

## 酒癮多可怕！廚藝學院講師打人遲到 前途毀於一旦

2021-02-01 15:20 聯合報 / 記者李承穎 / 嘉義市即時報導

+ 醫師



嘉基醫師盧偉信表示，長年喝酒之後，腦部的回路運作會產生變化，需要精神醫療專業介入，才能提高戒酒成功率。圖／嘉基提供

讚 1 分享



陳姓男子原本是某國外知名廚藝學校的講師，廚師前途大好，但他習慣邊下廚邊喝點酒，逐漸越喝越多，一有空檔就有強烈的渴望感想喝，開始整天醉茫茫，工作無法集中，甚至開始遲到、請假，原本大好前途毀於一旦，經過醫師專業評估給予用藥治療後情況逐漸好轉，回到規律穩定的生活。

陳男酒醉時會脾氣爆發，不是打人就是摔東西，也好幾次酒駕而被吊銷駕照，漸漸的家庭開始分崩離析，陳內心也知道該戒酒，但起初被勸說接受治療時，總是回答「我靠我的意志力就好，不需要別人幫忙！」。

嘉基精神科主任醫師盧偉信表示，常聽到酒癮患者說認為「外界的協助、醫療措施都不重要，只要靠自己的意志力就好」，這是一個很嚴重的誤解，固然戒酒需要本身的意志力及動機為前提。

盧說，但長年喝酒之後，腦部的回路運作會產生變化，不自主地產生強烈的渴望感，也常在不喝時產生不適感，由於長年飲酒者腦部回路失調，很難「只靠」意志力就能克服，「其實戒酒的第一步，反而是認知到自己的不足，而願意接受協助。」

目前衛服部已有專案進口戒酒藥物，嘉基已使用一段時間經驗，能幫助飲酒者減少喝酒之渴求感。飲酒者也常併發失眠、憂鬱、焦慮以及肝膽腸胃疾病，酒精的成癮性極高，即使接受專業治療，通常也需長時間才能復原，最重要的是願意接受協助，不怕失敗，則一定有成功的希望。

盧偉信說，不論是飲酒過量或酒癮，都需要精神醫療專業介入，才能提高成功率。先進國家戒酒團體治療行之有年，是戒酒的主要治療方式之一。但國內因精神醫療資源長年缺乏，少有這方面的資源。

嘉基即將開辦戒酒團體治療，預計今年年2月22日開始，每周一早上9點，共8周療程，由專業心理師的帶領，增加飲酒者動機及戒酒技巧，也能有同儕互相支持砥礪的作用，希望能幫助更多有意願戒酒民眾。

※ 提醒您：禁止酒駕 飲酒過量有礙健康