

首頁 » 經顱磁刺激 (TMS) 可助走過憂鬱症低潮 避免耽誤治療時機

健康

經顱磁刺激 (TMS) 可助走過憂鬱症低潮 避免耽誤治療時機



來自 劉芳妃 - 2023 年 7 月 7 日

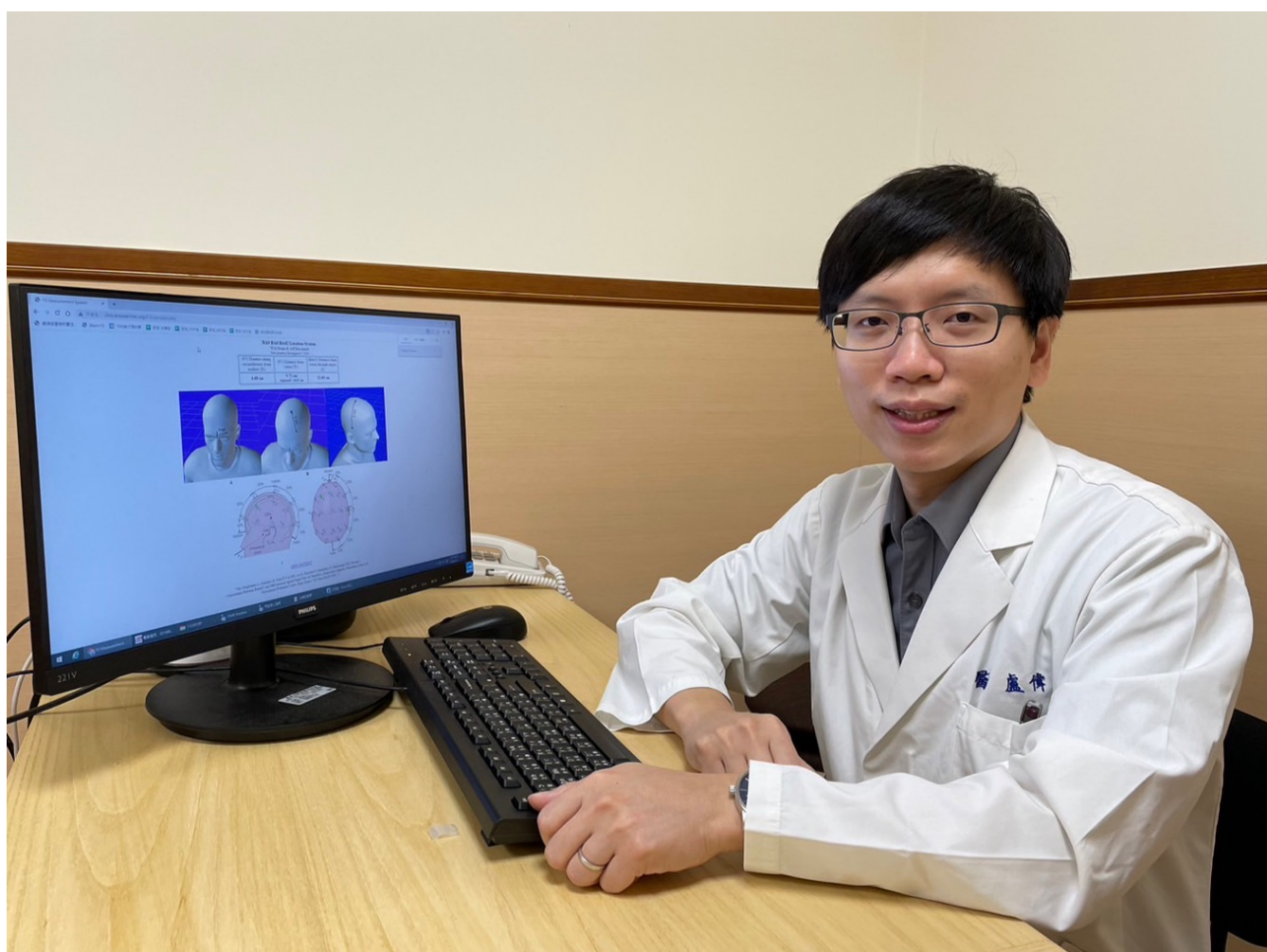
尚無留言



▲經顱磁刺激 (TMS) 透過磁場刺激調節腦部迴路，實證為有效的治療方法。(記者劉芳妃翻攝)

【記者 劉芳妃 / 嘉市 報導】近日，歌手Coco李玟驚傳輕生離世的訊息引起廣泛關注。據家人所述，李玟多年來一直罹患憂鬱症，近期病情再度惡化，最終不幸選擇了自殺。憂鬱症是一種非常常見的情緒疾病，約有五分之一的人一生中會經歷一次。許多知名人士，如JK羅琳、安海瑟威、邱吉爾等，也曾經患有憂鬱症。

可惜的是，很多人對憂鬱症存在著許多迷思，例如將其誤認為普通的情緒低潮，或者認為患者自身心理太軟弱或信念不夠堅強等等。周圍的親友也常常要求患者自己「想開一點」，或者期待「多陪伴就能恢復」。此外，一些人對抗憂鬱症藥物存在誤解，而抗拒使用這些藥物。事實上，純粹的抗憂鬱劑是沒有成癮性和依賴性的。這些誤解都可能耽誤治療機會，導致工作、生活能力下降，甚至發生悲劇。



▲嘉義基督教醫院精神疾病專科醫師盧偉信醫師表示當憂鬱症發作時，單純的陪伴和正向思考是不夠的。（記者劉芳妃翻攝）

嘉義基督教醫院精神疾病專科醫師盧偉信醫師表示，當憂鬱症發作時，腦部的活動和迴路都處於失常狀態，這就會出現情緒低落、缺乏動力、過度悲觀和消極的想法，甚至產生自殺念頭。因此，當憂鬱症發作時，單純的陪伴和正向思考是不夠的。

憂鬱症的病因多樣，個體差異也很大，建議首先請教精神疾病專科醫師以進行正確診斷。如果確診為憂鬱症，通常會使用抗憂鬱藥物或心理治療進行治療。近年來，還出現了一些新的腦部刺激治療方法，如經顱磁刺激（TMS），這是一種經過大規模科學實證有效的治療方法，可以透過磁場刺激調節腦部迴路，啟用腦區功能。國內的食品藥物管理機構已核准TMS用於憂鬱症的治療。嘉基精神科已經累積了相當豐富的TMS治療經驗，統計資料顯示臨床效果與國際研究相當。該團隊還在持續提升專業能力，盧偉信醫師最近獲得了國際臨床TMS專家的認證。嘉基精神科團隊能夠提供憂鬱症患者完整的藥物、心理和腦部刺激治療模式。



▲盧偉信醫師仔細聆聽患者的心聲。（記者劉芳妃翻攝）

在接受治療期間，還有一些自助方法可以幫助改善症狀，例如進行適度的運動，最好是短時間且頻率較高，並具有一定的強度。研究表明這可以加速憂鬱情緒的恢復。此外，睡前聽三十至六十分鐘的音樂有助於改善由憂鬱引起的失眠問題。

盧偉信醫師表示，如果憂鬱症患者能夠經過適當診斷並接受適當的治療，有很大的機會改善病情。他特別提醒，近年來出現了很多新的治療選擇，建議民眾在選擇治療方

法時應選擇經過科學研究證實或經食品藥物管理機構核准的療法，以避免錯過寶貴的治療時機，早日重回正常生活軌道。

TMS治療 嘉基精神科團隊 憂鬱症

為您推薦

更年期亂經？婦產科醫師：小心子宮病灶

2023 年 7 月 10 日