

酒精濫用與酒精依賴

酒精濫用是指不適當使用酒精，造成日常生活受影響；酒精依賴則指飲酒後發生生理、心理依賴，酒精耐受性增加，並在停酒後發生戒斷症狀之狀態。

酒精戒斷症狀

1. 出現雙手、眼瞼、舌頭顫抖；焦慮、頭痛、失眠、厭食、冒汗、全身虛弱等，1-7 天達到最高峰，另外有可能合併脈搏加快、血壓升高、酸中毒等情況。
2. 部份病人會出現震顫性譫妄，症狀如意識混亂、瞳孔放大、胡言亂語、定向感障礙、視幻覺、觸

幻覺，以及激躁不安或嗜睡、類似癲癇大發作的抽搐、攻擊行為等，若未治療其致死率約 20%。

酒精濫用與依賴的治療

一、就醫時提供的治療與護理措施：

1. 監測體溫、脈搏、呼吸及血壓的變化。
2. 維持體液及電解質平衡，尤其是體液補充、輸出入量與營養狀態的監測。
3. 提供藥物治療，減輕戒斷反應或併發症發生。
4. 監測意識狀態，躁動或混亂者必要時提供保護性約束。
5. 注意安全防範，避免自傷及傷人。

6. 減少環境刺激，促進休息及睡眠。
7. 恢復期階段，經醫護說明與指導下病人、家屬可嘗試自費戒癮藥物。

二、家屬可提供的協助：

1. 鼓勵並協助參與、支持並配合醫療計畫。
2. 提供情緒支持，保持非批判性態度，鼓勵表達內心感受。
3. 引導面對現存問題，與之討論酒精濫用的誘因和影響及其後果。
4. 同理感受，對其妄想內容不予之爭辯，適度提供現實感，提供安全保證，減輕焦慮。
5. 討論戒除的可行方法，協助訂定合適目標並評值成效。

6. 協助共同面對問題並學習問題處理能力與技巧，鼓勵以合理、可被他人接受之方式處理內心衝突及壓力。

三、建議酒癮患者可參加的治療活動

1. 透過自我肯定訓練參與，重建自尊及自我概念。
2. 參與社交技巧相關課程，可促進及改善社交能力。
3. 轉介酒癮匿名團體(A.A.)或宗教輔導機構，透過團體重新學習人際互動與問題解決技巧，其議題包括成癮的概念、對身心社會的影響、預防再犯、溝通技巧、主見訓練及放鬆練習等，利用團體提供分享、支持與回饋，並運用動機式晤談法及現實治療，提升

戒治動機及治療成效。

4. 視需要而定參加夫妻治療、家庭治療或其他復健活動。
5. 尋求社會資源協助、建立密切支持網絡等，以持續性追蹤照顧。

酒精濫用與 酒精依賴的治療



中山醫學大學附設醫院-護理部

Chung Shan Medical University Hospital

♥♥♥♥♥真誠的關心您♥♥♥♥♥

諮詢電話：

大慶院區 04-24739595 轉分機_____

中興院區 04-22621652 轉分機_____

生效日期：102/03/15
檢閱日期：105/07/31

修正日期：102/03/15
編號：T-PSY-005