

## 精神科衛教系列(9)-出院照護指引

### 一、我們的叮嚀：

- \* 定期門診追蹤、按時服藥
- \* 維持規律生活作息、適當運動
- \* 與人互動、參加社交活動
- \* 病情變嚴重需立即就醫

### 二、自我覺察、早發現、早處理

- \* 幻聽/視幻覺
- \* 妄想/混亂/胡思亂想
- \* 注意力不集中/不安
- \* 失眠/早醒/中斷/入睡困難
- \* 情緒高昂/煩躁/易怒
- \* 情緒低落/想不開

### 三、辨識危險警訊：

- \* 話多/好花錢/計畫多
- \* 對事物失去興趣/無望感
- \* 傷害自己-自殺意念/行為
- \* 傷害他人-攻擊/破壞行為
- \* 常弄錯時間、地點、人



諮詢專線：(03) 3613141 轉 17785、17786 (7C 病房)

護理部製 115.03

