

認識躁鬱症

一、何謂躁鬱症？

躁鬱症是一種長期的情緒障礙進而影響到認知、生理功能、人際交往、思考及行為等方面，稱為情感型障礙疾病（mood disorders）。

「躁」是指情緒高昂、亢奮；「鬱」則是情緒低落，此疾病包含躁症和鬱症兩種，兩者同時出現在病患身上稱為「躁鬱症」。

二、躁鬱症是如何發生？

(一)躁鬱症的病因可能是大腦中的多巴胺、血清素及正腎上腺素等生物胺之功能異常有關，或是鈉鹽滯留，內分泌改變。也可能是心理人格及社會文化或重大壓力、環境變遷等因素誘發。

(二)躁鬱症的發病年齡約於二十至二十五歲間，且第一次發病通常躁期會先出現。

三、躁鬱症有哪些症狀？

(一)躁期時：

情緒過度興奮、愉悅、精力充沛、易怒、好辯、易與人衝突、睡眠需求少、性需求增加、過分慷慨、熱心、亂花錢、自認能力很強或具超能力、意念飛躍、注意力易分散、行事草率、愛出風頭等。

(二)鬱期時：

情緒低落、憂鬱、失眠、食慾減少、反應遲鈍、易孤立自己、社交退縮、絕望、有罪惡感、有自殺意念或企圖，約有 10-15%的自殺身亡率。

四、躁鬱症可以治療嗎？

躁鬱症之發病年齡越早、頻率越高，則預後越差；單純以躁症出現者，較躁、鬱交替出現者預後佳，早期配合治療及規則服藥，能減輕症狀或減少發作次數；不因病情穩定而自動停止服藥，可使病人維持正常穩定的工作與生活。

五、躁鬱症會遺傳嗎？

約 60-80% 的情感型障礙病人具有家族史，尤其是躁鬱症。躁鬱症是因體質、心理和環境等多種因素造成，除體質因素外，個人的年齡、成長環境、適應能力及環境壓力等因素均會影響，因此可由心理及環境兩方面著手，減少發病的機會。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康