

# 我發瘋的那段日子



[我發瘋的那段日子 下载链接1](#)

著者:[美]蘇珊娜·卡哈蘭 (Susannah Cahalan)

出版者:行路出版-木馬文化

出版时间:2015-9

装帧:平装

isbn:9789869189729

「完全變了個人是什麼感覺？」

起先，蘇珊娜只覺得左手臂不時隱隱刺痛，懷疑遭到蟲咬，然而除蟲專家徹底檢查住處後掛保證沒有蟲害；她上醫院做了多種檢查，也沒有查出病因。爾後她的異狀越來越多，猶如中邪：頻繁恍神、莫名恐慌、靈魂出竅、動作詭異、幻視幻聽，而且妄想旁人要害她……最後終於住進了醫院。

醫院的精神科、癲癇科和免疫科等各科醫生，安排她做了數百項檢查，結果全部「正常」——然而她精神失常得越來越嚴重，可說完全變了個人，甚至無法寫字和溝通，群醫束手無策之下眼看就要將她送進療養院度過餘生，一名神經病理學家接手了這個個案。這名醫生由於知道三年前才發現的某疾病，正確診斷而救回了蘇珊娜。

從鬼門關回來後，蘇珊娜用她的記者技能，爬梳無數醫療紀錄、雙親的筆記與日記、醫院的監視影片、相關科學著作等，並訪問了周遭親友、同事、醫生及學者，細膩描寫病症的發展、自身及至親的心路歷程，同時介紹神經學領域相關的特殊疾病。她的經歷登上知名醫學期刊，這本書亦引發全球熱烈迴響。

蘇珊娜罹患的病在歷史上可能存在已久，能解釋某些思覺失調（舊譯為精神分裂）及自閉症病例、甚至被視為「中邪」的情形。這本紀錄更新了我們對大腦與免疫系統的認識，使諸多學門的專業人士認識到整合研究資源、分享研究成果的必要。

## 作者介绍:

蘇珊娜·卡哈蘭 (Susannah Cahalan)

高中時在《紐約郵報》實習，展開了她的報導生涯，後來在該報任職超過十年，文章亦曾刊於《紐約時報》、《科學美國人》等媒體。她任職《郵報》時罹患了學術界甫發現兩年的疾病，舉止逐漸失常，險些被送進精神病院度過餘生，所幸後來遇得知名學者正確診斷，得以治癒。

她罹患的「抗NMDA受體自體免疫腦炎」為學界重要的新發現，可望促進我們對於人腦的認識、提升醫療水準，因此《郵報》請她將自己這段故事寫成報導。這篇〈我離奇失憶發瘋的那個月〉(My Mysterious Lost Month of Madness)一發表，引發美國民眾熱烈迴響，因而進一步寫成了這本書。

卡哈蘭的前述報導獲得了「志留紀獎傑出報導獎」，這本書則獲得美國2012年「美好人生書獎」，且榮登《紐約時報》自傳類暢銷書榜第一名，並且暢銷至今，議題持續延燒全球。

她的經歷登上眾多國際醫學、科學刊物，她也以促進全球對這類型疾病的瞭解為終身職志，經常應邀分享罹病、治癒的經過，乃至於後來對此疾病的相關瞭解。

蘇珊娜·卡哈蘭現居美國紐澤西州澤西市。

## 目录: 作者的話

### 序言

### 第一部 瘋狂

#### 第一章 憧人的臭蟲

#### 第二章 穿黑色蕾絲胸罩的女孩

#### 第四章 力挽狂瀾

#### 第五章 冷豔玫瑰

#### 第六章 美國通緝令

#### 第七章 再次上路

#### 第八章 靈魂出竅

這類癲癇的許多患者提到，他們會有一種「似曾相識」的感覺，或是和它相反的「前所未見」的感受，也就是什麼事情都變得很陌生，就好比我在公司廁所遇到的經驗；還會有見到光暈，或是覺得整個世界變得不成比例（又稱為「愛麗絲夢遊仙境效應」），就像我前去採訪約翰·華爾許時，在走道上遇到的經驗；另外還會畏光、對光極度敏感，就像我在時代廣場時發生的那樣。這些都是顳葉癲癇常見的症狀或徵兆。

顳葉癲癇的患者中，有大約百分之五到六的人有過靈魂出竅的經驗，發生時，患者會有看得到自己的感覺，而且通常是由上往下俯視。

顳葉癲癇的患者中，有大約百分之五到六的人有過靈魂出竅的經驗，發生時，患者會有看得到自己的感覺，而且通常是由上往下俯視。

## 第九章 一絲瘋狂

### 第十章 混合發作期

#### 第十一章 優閒

#### 第十二章 詭計

#### 第十三章 佛陀

#### 第二部 時鐘

#### 第十四章 尋找與癲癇

#### 第十五章 凱卜葛拉斯症候群

負責連結視覺影像和情感認知的大腦部位受損時，患者會對人事物產生似曾相識的感覺，或是某種親密感和熟悉感，但就是無法把它們和過去的經驗連結起來。出現這種配對錯誤的情形時，我們的大腦為了要解釋這種情緒不調節的感受，於是便編造出一個又一個精心策劃過的偏執幻想。

#### 第十六章 癲癇後的暴怒

#### 第十七章 多重人格障礙

她的筆還沒停，我就自己宣布：「我有多重人格障礙。」可罕醫生耐心的點了點頭。我挑的是精神病領域裡最具爭議的診斷，現在改名為「解離性身份障礙」，患者會表現出多種完全不相關的身份，而且經常對於自己的其他身份不知情。有些醫生認為確實有這種情形，但有些醫生不認為（特別在極具代表性的患者「西碧」被發現是捏造的故事後）。許多解離性身份障礙患者常伴隨有其他精神疾病，像是精神分裂症。

#### 第十八章 重大新聞

#### 第十九章 大個兒

#### 第二十章 直線的斜率

#### 第二十一章 死神放長假

想知道海馬迴對大腦迴路有多重要，看看除去海馬迴後會造成什麼影響，就明白了。最有名的案例發生在一九三三年，七歲大的亨利·莫雷森（醫界過去一直以H.M.稱呼他）被一輛腳踏車撞倒，導致腦部嚴重受損，此後就經常發生癲癇，而且情況一次比一次劇烈。在他二十七歲時，醫生決定移除他大腦裡看似會引起癲癇的一小部分組織，也就是海馬迴。手術復原後，亨利果然不再有癲癇發作的情形，但也同時失去了產生記憶的能力。手術後發生的事，他就什麼都記不住了。所有新訊息都只能停留二十秒左右，之後便消失了。

#### 第二十二章 美得出奇

#### 第二十三章 納加醫生

#### 第二十四章 免疫球蛋白靜脈注射

#### 第二十五章 藍色小惡魔發作

#### 第二十六章 畫時鐘測試

#### 第二十七章 大腦切片

#### 第二十八章 影子拳手

#### 第二十九章 達爾瑪氏症

二〇〇五年，戴爾瑪醫生曾在神經科學期刊《神經醫學年鑑》上發表過一篇文章，研究對象是四名患有明顯精神病症狀和腦炎的年輕女性。她們都有腦脊液中白血球數量過多、思考混亂、記憶問題、幻覺、妄想，以及呼吸困難等症狀，同時，她們的卵巢也都長了一種名為畸胎瘤的腫瘤。不過，最令人吃驚的，是這四名患者都出現了某種可以和大腦特定區域，特別是海馬迴區域結合的抗體。因著某種不明原因，腫瘤加上這些抗體，為她們的健康帶來了嚴重的威脅。

#### 第三十章 大黃

### 第三十一章 真相大白

一群住院醫師和醫學院學生來到我的病房。帶頭的那名年輕人完全無視於我的存在，開始向那群菜鳥醫師介紹起我的病症。「這個病例相當有趣。」他們眉飛眼笑的聽著，有幾位甚至發出了「嗚」和「哇」的讚嘆聲。

「百分之五十的患者同時發現卵巢有畸胎瘤。如果是這種情況，醫生可能會切除患者的卵巢，以防萬一。」

我父親從椅子上赫然起身。他衝到那個瘦巴巴的年輕醫生面前，用手指指著他的臉。「他媽的，你給我滾出去！現在就滾！」

### 第三十二章 百分之九十

### 第三十三章 回家

就我的狀況而言，再次出現精神病的行為其實是病情轉好的表現，因為復原的過程往往和它的進程是反過來的順序：我先經過了精神病的狀態，才變成緊張症，現在得往回走，才會回復到正常。阿爾斯蘭醫師並沒有事先告訴我們這件事，原因是那時大家不知道會有這樣的發展。要再等兩年，戴爾瑪醫生才會發表文章探討這件事，大家也才普遍明白這個現象。

### 第三十四章 加州之夢

### 第三部 追憶似水年華

### 第三十五章 影片

### 第三十六章 絨毛玩具

### 第三十七章 我心狂野

### 第三十八章 六人行

### 第三十九章 正常範圍之內

她的苦難並沒有因為我出院而結束，相反的，她現在得和這位帶著惡意的陌生人同住，而這位陌生人不但是她的親生女兒，還曾是她最要好的朋友。她承受的痛苦絕對不亞於我，但我沒有展現出一絲同情，反而是把她的痛苦當成是一種對我的侮辱，認為這代表她無法接受因為生病而有缺陷的我。

### 第四十章 小雨傘

我們對額葉的認識主要來自於五〇、六〇年代那些極具爭議的額葉切除手術。其中有一個因為羅絲瑪麗·甘迺迪而惡名昭彰的低劣手法，叫「冰錐」額葉摘除法。過程中，醫生會先翻開患者的眼瞼，然後將金屬錐從眼球上方伸入眼眶，在大腦鑿個數分鐘。這個粗糙的手法會嚴重破壞額葉的神經連結，手術過後的患者可能會有情感遲鈍或小孩子般的行为，有些患者甚至會完全失去思考能力和情感，就像傑克·尼克森在《飛越杜鵑窩》裡扮演的藍道·麥墨菲一樣。

### 第四十一章 大事紀

### 第四十二章 無盡的玩笑

### 第四十三章 NMDA

它和其他類型的腦炎或自體免疫型疾病畢竟非常不一樣。很難找到還有哪一種疾病可以讓患者這麼徹底的失去自我，這麼的接近死亡，但是，在幾個月後竟可以幾乎是毫髮無傷的走了出來。

如果我生病的時間提早個三年，也就是戴爾瑪醫師認識這個抗體之前，結果會不會不一樣呢？三年的時間造成的差別可能是完好的生命、毫無生活目的可言的療養院，甚至是冰冷的墓碑呢？

### 第四十四章 部分重返

### 第四十五章 五個重點

### 第四十六章 病例研討會

### 第四十七章 大法師

對不知情者來說，抗NMDA受體自體免疫型腦炎的患者的確看起來像妖魔鬼怪。想像一下，有個小女孩原本好端端的躺在床上，突然全身開始嚴重抽搐，身體被拋上拋下了幾次後，她開始以陌生而低沉的男音說話，接著她的身體嚴重的扭曲變形，以螃蟹般的姿態下樓，一邊發出蛇般的嘶嘶聲，一邊還濺出血來。這個令人毛骨悚然的場景來自著名電影《大法師》，不過它描繪的情節，就像許多患有抗NMDA受體自體免疫型腦炎的孩子的行為。

### 第四十八章 倖存者的罪惡感

### 第四十九章 光耀門楣

第五十章 欣喜若狂  
第五十一章 逃脫風險?  
第五十二章 X夫人  
第五十三章 穿紫色衣服的小姐  
後記  
原註  
致謝  
· · · · · (收起)

[我發瘋的那段日子](#) [下载链接1](#)

## 标签

科普

心理学

医学与生理

人物传记

蘇珊娜卡哈蘭

社科

生活

成长

## 评论

"說到底，人不過就是各個身體部位的總和，當我們的身體開始瓦解，原本擁有的那些美好德性也跟著煙消雲散。/  
額葉的發展要到二十多歲才會成熟，因此專家認為，額葉成熟與否很可能是從孩子轉換為大人的關鍵。有一件事是肯定的：額葉讓我們有創意、有人性，不至乏味。/  
我們的大腦是很強韌的；

它可以製造新的神經細胞，然後透過大腦分區圖重組形成新的連線/

這種令人驚奇的韌性又稱為神經可塑性/

我可能再次展現那個讓我之所以是我的火花嗎？ /

納加醫師的工作，就是將自體免疫疾病和精神疾病間的關聯往前再推一步。根據他的研究結果顯示，某些形態的思覺失調症、躁鬱症、強迫症和憂鬱症，其實都和大腦發炎有關。 / 有一天你會做好準備，把自己回饋出去，去幫助那些正經歷同樣痛苦的人。"

---

代记录电影。细腻。

---

这属于传记类型吧，女主得了罕见病之后因为逐渐丧失生活机能到最后痊愈，整个过程没有多跌宕起伏，却是娓娓道来那几个月的惶恐和失措。我无法想象去回首看那个连自己都不认识的自己，以及失去的部分记忆，给自己的人生会带来多么大的恐惧和劫后余生。

---

[我發瘋的那段日子 下载链接1](#)

## 书评

finished book on 5 flights. didn't read a page when not in air.. what I like about the book is 1, easy to read. 2, interesting, things related to brain mul-function . 3, reminded me of my own experience. not that I was mad before. i used to go to hospita...

---

[我發瘋的那段日子 下载链接1](#)