

何謂康復？

康復可被理解為一個建立個人興趣和能力的旅程。就算是患者的病徵未完全消失，亦能夠在新的生活中尋找到新的意義和目標，克服病所帶來的挑戰。康復者能過自主的生活，並依然能實現潛能。無論在工作、學習、生活及心靈方面，仍能活得精彩。

康復同時亦可被理解為病徵減少。在患者服藥後數天至數週後，妄想和幻覺會漸漸減退，但這情況因人而異。有些患者受病徵影響的時間可能會較長，甚至有些已消失的徵狀或會再出現。這些情況可能會使人認為康復的進度緩慢，而感到氣餒、失落和絕望。儘管如此，我們也需積極與醫護團隊反映情況，他們會為患者尋找合適的治療方法。儘管過程可能較漫長，但我們知道思覺失調患者有很大機會能夠康復的。一般而言，服藥一至兩年後大部分患者的負性徵狀也會逐漸減退，開始回復以往的活動和社交生活，患者也有機會再次工作或上學。可是，有部分患者亦有機會一直受到殘餘徵狀的影響，仍可能出現一些，例如疏於自理、對身邊的人或事缺少興趣或動力、言語貧乏、失眠或睡眠過多、情緒暴躁等情況。患者可能難以回復平日的的生活習慣及社交生活。這時，我們除靠藥物的治療外，也可鼓勵患者多參與社區中的活動和技能培訓，逐步適應和面對病所帶來的挑戰。