

酒精戒斷症候群

★酒精使用障礙症簡介

一、什麼是酒精使用障礙症：

比預期還大量或長時間攝取酒精，有持續渴望或有強烈慾望要喝酒，導致無法勝任自己的角色功能、破壞原來的生活功能、無法工作、社交人際惡化。造成生理上依賴、戒斷、中毒等症狀。

二、什麼是酒精戒斷症候群：

酒癮者在停止喝酒後 4 - 12 小時內，就會開始出現酒精戒斷症候群（alcoholic withdrawal syndromes）乃指長期且大量酒精成癮者，當減少或完全停用飲酒時，所產生生理上的不良反應；這些反應包括如：腸胃不適、噁心和嘔吐、全身疲倦、易累、心跳過速、流汗多、血壓增高、體溫上升、焦慮與煩躁不安、眼皮、嘴唇與雙手發抖等戒斷症狀。嚴重時可能出現全身性痙攣、意識障礙，以及妄想、幻覺及譫妄等精神病症狀。

三、酒精戒斷症候群會持續多久的時間：

酒精戒斷症候群一般出現在減少或完全停用酒精後 4-12 小時出現，第二天達高峰，然後維持 5-7 天。輕微戒斷症狀可以持續少則幾個小時，3-5 天緩解；重度酗酒者，持續數天或數月。

※以下是酒精戒斷症候群之症狀分類：

症 狀	停酒後所發生的時間
急性震顫 (acute tremulousness)，通常無法靜坐、拿穩杯子、甚至是扣上鈕扣、失眠、輕度躁動、厭食、噁心、嘔吐、緊張、焦慮、多汗、煩躁不安。	6-12 小時內
酒精性精神症狀：幻覺（聽幻覺、視幻覺或觸幻覺）都可能發生	12-24 小時內
戒斷性抽搐、全身性僵直痙攣發作	24-48 小時
酒精戒斷譫妄、幻覺（通常為視幻覺），定向感障礙、心跳過速、高血壓、情緒激動、出汗、輕微發燒	48-72 小時

六、發生酒精戒斷症候群時，提醒您應該注意那些事情：

- (1)隨時須要有人在旁邊陪伴，以預防發生跌倒情形。
- (2)如果病患非常躁動時，可向醫護人員反應，並適時使用約束帶約束。
- (3)注意病患進食的狀況，是否拒食或噎食情形，請隨時向醫護人員反應。

七、酒癮對身體的傷害：

1. 短時間攝取大量酒精可能會造成死亡。
2. 急性出血性脾臟炎或急性腸胃炎。
3. 吸收不良症候群：引起各種維他命缺乏，間接導致神經系統的傷害。
4. 長時間攝取酒精，可能會造成的慢性傷害，如：
 - (1) 肝臟傷害：脂肪在肝臟堆積而形成脂肪肝，酒精性肝炎、肝硬化。
 - (2) 胃潰瘍：引發急性胃出血而危及生命。
 - (3) 神經系統傷害：如周邊神經病變、眼球後神經病變、小腦前葉變性疾病等。
 - (4) 大腦皮質萎縮：部分慢性酒癮者的大腦皮質有萎縮現象，或智力衰退化現象。
 - (5) 其他：心臟血液輸出量、心跳速率及耗氧量增加，引起心肌病變或血小板數下降、貧血。長期酗酒易伴隨肺炎、肺結核，甚至增加消化道及呼吸道惡性腫瘤的發生率。
 - (6) 酒精性胎兒症候群：孕婦酗酒易造成胎兒異常。

八、酒癮的治療：

1. 藥物治療：以藥物治療戒斷症狀，加快排除體內酒精及減弱飲酒行為。
2. 認知行為治療，如：增強戒癮動機、自我肯定訓練、理情治療(避免負向看法)、休閒生活安排、身心鬆弛、教導社交場合拒酒方式。

參考資料

蕭淑貞等 (2019) ·精神科護理概念(10版) ·台北市：華杏。


鄭昌錡等譯(2016) ·麻州總醫院內科手冊 ·台北市：合記。

American Psychiatric Association(2014) ·DSM-5精神疾病診斷準則手冊·香港：合記

若您想對以上的內容進一步了解，請洽諮詢電話：05-2780040轉

精神科日間病房 1507、1508

精神科居家護理師 1509

 天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您

2020年09月校閱