

# 按時服藥的重要性

## 壹、了解為什麼不吃藥的原因

1. 沒有病不需要吃藥。
2. 忘記吃藥。
3. 吃藥後會不舒服（藥物副作用）。
4. 「吃藥沒效果」或者「沒吃好像沒有不一樣」。
5. 吃藥就表示自己是精神病人。
6. 擔心藥物會影響身體健康。
7. 不明瞭服藥的原因及目的。
8. 容易忘記。

## 貳、規則服藥的重要性

1. 藥物可幫助患者穩定情緒，減少視、聽幻覺及不合理的想法、錯誤信念、妄想等症狀的發生。
2. 可預防精神疾病復發、減少再住院及個人生活影響。
3. 長期規則服藥可使患者注意力集中、表達能力改善，與家人、同學、同事衝突減少。
4. 未按時服藥的患者有75%於二年內會重覆住院，其住院率是按時服藥者的4倍。
5. 每次住院都會造成工作及學習能力退化。
6. 急性精神症狀的出現容易與家人、朋友的關係緊張及生活品質下降。

## 參、如何協助患者按時服藥

1. 讓患者了解服藥目的、種類、作用及規則服藥的好處；說明服藥物可能的副作用及因應方法；熟悉正確服藥與評估效果的方法，並隨時與醫師討論。
2. 了解拒絕服藥的原因並給予協助處理，引導正向的藥物觀念，以增強其規則服藥。

## 參考資料

- 徐珽、林靜蘭、黃耀輝(100)·一位不遵囑服藥之情感型精神分裂症病患的護理經驗·弘光學報64期，P33-45。
- 張櫻慈、彭少貞、張玉婷(2008)·從順從治療團體看精神分裂症患者的藥物信念的轉變歷程·志為護理雜誌，8(2)，73-81。

# 認識精神科藥物副作用

## 壹、重要觀念

藥物有其治療作用，亦可能有其副作用。正確使用藥物可達其最大治療效果，將副作用減至最低。

## 貳、藥物副作用及居家處理原則

藥物服用後，可能出現暫時性的副作用，如嚴重干擾日常生活，應盡速告知醫療人員，不宜自行停藥或加藥。

## 參、常見副作用和處理方法

(一)排尿困難：解尿時多等幾秒鐘或聽流水聲以引導解尿；回診時告知醫師予協助藥物調整；多喝開水，每日可飲1500-2000ml，避免泌尿道感染。

(二)頭暈：改變姿勢時，應採漸進式，且動作要輕緩。為預防姿位性低血壓，如本來躺於床上欲站起來，應先採坐姿一會兒，無不適情形再站起來，防止快速變化姿勢造成不適。

(三)眼球上吊：休息一下或將眼睛閉上一段時間，若此情形發生次數頻繁，回診時告知醫師予協助藥物調整。

(四)吞嚥困難（有時會合併流口水）：注意其進食情形，儘量勿食用堅硬固體食物或較難吞食之食物，如硬糖果、麻糬以避免噎食，產生窒息危險。

(五)打瞌睡、想睡、沒力氣：鼓勵多活動，避免白天入睡，此現象大部分於一段時間後會自然改善。若未改善，需評估是否為藥物引起，回診時告知醫師予協助藥物調整。

(六)口乾舌燥：可以清水漱口、經由少量多次攝取足夠水分、嚼無糖口香糖、增加刷牙次數、口含碎冰處理，可使用護脣膏保持嘴唇濕潤。

(七)便秘：增加高纖食物（蔬菜水果），攝取適當水分及養成運動習慣。

(八)視力模糊：此為暫時性副作用。不適期間儘量避免看近物及從事精細活動。

(九)手腳僵硬：（有時走路會呈現小碎步）：避免從事激烈且具危險性之活動。注意環境安全，避免跌倒，若此情形發生次數頻繁，回診時告知醫師予協助藥物調整。

(十) 性慾減退或月經不規則：對健康並無妨害，可和醫師討論，必要時轉診泌尿科或婦產科。

(十一) 體重增加：維持良好的飲食和睡眠習慣；適當運動，減少食用零食或含糖飲料，以減少攝取多餘的熱量。

**肆、當藥物副作用發生時，不宜自行停藥或減藥，建議您回診與醫師討論服藥情形，適時調整用藥，以達最佳治療。**

參考資料

高雄市立小港醫院，2017。

[http://www.kmhk.org.tw/hygr\\_Edu/index2.asp?desc\\_kind=%BA%EB%AF%AB%AC%EC%AF%AF&sub\\_kind=1&sub\\_desc=%BD%C3%B1%D0%B6%E9%A6a](http://www.kmhk.org.tw/hygr_Edu/index2.asp?desc_kind=%BA%EB%AF%AB%AC%EC%AF%AF&sub_kind=1&sub_desc=%BD%C3%B1%D0%B6%E9%A6a)