

危險的 嫉妒



文 / 林杰民 臺中慈濟醫院身心醫學科主治醫師

嫉妒是危險的，是「比較心」和「佔有慾」的產物。病態的嫉妒則可能是罹患了「妄想症」甚至是「失智症」。

當「比較心」產生時，因他人勝過自己而心生妒恨，這樣的嫉妒可能會傷己傷人。像是三國演義中因「既生瑜，何生亮」氣死自己的周瑜，或是童話故事白雪公主裡後母生氣白雪公主比她美麗，而用毒蘋果毒害白雪公主。現實生活中，有些孩子和手足比較父母比較疼誰、工作時和同事比較誰的職位高、薪水多，父母和鄰居比較誰的孩子工作比較好……比較是人之常情，但若是凡事比較，總認為「外國的月亮比較圓」，甚至因比較讓妒恨不斷累積，除了氣他人為什麼比自己好外，也會氣自己不如他人，煩惱必然產生。

愛情裡的嫉妒，則是「佔有慾」作祟。看到女朋友和異性打情罵俏，或是太太看到先生在女性同事面前談笑風生時，心裡面酸溜溜那種吃醋的感覺真不好受。於是談戀愛時不斷查看對方的手機簡訊或是臉書內容，無時無刻要確認你心中只有我一個人。買衣服當成禮物要求對方穿上，事實上是要表示「你是我的」。

所謂情人的眼裡容不下一粒沙，何況是有「小三」。但若是出自於不合乎現實的想像，產生了病態的嫉妒，臨床上則稱之為「嫉妒妄想（delusional jealousy）」或「不忠妄想（delusion of infidelity）」，也有學者把這樣的症狀稱之為「奧塞羅症候群」（Othello's syndrome）。

奧塞羅出自於莎士比亞的戲劇「奧塞羅的悲劇」（Othello's Tragedy），劇中奧賽羅是一名傑出的黑人將軍，但是受到了下屬的設計陷害，開始懷疑自己的太太不忠，最後居然把自己的太太掐死。當發

現是被下屬欺騙後所導致，也拔劍自刎結束了生命。莎士比亞描寫嫉妒是「綠眼睛的心魔（green-eye monster）」，擾亂了奧塞羅的平靜。因此，嫉妒妄想是一種很危險的症狀，當妒火中燒時，對於病人自身和伴侶都有危險性。

例如有些酒癮的病人因長期飲酒，罹患了「妄想症」，除了生理機能失調導致性功能障礙外，居然開始懷疑太太另有外遇男友，輕者質疑怒罵，嚴重者家暴傷人，受暴者除了要注意自身安全外，加暴者也必須接受治療。

年長的父母若開始懷疑伴侶不忠，這時候則可能是罹患了「失智症」。

李老先生（化名）今年七十五歲，被兒子媳婦帶至門診就醫。家人表示，父親原本是一位個性溫和的人，和母親的互動也相安無事。但近一年來變得特別容易生氣，記憶力開始下降，找不到存摺居然會懷疑是孩子們拿走的。更特別是，他開始想像太太和鄰居有外遇，認為太太外出必定是去找她的「男朋友」，常常不讓太太出門，說要和太太外遇的對象「拚命」，然後再結束自己的生命。七十歲的太太每天陪在李先生身邊，和異性的鄰居沒有明顯的互動，被老先生這樣懷疑，也難過得不得了。家人注意到李先生這樣的妄想是不合乎邏輯與現實的，顯然是生病所導致，除了擔心母親的情緒受到父親的影響，也擔心父親的安危，所以連哄帶騙的把李先生帶到醫院檢查治療。

一篇國內研究統計顯示，失智症有一半的病人有「被偷妄想」，四分之一的病人有「被害妄想」，另外約有六分之一的病人有「嫉妒妄想」。有些年長的病人在記憶力還沒明顯下降前，常常說「孩子偷錢、外勞偷東西、老婆偷人」，經過了多年的追蹤，發現病人的記憶力居然不斷的退化，結果是罹患了失智症。

李先生經過了臨床心理師施測完整的記憶力檢查，呈現記憶力不佳的情形，失智症量表也達輕度失智的等級。腦部電腦斷層則呈現腦部萎縮。我詳細地和家屬說明李先生的嫉妒妄想是失智症的相關症狀之一，建議開始服用藥物，也請兒子媳婦務必和母親說明病情，讓母親了解與寬心。

人外有人，天外有天，坦承自己的不完美，接納自己，產生自信，才能處理妒恨的「比較心」。「佔有慾」產生時，要體會愛戀的人終究是一個獨立的個體，唯有己身持續學習，尊重對方的自主意識，才能消除嫉妒，和伴侶一同歡喜成長。另外，發現親人有「嫉妒妄想」時，表示可能罹患了「妄想症」或「失智症」，建議及早診斷與治療，奧塞羅也可以不再是悲劇！🍀