



# 咬甲癖

習慣性咬手指（咬甲癖）是一種很普遍的現象。咬手指通常始於孩提時，當中可歸納數個原因，包括兒時口腔期得不到滿足或過度抑壓情感等。這行為背後可能蘊藏焦慮及緊張情緒，需要找渠道發洩。

咬手指通常只被視為一種壞習慣，但長期咬手指會出現幾個問題；例如手指甲會變短及變形，甚至引起傷口感染。筆者曾遇過一個十六歲學生，她因為長期受到考試及功課壓力，經常不自主地咬指甲，使她的指甲只有正常長度的一半！筆者也醫治過一位因咬手指引起感染的中年女士，這女士由十多歲開始一直咬手指，至婚後也不能改變這習慣。最近一次咬手指時，不幸被細菌從咬損的傷口入侵，引致手指膿瘡及指骨骨髓炎（osteomyelitis），差點要切除部份指頭。幸好經過幾星期的抗生素治療及手術清創放膿，才能保全手指頭。在她的種菌報告中發現一隻名叫嗜蝕艾肯菌（*Eikenella Corrodens*）的特殊細菌，這細菌存在於人的牙齒及口腔裏面，一旦穿過皮膚進入身體組織，會引起嚴重感染。

咬手指治療需尋找壓力的來源，背後的情緒問題。如有需要可找專業人士幫忙，例如臨床心理學家、社工或精神科醫生進行壓力舒緩及認知行為治療。一旦發生感染情況，例如紅腫甚至有流膿等，應盡快找醫生診治，進行適當治療。

（資料由香港浸信會醫院提供）

**陳永亮醫生**

香港浸信會醫院駐院骨科顧問醫生

opd@hkbh.org.hk

