

處理藥物的副作用

- 服用藥物後，可能會有暫時性的副作用，如嚴重干擾日常生活時，應該告訴醫生，而不能自行停藥。
- 最常見的副作用和處理方法：
 - 口乾：多喝水、漱口、每天刷牙。
 - 便秘：多吃纖維的穀類、水果、蔬菜。
 - 視力模糊：暫時性的，可請醫生給眼藥水。
 - 體重增加或減輕：良好的飲食和睡眠習慣，適當的運動，少吃零食。
 - 頭暈：從床上站起來時，要慢一點。
 - 迷迷糊糊昏昏欲睡：暫時性的，此時不要開車或做要集中注意力的事。
 - 性慾減退月經不順：可和醫生討論。
 - 嚴重者應立即送醫。

家庭是人類最溫暖的歸宿，因此家屬應盡量學習照顧病人的適當方法，千萬不要放棄希望。



聖保祿醫院衛教單張網頁 QRCode

護理部印製

諮詢專線：(03) 3613141 轉 7785 .7786

109.02 版 824970 B4-080

精神科衛教系列(5)

如何協助病人康復

如果我們學會了解他們，懂得如何與他們相處，我們將會發現，原來他們是一群可愛的人。



沙爾德聖保祿修女會醫療財團法人

聖保祿醫院

協助病人服藥

- 精神病患需要長期服藥。即使在沒有症狀時，仍需服用低劑量藥物，以預防再復發。

處理日常生活的問題

- 病人可能因為情緒高昂，活動量大，或缺乏食慾而造成營養不良，所以要注意病人飲食均衡。
- 如果病人失眠，可以告訴醫生，請醫生幫忙。
- 家裡盡量不放刀子、火柴、煙灰缸、皮帶等危險物品，以免發生意外災害。

適應他的症狀

- 接納病人經歷，耐心傾聽想法，例如告訴病人：『我知道你聽到一些我們沒有聽到的聲音，如果它很困擾你，不妨說給我聽聽，好嗎？』
- 當病人有幻聽或妄想時，不必與他爭辯，不妨接納他，但可不認同。
- 提供現實感，例如：當病人說床下有蛇時，不妨跟他一起去看看，再告訴他：『我想你看到蛇一定很害怕，能不能說說你的感覺？』
- 分散病人對幻聽的注意力，例如：與病人聊天，讓他看電視、聽收音機或作戶外運動。
- 慢性病人殘留的症狀，包括傻笑、自言自語、怪異行為、懶散等，這是疾病造成的，不容易消除。

慢慢改變他的行為

- 為了去除病患不適應的行為，給予鼓勵或獎賞其他正向行為，比處罰或責罵來的恰當。
- 用病人喜歡的東西或事情來獎勵他。〈如用稱讚、零用錢、禮物、陪他散步..等〉。

