

关于服用抗抑郁药物，我还需要了解其它哪些信息？

抗抑郁药物可以增加自杀的风险，特别是在您第一次开始服药或者当您增加您所服用的剂量或分量时。如果您的抑郁症有恶化或者您想伤害自己，就要立即联系您的医生。

抗抑郁药物可以导致一种称为5-羟色胺综合症的罕见副作用。5-羟色胺综合症的症状有：

- 感觉迷惑
- 出现幻觉。有幻觉的人会看到、听到、感觉到、闻到或者尝到并非真正存在的事物。
- 感觉不安或焦虑
- 快速的心律
- 血压改变
- 发烧
- 感觉不舒服和呕吐
- 肌肉僵硬或颤抖
- 抽搐或痉挛

如果您出现任何这些症状，立即联系您的医生。

药剂师和药物专家也可以帮助提供关于抗抑郁药物引起的副作用的信息；但是，只有您的医生可以作出任何用药方面的改变。

记录您的症状以及任何由药物引起的副作用。当您去看医生时带上这些笔记记录，如有需要可向医生提出问题，获取关于抗抑郁药物如何对您产生作用的更多信息。

朋友和家人在提供支持和关爱方面很重要，但是可能无法就您的问题给出正确的答案。每位病人都是不同的。因此，互联网上提供的信息并非所有都正确而又适合您的病情。

避免或限制使用酒精（红酒、啤酒以及烈酒，包括鸡尾酒），烟草或其它药物。酒精、烟草和其它药物会影响您的药物发挥作用的方式。

有多种语言版本的《服药助手》(Medimate)小册子可以跟您的医生和药剂师一起帮助您了解及使用抗抑郁药物、或其它药物。这本小册子和其它有用的信息在全国处方服务署（NPS）的网站 www.nps.org.au/translated-health-information-about-medicines 下载。

我认识的人中也有患了抑郁症的。我应该把我的药物给他们吗？

切勿跟其他任何人分享您的药物。您的药物是根据您的症状处方，以符合您的病史需求的。您的药物对其他人可能有害。

如果您有认识的人似乎有跟您类似的症状，要鼓励他们去看医生。

如果我在说英语方面需要帮助该怎样做？

如果您在跟医生或药剂师沟通时有困难，请寻求传译员帮助。要使用专业的传译员，而非家人或朋友。他们受过理解医学术语的训练，同时会被要求对信息保密。

您的医生或药剂师可以致电131 450联系翻译及传译服务处（TIS）。这项服务是免费的，每天24小时、每周7 随时提供。

这份小册子提供一般性的信息，并不包括所有可能的副作用或所有的药物品牌。

什么是抑郁症？

抑郁症是一种精神疾病，会对身体和精神健康造成严重的影响。

抑郁症的症状包括：

- 几乎每天的大部分时间都感到伤心
- 对以前享受的活动失去兴趣
- 精神不振
- 睡眠习惯改变
- 胃口改变
- 性欲改变
- 感觉没有希望、无助、没有价值或者内疚
- 无法集中精神或做决定
- 烦躁或愤怒情绪加剧
- 焦虑情绪加剧
- 想到死亡或自杀

如果您至少有两个星期的每天大部分时间都出现这些症状，那么，您就可能患上了抑郁症。

抑郁症有多普遍？

在澳大利亚，抑郁症是一种很普遍的疾病，更常见于女性身上。所有年龄段的人都可能患病，包括儿童和年轻人。

抑郁症的病因是什么？

抑郁症的确切病因尚不详。众多因素与抑郁症有联系，包括：

- 抑郁症家族病史
- 令人烦恼的情况，如失业、人际关系问题、孤立或者丧亲
- 其它疾病

有时，抑郁症会在没有明显原因的情况下出现。

有哪些针对抑郁症的治疗方法？

抑郁症是可以治疗的。以下列出了一些治疗方法：

- 抗抑郁药物可以帮助患有抑郁症的人士。长期服用时，这些药物可以有效预防复发。只有医生可以处方这些药物，包括您的家庭医生或者精神科医生。
- 谈话治疗法，例如认知行为治疗法（CBT）。就是跟一位精神健康专家交谈，例如精神科医生、心理学家、社工或者咨询师。心理疗法可以帮助病人解决问题和应对挑战。
- 电休克疗法（ECT）是一种针对对药物或其它疗法没有反应的严重抑郁症的安全有效疗法。如果建议您接受这种疗法，您的医生会告诉您更多关于ECT的信息。

许多病人结合各种疗法来帮助处理抑郁症。

抗抑郁药物如何发挥作用？

抗抑郁药物帮助恢复和保持大脑化学物质的健康水平。这些药物可以有效控制抑郁症的症状和防止抑郁症症状复发。

我的医生需要知道什么才可以让我服用抗抑郁药物？

尽可能告诉您的医生更多关于您的症状以及病史的信息，包括您患有或过去曾经患过的任何疾病。

告知您的医生您所使用的任何药物及传统或中草药。这些药物会影响您的抗抑郁药物发挥作用的方式。

您需要告诉您的医生您在服用抗抑郁药物期间是否计划生孩子或者是否已经怀孕或者母乳喂养婴儿。

我需要服用抗抑郁药物多长时间？

抗抑郁药物不会立即停止您的症状。您通常需要定期服用抗抑郁药物数个星期，才可以让药物完全起效。在抑郁症完全康复之后，您还需要继续服用抗抑郁药物一段时间。任何药物剂量的改变都要跟您的医生讨论。

有哪些不同类型的抗抑郁药物？

抗抑郁药物有多种不同的种类。您可能需要在医生的监督下尝试不同种类的抗抑郁药物，以找出对您最有效的一种。

抗抑郁药物有哪些普遍的副作用？

不同种类的抗抑郁药物对于不同的病人有不同的副作用。副作用是指对药物的不适反应。

抗抑郁药物据知不会导致任何长期副作用，而且不会使人上瘾。

抗抑郁药物的种类及其副作用

三环抗抑郁（TCAs）药物

三环抗抑郁药物可以非常有效。

属名	品牌名称
阿米替林	Endep
氯米帕明	Anafranil
度硫平	Prothiaden 或Dothep
多塞平	Deptran
丙咪嗪	Tofranil
去甲替林	Allegron

根据医生的指引服用三环抗抑郁药物非常重要。不要改变您所服用的分量。如果您服用的分量多于所处方的，三环抗抑郁药物会变得很危险。

选择性5-羟色胺再吸收抑制剂（SSRIs）

抑郁症的症状包括：

这一类抗抑郁药物针对一种称为5-羟色胺的特别大脑化学物质。

属名	品牌名称
西酞普兰	Cipramil
草酸依地普仑	Lexapro
氟西汀	Lovan, Prozac
氟伏沙明	Luvox
帕罗西汀	Aropax
舍曲林	Zoloft

• 嗜睡
• 感觉口干
• 视力模糊
• 小便困难
• 眩晕（感觉您周围的所有事物都在旋转）
• 体重增加
• 性生活有问题
• 便秘（难以排清大肠）
• 快速或者不规则的心律

三环抗抑郁药物的常见副作用包括：

- 嗜睡
- 感觉口干
- 视力模糊
- 小便困难
- 眩晕（感觉您周围的所有事物都在旋转）
- 体重增加
- 性生活有问题
- 便秘（难以排清大肠）
- 快速或者不规则的心律

选择性5-羟色胺再吸收抑制剂药物的常见副作用包括：

- 感觉不舒服和呕吐
- 消化不良（上腹部不舒服，打嗝或者进食时有不适的饱胀感）
- 腹痛
- 腹泻
- 便秘（难以排清大肠）
- 皮疹
- 出汗过度
- 感觉紧张
- 头痛
- 睡眠有问题或者感到非常嗜睡
- 颤抖
- 性生活有问题

5-羟色胺及去甲肾上腺素再吸收抑制剂（SNRIs）

5-羟色胺及去甲肾上腺素再吸收抑制剂针对两种大脑化学物质：5-羟色胺和去甲肾上腺素。

属名	品牌名称
文拉法辛	Effexor XR
琥珀酸去甲文拉法辛	Pristiq
欣百达	Cymbalta
瑞波西汀(NARI)	Edronax

去甲肾上腺素和特定5-羟色胺型抗抑郁剂（NaSSAs）

如果您同时有焦虑或睡眠问题，可能会处方这一类的抗抑郁药物。这一类药物也是针对两种特别的大脑化学物质：5-羟色胺和去甲肾上腺素。

属名	品牌名
米氮平	Avanza

单胺氧化酶抑制剂（MAOIs）

单胺氧化酶抑制剂抗抑郁药物相比其它种类的抗抑郁药物更为少用。

这些药物可以受到您所吃的食物的影响。如果您要服用这一类的药物，在饮食方面就要非常小心。您的医生可以为您提供一张服用这种药物时要避免进食的食物清单。

在服用任何其它种类的药物时，您也要非常小心，包括中草药或传统药物。您可向您的医生咨询有关信息。

属名	品牌名称
苯乙肼	Nardil
反苯环丙胺	Parnate
吗氯贝胺 (MAO的可逆性抑制剂)	Aurorix, Mohexal

如果我开始感觉良好，是否可以停止服药？

您务必要根据医生的指引服用您的药物。不要改变您所服用的份量。在停止服用您的药物之前，您必须告诉您的医生。突然停药抗抑郁药物会引发严重疾病。

5-羟色胺及去甲肾上腺素再吸收抑制剂的常见副作用包括：

- 感觉不舒服和呕吐
- 眩晕（感觉您周围的所有事物都在旋转）
- 睡眠有问题
- 不寻常的梦
- 出汗过度
- 便秘（难以排清大肠）
- 颤抖
- 感觉紧张
- 头痛
- 性生活有问题

选择性去甲肾上腺素和特定5-羟色胺型药物的常见副作用包括：

- 嗜睡
- 胃口增加和体重上升

单胺氧化酶抑制剂抗抑郁药物的常见副作用包括：

- 眩晕（感觉您周围的所有事物都在旋转）
- 血压改变
- 嗜睡
- 睡眠有问题
- 头痛
- 体内的液体滞留（例如双脚和踝关节浮肿）
- 视力模糊
- 体重增加