

## 躁鬱症有甚麼治療方法？

通過藥物，再配合心理治療，可以幫助病人穩定情緒，回復正常生活。由於躁鬱症病人情況比較複雜，部分病人抑鬱與高漲的情緒有可能同時或交替出現，在不同時間又可能有不同的病徵，因此醫生可能會同時處方多種藥物，並不時調校份量，病人應耐心地遵照指示服藥，並將情緒的轉變及服藥後的反應記錄下來，於覆診時告訴醫生，將有助他調配最合適的藥物份量。

### 1. 藥物治療

#### a. 情緒穩定劑

這類藥物的作用是幫助病人穩定情緒，恢復生活的動力。它不是鎮靜劑，不會令人上癮。鋰劑(Lithium)是其中一種傳統常用的藥物，能有效控制躁症，並幫助預防躁症及抑鬱復發，副作用則包括口渴、尿頻、手震及長暗瘡，服用者需定期驗血以測定患者血液中鋰鹽的份量。

丙戊酸鈉(Sodium Valproate)也是情緒平穩劑，有時醫生會以它代替鋰劑，再配合其他藥物一起使用。副作用包括噁心、疲倦、肌肉疼痛、脫髮、體重上升等。其他新一代的情緒平穩劑主要幫助患者長期預防抑鬱復發。

#### b. 抗躁藥

作用是治療躁症徵狀。舊一代的抗躁藥主要是通過抑制中央多巴胺活動來控制躁症，例如氟哌丁苯(Haloperidol)或氯丙嗪(Chlorpromazine)，具強力鎮靜效用，但會引起肌肉繃緊、手震、坐立不安、口乾等副作用。

新一代抗躁藥能與腦部血清素和多巴胺系統互相影響，以改善抑鬱症狀，較少出現上述舊一代抗躁藥的副作用，但它們也有自身的副作用：令人疲倦及體重上升，並可能提高血脂及血糖水平。副作用亦相對較輕。

#### c. 抗抑鬱藥

三環素抗抑鬱藥：以往醫生主要處方三環素抗抑鬱劑，例如阿米替林(Amitriptyline)、米帕明(Imipramine)及去甲替林(Nortriptyline)等，幫助病人調節腦部血清素和腎上腺素功能，達到抗抑鬱效果，副作用包括昏睡、口乾、便秘、視力模糊、小便困難、疲勞、記憶力下降等。

血清素調節劑：屬新一代的藥物，可提升腦部血清素含量，具抑鬱功效，副作用較三環素抗抑鬱劑少。

血清素及腦去甲腎上腺素調節劑：同樣是新一代抗抑鬱劑，通過調節腦部血清素和去甲腎上腺素含量，達至治療效果。

腦腎上腺素及多巴胺調節劑：作用是提高腦腎上腺素及多巴胺的含量，而不會直接影響腦部血清素功能，對血清素調節劑沒反應的病人也適合。

值得注意的是：抗抑鬱藥可以誘發躁狂症發作。

### 2. 心理治療

目前較常採用的心理治療方法是認知行為治療，臨床心理學家會先與病人建立互信的關係，通過改變病人的思想謬誤和不能自控的問題行為，幫助紓緩患者的困擾。

香港精神科醫學院

李永堅醫生(精神科專科醫生)

[drwkle2@gmail.com](mailto:drwkle2@gmail.com)

原文刊載於 Yahoo 專欄