



精神科藥物副作用的處理方法

精神科藥物治療是治療精神疾病上最重要的一部份，它可迅速控制精神症狀，使病患病情改善，早日康復。但藥物之吸收，因人的體質不同而有所不同的反應，若您出現不適症狀，可以採用下列方式改善：

一、頭暈、步態不穩

- (一)變換姿勢之前，先活動雙腿，慢慢的坐起來或站起來，等未有頭暈時再下床走路。
- (二)環境保持乾燥，穿著堅固防滑的鞋子，預防跌倒。
- (三)扶著欄杆、牆壁走路或使用手杖、柺杖等輔具，走路時步伐勿太大，宜緩慢及平穩前進。

二、口乾

- (一)此常為嘴唇及口內黏膜乾燥所引起，而非體內缺乏水分，所以不需大量飲水。宜少量多次飲水，含水慢慢吞下或嚼口香糖、薄荷糖等。
- (二)使用護唇膏保持潤滑嘴唇；常漱口保持口腔濕潤及清潔。

三、嚴重便秘(三天以上)

多喝水、多運動、多吃綠色蔬菜(如菠菜、青江菜)、水果(如柳丁、橘子、木瓜)及高纖食物(全麥麵包、麥片粥)。

四、嚴重視力模糊或畏光

- (一)暫勿從事耗眼力的工作，例如看報紙或看電視。
- (二)保持環境光線充足、明亮。
- (三)勿操作危險機械或駕車注意外出安全。

五、整天昏睡

養成規律的作息，可以在中午稍作休息，避免騎機車開車，避免從事操作機械等危險工作。

六、小便困難

開啟水龍頭聽流水聲，將手放在冷水中；聯繫醫師，由醫師開立藥物，可使小便困難的症狀緩解。



七、皮膚對陽光敏感

穿長袖衣服、不作日光浴、減少曝曬在陽光下的機會。

八、錐體外症候群

(一)症狀：

- 1.急性陣發性的頭、頸不由自主往側面或用力僵直情形。
- 2.身體扭轉至全身肌肉緊張冒汗。
- 3.口水多，吞嚥困難或講話模糊不清。
- 4.眼睛不由自主往上看。
- 5.四肢僵硬或手腳顫抖。
- 6.坐立不安和無法臥床休息。

(二)處理方式：

- 1.勿驚慌，它通常是暫時性的一種反應。
- 2.切勿自行馬上停藥，如此有時將會使此情況更為厲害。
- 3.宜儘快與醫師聯繫，由醫師評估並調整用藥劑量，或必要時打針，可使症狀緩解。
- 4.注意安全，防止意外發生，並勿自行開車或操作有危險性的機械。

九、記憶力下降

可使用記事本，記錄下欲執行的事項。

參考資料

李欣南、楊淑瑜、蔡馨瑩(2004)·老年人抗憂鬱劑之藥物交互作用·台灣醫學，8(4)，562-572。

Gianfrancesco, F. D., Sajatovic, M., Rajagopalan, K., & Wang, R. H. (2008). The association between treatment adherence and antipsychotic dose among individuals with bipolar disorder. *International Clinical Psychopharmacology*, 23(6), 305-316.