

抗焦慮藥物及安眠藥治療之護理指導

一、本院常見的抗焦慮藥物及安眠藥

(一)抗焦慮藥：安定文(Ativan)、立舒定(Lexotan)、贊安諾(Xanax)
利福全(Rivotril)、克癲平(Clonopam)。

(二)安眠藥：戀多眠(Lendormin)、悠樂丁(Eurodin)、宜眠安(Imovane)、
使蒂諾斯(Stilnox)、舒眠諾思(Semi-nax)、樂必眠(Zolnox)。

二、抗焦慮藥物及安眠藥物的作用

(一)改善焦慮不安及緊張感。

(二)改善睡眠障礙。

(三)肌肉放鬆。

三、服用抗焦慮藥物及安眠藥可能出現之副作用

(一)中樞神經：頭暈、頭痛、嗜睡、疲倦、虛弱無力。

(二)心臟血管：血壓改變、心跳加速或心悸。

(三)腸胃道：口乾、噁心、嘔吐、胃部不適。

(四)生殖泌尿道：排尿習慣改變、尿失禁或尿液滯留。

(五)皮膚：蕁麻疹、皮疹及搔癢感。

(六)其他：目眩、畏光、視力模糊。

四、副作用之處理

開始服用抗焦慮藥物及安眠藥可能都會有頭暈、四肢無力的副作用，約1-2週後不適情形會慢慢改善，若感到十分不舒服可與醫護人員討論，以調整藥物，千萬不要因為副作用的產生便自動停藥，如此可能導致疾病復發。

五、服用抗焦慮藥物及安眠藥注意事項

(一)低劑量之抗焦慮藥物可緩解焦慮及緊張感，仍可清醒處理事務，但高劑量則會造成注意力及反應力下降，故服用後須立即臥床休息，等待藥效發揮，避免從事開車或有危險性的機械操作。

(二)服用初期可能出現頭昏不適及四肢無力情形，故需注意步態避免跌倒，不適症狀約1-2週會逐漸改善，若產生不良反應可與醫護人員討論調整用藥。

(三)持續且規則服用藥物，藥物才能在血液中達到治療濃度，避免突然停藥

，以免產生戒斷症狀，如：焦躁不安、手腳發抖、心跳、血壓上升、冒冷汗、耳鳴、頭痛及失眠。

(四)避免飲用葡萄柚汁、酒精類飲品、咖啡、茶及可樂等刺激性飲料，以避免影響抗焦慮藥物及安眠藥代謝，並增加副作用發生之危險性。

六、參考資料

莊佩璇(2014, 9月)·抗焦慮劑·取自

epaper.ntuh.gov.tw/health/201409/project_3.html

陳盈如(2013, 10月)·失眠的藥物治療·取自

epaper.ntuh.gov.tw/health/201409/project_3.html