

高雄榮民總醫院臺南分院

酒精戒斷症候群



一、何謂酒精戒斷症候群？

長期飲酒的患者，突然停酒或減量時，容易於 6-12 小時之內出現『酒精戒斷』症狀，如噁心、嘔吐、全身疲倦、心跳過速、盜汗、血壓及體溫上升、煩躁不安、眼皮、嘴唇與雙手發抖等戒斷症候群。嚴重時可能出現全身性痙攣、意識障礙，以及妄想、幻覺及譫妄等精神病症狀。

二、酒精戒斷症候群之病因

酒精是中樞神經抑制劑，可以改變人的意識狀態、知覺、運動等功能；酒精主要由肝臟新陳代謝，並改變肝臟以及許多器官的功能。由於這些藥理特徵，使得酒變成會傷身，但它是最容易取得、易被濫用的物質。臨床研究結果遺傳、體質、新陳代謝、身體疾病等都和酒精濫用有相關，另外文化、個人面對的壓力、家庭社會等因素也在酒精濫用過程中扮演重要角色。

1. 少量飲酒時會出現欣快感。
2. 長期大量飲酒時則會抑制興奮傳導物質分泌。
3. 突然停止飲酒時，興奮傳導物質分泌增加，造成患者自律神經過度興奮。

三、酒精戒斷症候群之症狀

1. 剛停止喝酒時，一般而言在停止喝酒（或少喝）數小時內會出現不自主的發抖（尤其是手部發抖）、出汗、噁心、嘔吐、焦慮不安、緊張、坐不住、煩躁、激動、失眠、腹瀉。
2. 停止喝酒12至48小時，除了上述的症狀外，還會有血壓上升、心跳

加速、呼吸急促。並可能引起癲癇發作，病人描述多半為突然的失去知覺、昏倒、全身性的抽搐與僵直（而非只有局部抽痙），有時伴隨口吐白沫與眼部發直。

3. 停止喝酒24小時至五天，除了上述所有的症狀外，還包括可能出現視幻覺、聽幻覺、觸幻覺、思考混亂、意識模糊、注意力不集中、神智不清，認不得人、時、地，胡言亂語，不知道自己在做些什麼的狀態

四、酒精戒斷症候群之後遺症

酒癮者常有營養不良及維他命缺乏的情形，維他命B群的缺乏常導致周邊神經變性，維他命B1缺乏常導致酒精性失憶症候群，及科沙寇夫症候群(Korsakoff's syndrome)這類病人常表現出嚴重的記憶障礙，也可能緊接著發生韋尼克斯腦部變性，表現出神經學上的障礙，如混亂、運動失調、眼球轉動異常等。

酒癮在身體方面產生的問題，以肝機能障礙最常見，包括脂肪肝、肝炎、肝硬化等；其他的身體問題如食道炎、胃炎、胰臟炎、心肌變性、肺功能改變、骨質疏鬆、貧血、免疫系統受損、周邊神經病變、腦部受損，顯然任何器官都難逃酒精的殘害。

五、酒精戒斷症候群之治療

(一)戒斷期:保持體力，維持電解質平衡。

1. 藥物治療：若有酒精戒斷現象如顫抖、失眠、焦慮不安等症狀，使用鎮靜劑可以減輕焦慮與興奮，並促進睡眠。
2. 飲食：提供高碳水、高維生素飲食4提供安靜的環境，預防跌倒，減少非必要的會客(對光、聲音、活動較敏感)

(二)穩定期:

1. 團體治療：參加酒癮匿名團體或宗教輔導團體，能協助改善面對生活問題處理能力及人際互動，學習放鬆訓練及溝通技巧，並藉由戒酒同性質團體分享，產生持續戒酒動力及支持的力量，提昇解決及環境適應能力，達成戒酒的動機與目的。
2. 職能治療：運用職能治療活動促進人際互動及社會功能，以達到復健治療的效果，幫助病人適應社會環境。
3. 家庭治療：家人方面也可以給病人一些心理支持及諒解的話，對整個家庭的氣氛及彼此間的關係會更有助益。如家人可鼓勵病人一同參與治療酒癮團體，或更深入進行家庭治療，建立密切支持網路，以持續追蹤照顧。

六、結語

酒癮者在門診是相當常見，尤其是因睡眠障礙而來就診的病人更應評估是否有酒癮的問題。過量飲酒不僅會造成個人健康的危害，更可能造成家庭或社會上的困擾。當然酒癮者通常在生活、身心或經濟上可能本來就承受比較大的壓力，即使戒除酒精後應該也有很大的機會再次酒精上癮，所以戒酒不能單純使用藥物，要給酒癮者一些精神上的支持並增強戒酒的動機，例如介紹戒酒相關的社服團體給酒癮者認識，或是請戒酒成功的親友來鼓勵酒癮者。如果只靠口服藥物仍無法成功戒酒，應該將有意願戒酒的酒癮者轉介至精神科並評估是否有住院治療的必要性



高雄榮民總醫院
臺南分院

K • V • G • H
Tainan Branch

關心您

護理部製作PS05