

# 憂鬱症研究報告

50421 呂欣玫

# 憂鬱症的分類

---

- 1. 重鬱症:嚴重影響工作和生活
- 2. 躁鬱症鬱型:有憂鬱症狀和躁鬱症狀
- 3. 輕鬱症:經常不開心但不至於影響生活
- 4. 季節性憂鬱症:秋冬之際特別嚴重,如:嗜睡、倦怠



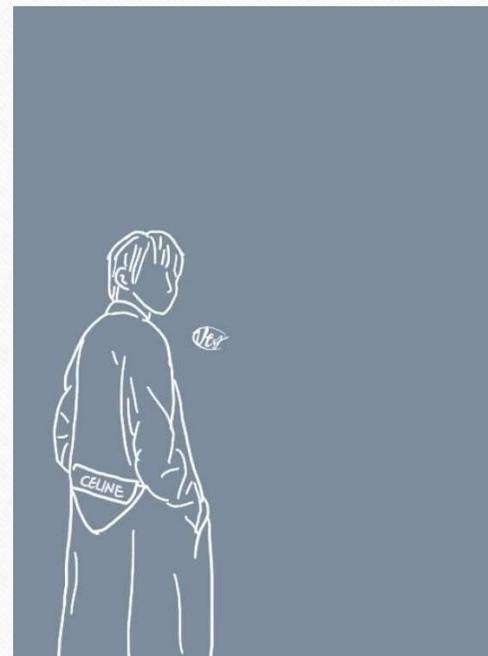
# 憂鬱症的病因

- 1. 生理因素:遺傳因素、神經傳導介質
- 2. 個性因素:神經質、無自信心、凡事求完美
- 3. 環境因素:遭遇重大打擊，如:親友亡故
- 4. 身體疾病:腦中風、心肌梗塞、甲狀腺機能異常



# 男人憂鬱症

- 因強烈失落感產生自我認同的危機
- 例如：事業成就和理想有很大差距
- 家庭結構變化
- 失去吸引異性的魅力
- 身體健康產生危機



# 女人憂鬱症



- 1. 經前情緒低落症:容易暴躁易怒、注意力無法集中
- 2. 產後憂鬱症:因荷爾蒙的改變及照顧小孩的壓力造成,症狀如:  
食慾下降、情緒不穩、失眠
- 3. 更年期情緒障礙:頭痛、焦慮、憂鬱、易怒和記憶力減退
- 4. 墮胎後遺症

# 青少年憂鬱症

- 因不喜歡自己及學業壓力造成
- 例如:情緒起伏大、易怒，嚴重可能導致自殺



# 兒童憂鬱症

- 影響: 一種腦部或者精神上的疾病，影響兒童的感受、思考和行為
- 症狀: 活動力突然遲鈍
- 特性: 多半不會自動痊癒



# 老人憂鬱症

- 1. 假性憂鬱症：失眠、食慾不振、情緒低落、便秘等
- 2. 出現妄想：非常悲觀，嚴重者會有被害妄想、輕生等
- 3. 焦躁不安：坐立難安地來回踱步，不想與人交談
- 4. 呈現癡呆：意志力低落、判斷力遲鈍、記憶力衰退



# 治療方式

- 1. 藥物治療：抗憂鬱劑為主，主要在幫助恢復重要的生理功能
- 2. 電擊治療：當憂鬱症狀的嚴重度很高時使用
- 3. 心理治療：又稱為「談話治療」，能提升自信心、減輕身心壓



# 藥物治療

---

- 1. 三環類抗抑鬱藥：這類藥物已使用多年，但由於所引起的副作用較多而且較嚴重，現在通常不建議作治療抑鬱症的第一線藥物。三環類抗抑鬱藥包括阿米替林、氯米帕明、米帕明和去甲替林。
- 2. 單胺氧化酶抑制劑：這是另一類較早期開始使用的抗抑鬱藥，會產生種種副作用。通常在其他類別的抗抑鬱藥藥效不彰時，才會使用這類藥物，例子包括嗎氯貝胺。
- 3. 選擇性血清素再攝取抑制劑：這類是最常處方的抗抑鬱藥，不單較其他類別安全，一般引起較少副作用，例子包括氟西汀、帕羅西汀、舍曲林、西酞普蘭和艾司西酞普蘭。
- 4. 非典型抗抑鬱藥：這類藥物不能歸入任何抗抑鬱藥類別，因此稱為非典型抗抑鬱藥，例子包括安非他酮和曲唑酮。

# 藥物副作用

- 1. 三環類抗抑鬱藥:頭暈、心神不寧、睡眠失調、煩躁不安、焦慮、視力模糊、便秘【心傳導阻滯、心律不正或心肌梗塞初期康復或嚴重肝病的患者不應服用】
- 2 單胺氧化酶抑制劑:頭暈、體位性低血壓、腸胃失調、頭痛【避免與一些含有蛋白質酪胺酸的食物和飲品(例如啤酒、酒、朱古力和芝士)同服，否則可能會令血壓顯著上升】
- 3. 選擇性血清素再攝取抑制劑:性欲減退、焦躁不安、失眠
- 4. 非典型抗抑鬱藥:頭痛、失眠、味覺失調【孕婦或計劃生育的婦女慎用，因為有增加胎兒先天性心血管畸形的潛在風險】

# 面對憂鬱 能做什麼

---

- 1. 好動狂躁型: 摔東西、打人 / 不要言語刺激當事人
- 2. 碎碎念念型: 到處訴說自己有憂鬱症 / 多聽病人說
- 3. 封閉烏雲型: 不跟他人訴說, 不願治療 / 無法控制

謝謝各位



Thank you everyone.