

認識雙相情緒障礙症

雙相情緒障礙症是一種週期性情緒過高或低落的疾病，病人的情緒起伏較一般人大且持續時間長，此狀況會影響其社會、生活與生理功能；在疾病過程，如能對疾病深入瞭解並配合藥物治療，將可有效減低復發的機率。

一、臨床症狀

1. **躁期症狀**：情緒過度興奮、愉悅、精力充沛、睡眠減少、易怒、好爭論、易與人衝突；過份慷慨、熱心、亂花錢；自認能力很強或具超能力；過度或不適切打扮。
2. **鬱期症狀**：情緒低落、表情憂愁、睡眠障礙、食慾減少、興趣減低、絕望、有罪惡感、有自殺意念或企圖、缺乏活動動機。

二、雙相情緒障礙症的病因為何？

雙相情緒障礙症的真正病因仍未完全確定，主要與遺傳、心理人格、環境社會等三項因素有關，且因素間會互相影響。

三、雙相情緒障礙症的病程

1. 研究發現，雙相情緒障礙症的發病與腦內化學物質有關，但病人的情感變化，經常找不出與環境有直接的關連。
2. 一般而言，躁症的發病年齡約在二十到二十五歲之間，鬱症的發病年齡則大約在三十五歲左右。
3. 躁症和鬱症的發作持續時間也不盡相同，通常若不加以治療，躁症的症狀可能持續三到六個月。鬱症的症狀可能長達六至九個月。

四、雙相情緒障礙症能根治嗎？

由於病因不清楚，目前尚未有研究顯示可完全根治，但症狀可透過藥物治療得到控制，病人及家屬若能及早接受適當的治療，規律服藥，不因病情穩定，而自動停止治療，通常可維持正常、穩定的生活與工作。

五、雙相情緒障礙症的治療

雙相情緒障礙症的治療，主要以藥物最有效，常見藥物種類為情緒穩定劑。另外也會依據個人病情，進行精神復健治療、個人心理治療、認知行為治療、夫妻或家族治療等方法。

六、雙相情緒障礙症會遺傳嗎？

雙相情緒障礙症是因體質、心理和環境等複雜的多重因素造成的，由研究得知，雙相情緒障礙症會受到遺傳因素的影響，但有遺傳並不一定會發病。因為除了遺傳體質因素外，個人的年齡、成長環境、適應能力和環境壓力等，都會影響發病與否；因此透過提升病人的心理調適能力及減少環境壓力等兩方面的努力，將可減少發病的機會。

七、家人應以何種的態度來面對病人？

1. 家屬的態度，會影響病人病情的穩定性，對病人宜有更多的關懷、包容、支持與引導，若病人出現情緒起伏時，可鼓勵病人描述其感受，協助病人做情緒的覺察。



當病人感到挫折或不喜歡的情境時，提供陪伴及協助。

對病人不合理的要求，應以堅定、和緩的態度與其互動。

對病人的期望過高，保持耐心。

對病人多鼓勵，勿嘮叨。

參考資料

徐佩蘭(2014)·情感性疾患個案之護理·於林靜幸總校閱，*新編精神科護理學*(二版，15-3-15-14)·台中市：華格那企業。

黃宣宜(2015)·情感障礙症之護理·於黃宣宜總校訂，*新編精神科護理學*(二版，18-1-18-37)·台北市：永大。

院址：600 嘉義市忠孝路 539 號/網址：www.cych.org.tw

諮詢服務電話：05-2765041 精神科急性病房：轉 6650、6651 / 精神科日間病房：轉 6700、6701
護理部 精神科病房制訂/護理指導小組審閱 編號 N005 修訂日期：2016 年 04 月 13 日