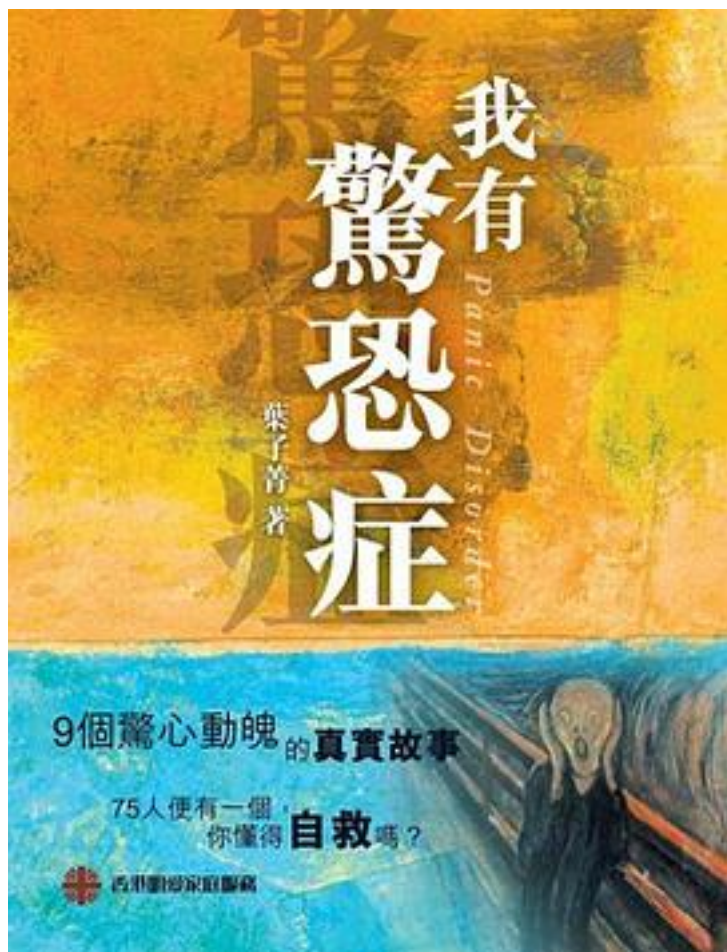


我有驚恐症



[我有驚恐症_下载链接1](#)

著者:葉子菁

出版者:

出版时间:

装帧:平装

isbn:9789881861252

驚恐症是焦慮症的一種，是指一個人經常出現突如其來的驚恐發作。患者因不斷擔憂日後再有發作，及發作的後果，而有可能導致明顯的行為改變。

資料顯示，大概每75人就有一個患上驚恐症。但許多患者因對驚恐症缺乏認知，而延誤治療，令病情加劇，親友亦飽受折磨。

作者葉子菁本身是驚恐症患者，她以無比勇氣公開由尋索、求助，到康復的歷程，還走訪了八位此症患者，其中不少是傑出人士，如《東周刊》社長黎廷瑤、港台創作總監曾智華及資深娛樂記者汪曼玲等。他們借自身的經歷去幫助同路者。無私精神令人敬佩！

本書更透過專家的解說，提供醫治、輔導和預防驚恐症的方法，填補了中文書籍在這方面的空隙。

作者介绍:

作者葉子菁本身是驚恐症患者，她以無比勇氣公開由尋索、求助，到康復的歷程，還走訪了八位此症患者，其中不少是傑出人士，如《東周刊》社長黎廷瑤、港台創作總監曾智華及資深娛樂記者汪曼玲等。他們借自身的經歷去幫助同路者。無私精神令人敬佩！

目录:

[我有驚恐症 下载链接1](#)

标签

焦虑症

焦虑

心理学

想读的书

与

不焦虑

惊恐症

好看

评论

内容详尽，感同身受。

什么意思？ 文章在哪呢

这怎么看

[我有驚恐症 下载链接1](#)

书评

[我有驚恐症 下载链接1](#)