

厭食症：向家人尋求協助

新的厭食症療法對患者的成功治癒率大增

02-18

廿年前，還是一名少女的雪柔·柏根深受厭食症所苦，她當時體重僅五十四磅。不過，她人雖瘦小，卻很愛指揮別人。

「如果食物不是純天然的，她就不肯吃，」她母親卡蘿說，「她會監視我的一舉一動。厭食症患者會變得喜歡操控左右家人，相處起來簡直如履薄冰。」

就厭食症而言，醫療專家會告訴你，柏根一家人的經驗其實稀鬆平常。身心俱疲、備受挫折的家長因應患者的方式是，他們往往只好無可奈何地默許順從，與其勸阻孩子改善厭食的不健康行為，他們寧可退縮卻步。不過，據「華盛頓大學」教授丹尼斯·E·威福利指出，這反倒更助長了厭食症的行為。

多年來，治療厭食症患者的方法都是住院治療，或強制餵食。治癒成功率相當低，因為患者往往返家後又故態復萌。

近年來，個人及家庭治療的研究顯示，治療成功率較高。

而「華盛頓大學」的研究人員正尋求家中有年齡介於十二至十八歲的厭食症患者子女的當地家庭，以參與為期十六週的家庭治療研究。研究內容將包括針對該青少年患者的生活和發展問題與關切事務所進行的家庭討論，以及如改善溝通等教育子女的積極正面的策略。

威福利指出，厭食症患者的家長除了往往相當畏縮地不敢觸碰食物相關議題之外，他們也傾向於迴避討論其他生命中的重要議題，害怕如此可能讓厭食症子女躲得更遠。

威福利表示，「這能教導家長，用正面、支持的態度來談論此事，此外，就此層面來說，這也有助於讓家長融入、成為解決之道的一環。」

02-19

克服疾病

現年卅六歲的雪柔·柏根博士，青少年時期曾五度被送進醫院治療，治療費用高昂，而她之後也總是故態復萌。

她在生活上問題與創傷叢生，且均非她所能掌控。她曾被男性親友性騷擾；參加體操比賽時，不幸背部骨折；很親的祖母撒手人寰；而最好的朋友企圖自殺未遂；她父親也陷入嚴重憂鬱症，還酗酒成癮。限制自己的飲食，成了她唯一能自主掌控的一件事。

「當時我一出醫院，就會立即又停止進食，因為我人又回到了那個引發厭食症的相同環境裡，」她說。

她是在上大學時，克服了這個病症，並接受強迫症治療。此後她成了眼科醫生，也針對厭食症議題舉行公開演講。

她母親卡蘿·柏根認為，復原之路是從女兒住進學校宿舍開始的，因為住宿迫使女兒管理自己的生活，不讓她有機會再操控家人。柏根一家人參與了家庭諮商，也相當有幫助。

「我們從她得病的經驗中得知，大家會怯於談論這個話題，不願開誠布公地談，」她說道，「溝通完全失效，因為大家不願害她不開心。」

如今，雪柔每週日都持續維持和父母共進早餐之約。他們多麼希望，當年面臨處理厭食症的問題時，當時專家們如果能對家庭諮商有更多了解該有多好。

「如果當時我們全家也能獲得協助的話，我認為應該能帶來更顯著的差異，」卡蘿說，「那或許無法加速她的康復，但卻能幫助我們了解如何去因應她所經歷的一切。」