

整形或是 整「心」？

文 / 沈裕智 花蓮慈濟醫學中心精神醫學部主任



一個三十二歲的女性病患，有著吸引人的面貌，身材高挑苗條，目前沒有工作。

「王小姐，你好！怎麼會想來看精神科呢？」

「是家人要我來的。」（一臉不悅）「我覺得鼻子很醜，想再整型，但家人及醫師都覺得不需要啦！……爸爸還罵我是肖仔！」

據爸爸描述，開始覺得王小姐（化名涵涵）怪怪的是在她五專插大後的事。以前她是一個很聽話的小孩，但個性很容易緊張，尤其是考試前。另外，對自己要求很高，常看她回家作業反覆撕了重做，常熬夜。家人以前會勸她不需要這樣，她總是堅持己見，覺得一定要比其他同學做的棒，讓老師注意她。

插大後，第一次考試，涵涵自信滿滿，把重點寫一寫，第一個交卷。考卷發回時，滿分一百二十分只拿了四十幾分，而且還要補考。涵涵覺得不可置

信，拿了同學的考卷來看，發現同學的考卷除了文字敘述，還有很多漂亮的圖解說。剛上大學就如此失敗，她跑到廁所大哭，情緒整理好走向教室，同學問她鼻子怎麼紅紅的？漸漸的涵涵開始注意自己的鼻子，覺得自己的鼻子很難看，於是開始常戴口罩或用原文書等物品故意掩面。從此，涵涵變得孤僻，少與同學往來，加上她是插大生，同學對她也陌生，更是漸漸離群索居了。

大學畢業後，放棄了許多工作機會，最後在家從事網路拍賣，主要是怕接觸人。涵涵省吃儉用把錢存起來，然後遍訪整形外科或耳鼻喉科的醫師，要求他們幫忙美容鼻子。但不論反覆做了幾次手術，涵涵還是不滿意，但開始被醫師婉拒，家人也漸漸不支持她，覺得她是不是有精神病。待在家久了，錢也都花在看醫生，整天像個遊魂，被家人帶來就醫。

幾次的心理治療的過程中，從她在意

的鼻子，慢慢談到與同學的相處，最後談到與父母親的關係。涵涵說從小親戚們都說她很漂亮，嘴巴以上很像媽媽。而媽媽早年因車禍意外往生，而後由父親獨力撫養她及弟弟。小時候她老黏著爸爸，每次有好表現都第一個讓爸爸知道。但爸爸忙，白天要工作，回家還要照顧幾個小孩，分給她的愛只有一點點。涵涵好希望爸爸注意她，一直失望後，變成好希望老師注意她。插大時第一次考試考不好，她絕望了，覺得老師一定從此不喜歡她了；幸好還有醫師注意她，願意幫她矯正缺陷，她把全部希望又放在醫師身上。每次整完鼻子，儘管已經很漂亮了，但人際關係還是一樣沒改善，也交不到男朋友，涵涵又失望了。

見時機成熟，我告訴涵涵，「好像希望別人注意妳的源頭，是小時候希望分到多一點爸爸的愛。都三十二歲了，要不要跟爸爸『分手』啦！」

涵涵：「分手？」（一臉狐疑）

「在小朋友的心理發展上，小男生多會跟爸爸競爭媽媽的愛，小女生會跟媽媽競爭爸爸的愛。你的媽媽早年因車禍意外往生，本來可以獨占爸爸的愛了，卻沒有。對象開始不斷轉移，從爸爸、老師、到醫師，最後好像又回到爸爸。」

涵涵：「爸爸？」

「不是嗎？因為反覆整形這件事終於得到爸爸注意了。」

涵涵沉默不語。

再經過幾次分析後，涵涵更清楚了這

整個心理運作的過程，慢慢恢復了對自己面貌的信心，並且表示了放棄美容的念頭。涵涵目前在某大學擔任助理，應對進退都得心應手，並表示有一位老師最近頻頻對她獻殷勤。

「沈醫師，我終於知道你說的『分手』是什麼意思了！」涵涵說。

涵涵是一個「身體畸形性疾患」患者（Body dysmorphic disorder），此疾病非常罕見，盛行率不到百分之一。根據統計，高達四分之一的患者曾接受整形手術，但手術對於平息他們關切自己的身體幫助不大。在接受整形手術的女性中，約有百分之五到七符合身體畸形性疾患的診斷標準。這種病的患者強烈地認為自己身上有一處或多處器官長得不好看，例如嘴唇太厚或鼻子歪歪的。患者常花許多時間在鏡子前檢查自己的「缺陷」，也常見他們反覆找整形外科矯治這些「缺陷」，術後卻更不滿意，或者抱怨手術失敗要求重新來過，或者把目標轉移到身體其他部位。這些人是心理的疾病，就算手術做得再精良，也幫不了他們，倒是心理治療以及一些藥物如血清素回收抑制劑，會有一些幫助。

如果醫師可以幫助患者了解心理運作的過程，然後逐步鼓勵她改善人際關係，幫助她們重建自信心，把原本專注於自己身體缺陷的心緒拉回來到原本的人際關係處理，依此循序漸進地，可慢慢改善慮身體畸形性疾患對患者造成的困擾。🌱