顧，妻子離開)只是觸發他現今病況的因素。

造成的因素(甲狀腺機能降低)+觸發因素(遺傳?社會、家庭?)=抑鬱。

This Booklet is published with the support of:

Department of Health

The City Bridge Fund

Lloyd TSB Foundations

Big Lottery Fund

Lambeth, Southwark & Lewisham NHS



Serving the mental health needs & promoting wellbeing of people from Vietnam

Hội Tâm Thần Việt Nam 越南心理保健服務

25 Fair Street, London SE1 2XF

Phone: 020 7234 0601 Fax 020 7407 7500

Email: info@vmhs.org.uk Website: www.vmhs.org.uk



Charity Registration No. 1001991 — Company Registration No. 2572955