

如何拒絕酒癮-治療篇之衛生教育指導

2012/6/1 制定

✚甚麼是酒癮？

- 一個原發性而慢性化的疾病，受到遺傳、社會心理、環境多方面而影響到他的進程以及表現。
- 會很想喝酒
- 一旦開始第一口酒變會一直想喝下去，也很難減量。
- 對酒精產生**耐受性**：要增加喝酒量來達到以前喝酒的效果。
- 對酒精產生**依賴性**：長期過量飲酒後，一旦停止或減少喝酒，會出現戒斷症狀(包含冒汗、噁心、顫抖、焦慮、坐立不安，甚而幻覺或癲癇)。
- 即使喝酒行為已經出現家庭破壞，健康惡化或違反法律的問題，仍繼續飲酒。
 - 酒癮的身體狀況日漸惡化且危及生命。

✚飲酒者之器官病變：

- 神經系統：中樞神經的危害包括憂鬱症、癲癇、酒癮、精神病、失憶或失智症等。另於周邊神經的危害則最常多發性神經病變。
- 心臟血管系統：心臟病、高血壓、出血性及缺血性腦中風。
- 消化道系統：肝炎、肝硬化、肝癌、食道癌、口腔癌、胰臟炎、胃食道逆流、消化道潰瘍、食道破裂出血等。
- 肌肉骨骼系統：肌肉萎縮，骨頭缺血性壞死。
- 乳癌。
- 生殖系統：性慾降低、性功能障礙、不孕。
- 胎兒酒精依賴症，造成胎兒生長發育遲滯。
- 免疫系統降低造成感染疾病機率上升，如肺結核。
- 皮膚、眼睛與耳部病變。

✚因應與求助：

- 酒癮可以治療：精神科醫師提供藥物減少戒斷不適，協助患者停止喝酒，之後以心理治療，重建生活。最重要的是，要相信自己有能力戰勝這號敵人，千萬別未戰先敗。
- 酒癮的治療階段：早期發現→早期介入(動機晤談/短期諮商)→治療酒精戒斷症狀→復健(認知行為治療)→復發預防。

- 酒癮如同氣喘、高血壓依樣是屬於**慢性病**，須要**長期抗戰**。
- 若懷疑自己或家人有酒癮相關問題，請早期尋求聖母醫院精神科或縣市衛生局協助治療。

羅東聖母醫院 敬祝健康

如何拒絕酒癮-治療篇之衛生教育指導

病歷號碼：_____ 姓名：_____

於下述就醫日期至羅東聖母醫院就診，屆時領取衛生教育指導單張，經醫師或護理人員說明解釋業已瞭解。

| 衛教日期 | 家屬或病患簽名 | 指導者簽名 | 指導方式 | 指導評值 |
|------|---|-------|------|------|
| | | | | |
| 填表 | 指導方式代號說明（可複選） 講述→T1；衛教資料→T2；衛教光碟；示教→T4。 | | | |
| 說明 | 指導評值代號說明 完全錯誤或不會→R1；正確說出部份內容→R2；能完全正確說出內容→R3；能正確執行部份技術→R4；能完全正確執行部份技術→R5。 | | | |