

青海醫院 衛教資訊
認識精神科用藥及副作用處理

常見精神科藥物：

1. 抗精神病藥物
2. 抗憂鬱藥物
3. 情緒穩定劑
4. 抗焦慮、鎮靜、安眠藥物
5. 抗副作用藥物

抗精神病藥物怎麼吃？

精神疾病有如高血壓、糖尿病等慢性疾病，需要長期服藥控制，中斷停藥不但容易造成復發，且每次復發都會加重症狀，使得治療難度越來越大。

精神穩定劑：

抗精神病藥物(Antipsychotic)，又可稱精神穩定劑。

作用機轉：抗精神病藥物會與神經突觸後的多巴胺(Dopamine)接受器結合，阻斷 Dopamine 作用於突觸後神經。

分類：典型、非典型抗精神藥物。

憂鬱症：

人的情緒在生活中不斷地起伏變化，當情緒低落時，體內的神經傳導物質（如：腎上腺素、血清素等等）會適當地調節，讓心情漸趨平和。而憂鬱症患者體內的神經傳導物質卻是失調的。

此類藥物主要為調整情感的神經介質，包括血清素(serotonin, 5-HT)、多巴胺(Dopamine, DA)及正腎上腺素(norepinephrine, NE)。

抗憂鬱藥物常見的誤解：

會上癮？	沒有效果!!
傷肝傷腎？	會改變個性!!
只能用來治療憂鬱症？	心情不穩的時候再來吃就好？
會讓人呆呆笨笨的？	憂鬱好了就要趕快停止吃藥!!

情緒穩定劑：

此類藥物不但對雙極性疾患的躁症有療效，亦對雙極性疾患的鬱症有效，使病人的情感不會太高或太低，故統稱為情感平穩劑。

抗焦慮、鎮靜、安眠藥物：

此類藥物的作用是用來解除焦慮及幫助睡眠，只能做為輔助治療、症狀處理的藥物。

BZD 類：Alprazolam、Clonazepam、Estazolam、Triazolam、Flunitrazepam、Flurazepam、Lorazepam

Non-BZD 類：Zolpidem、Zopiclone、Zaleplon

長期服用 BZD 類藥物，不可自行停藥，以免發生藥物戒斷症狀，尤其短效的 BZDs 更需注意，應與醫師討論後，由醫師決定是否實施減藥計劃。

抗焦慮、鎮靜、安眠藥物常見的迷思：

需要「依靠藥來睡覺」是不好的。	吃多會「習慣」，吃久會「成癮」。
「鎮靜劑」還可以吃，但「安眠藥」則少吃為妙。	

抗副作用藥物：

本類藥品是幫助控制或減輕抗精神病藥的副作用。

此類藥物可用來治療或預防因為抗精神病藥物造成的錐體外徑症候群副作用。

精神科藥物常見副作用之處理：

錐體外徑副作用 (EPS)：

靜坐不能 (Akathisia) - 來回走動、踏步。

類巴金森氏症 (Parkinsonism) - 顫動、動作變慢、肢體僵硬。

遲發性運動障礙 (Tardive dyskinesia) - 超過六個月後發生、頰舌嚼肌症候群、眨眼、類舞蹈症。

處理此副作用方法包括：

等待病人產生耐受性。

給解副作用藥物。

轉換藥物

口乾：

以水漱口、含小塊冰塊、嚼無糖口香糖或酸味硬糖、以護唇膏保持雙唇潤澤。

嗜睡、暈眩：

充分的休息、駕駛交通工具、操作機械需注意；可調整給藥時間，避免與酒精性飲料併用。

視力模糊：

盡量不戴隱形眼鏡避免乾澀、避免長時間閱讀、改善閱讀環境、使用輔助工具、出門時戴太陽眼鏡。

排尿困難：

多喝水、打開水龍頭聽流水聲、洗溫水浴、按摩下腹部、必要時尋求醫師的協助。

泌乳激素增加：

月經不規則、月經不來、乳漏、乳房腫脹、男性女乳、男生性功能障礙等症狀。

維持性的藥物治療是可恢復的。

嘔吐、噁心：

多喝水，將藥物與牛奶、蘇打餅乾或吐司等食物同服，服藥後 30 分鐘內不要立即躺下。可改變給藥頻率或次數或者給予制酸劑(胃藥)。

便秘

多吃纖維的穀類、水果、蔬菜，並作適度的運動，養成固定排便的習慣，按摩下腹部可減少便秘，在醫師的處方下服用軟便劑。

體重增加

養成每天運動的習慣、注意飲食均衡、少吃零食、甜點，不可以任意服用減肥藥。

拉肚子(腹瀉)：

避免喝牛奶。

適當補充水分及電解質。

請醫師處方抗腹瀉藥。

史蒂芬強生症候群

為藥物引起的過敏反應，主要侵犯人體皮膚及黏膜組織。

初期會有發燒、咳嗽、等類似感冒的前兆症狀出現，然後才出現皮膚紅疹。

對懷疑引起此症狀之藥物應予以停用，並立即回診。