

## 我還要瞭解其他哪些服用抗抑鬱藥物的相關資料？

抗抑鬱藥物會增加自殺的風險，特別是在您第一次開始服藥或者增加所服劑量或份量之時。若您的抑鬱症有惡化或者您想傷害自己，就要即刻聯絡您的醫生。

抗抑鬱藥物會引致一種稱為5-羥色胺綜合症的罕見副作用。5-羥色胺綜合症的癥狀有：

- 感覺迷惑
- 出現幻覺。有幻覺的人會看到、聽到、感受到、聞到或者品嚐到並非真實存在的事物
- 感到不安或焦慮
- 快速的心跳
- 血壓有變化
- 發燒
- 噁心和嘔吐
- 肌肉僵硬或顫抖
- 抽搐或痙攣

## 若您出現任何此類癥狀，便要立即聯絡您的醫生。

藥劑師和藥物專家亦可提供抗抑鬱藥物引起的副作用的相關資料；但是，只有您的醫生可以就藥方方面作出任何更改。

記錄您的病癥以及任何由服藥引致的副作用。去見醫生時帶上這些筆記記錄，若您需要更多有關抗抑鬱藥如何對您起作用的資料，請詢問醫生。

朋友和家人在給予支持和關愛方面很重要，但是可能無法就您的問題給出正確的答案。每位病人都是不同的。因此，網絡上的資料並非所有都正確而又適合您的病情。

避免或限制使用酒精（葡萄酒、啤酒以及烈酒，包括雞尾酒），煙草或其他藥物。酒精、煙草和其他藥物會影響您的藥物正常發揮效力。

有多個語言版本的《服藥助手》(Medimate)小冊子，連同您的醫生和藥劑師，可以幫您認識及使用抗抑鬱藥、或其他藥物。此小冊子和其他有用的信息在全國處方服務署(NPS)的網站 [www.nps.org.au/translated-health-information-about-medicines](http://www.nps.org.au/translated-health-information-about-medicines) 下載。

## 我認識的人中亦有患了抑鬱症的。我應該把我的藥物給他們嗎？

切忌跟任何其他人士一同服食您的藥物。您的藥物是根據您的症狀處方，以符合您的病歷需求的。您的藥物可能對其他人有害。

若您有認識的人似乎有跟您相似的症狀，就要鼓勵他們去看醫生。

## 若我在說英語方面需要幫助，怎麼辦？

若您難以跟醫生或藥劑師溝通，請向傳譯員求助。您要使用專業的傳譯員，而非家人或朋友。他們受過訓練，懂得醫學術語，同時會被要求對資料保密。

您的醫生或藥劑師可以致電聯絡翻譯及傳譯服務處(TIS)，電話131 450。此服務每天24小時、每週7天隨時免費提供。

這份小冊子提供一般性的資料，並不包括所有可能的副作用或所有的藥物品牌。

## 甚麼是抑鬱症？

抑鬱症是一類精神疾病，會嚴重影響身體和精神健康。

抑鬱症的症狀包括：

- 幾乎每天的大多數時間都感到不開心
- 對以前享受的活動失去興趣
- 精神不振
- 睡眠習慣改變
- 胃口改變
- 性慾改變
- 感到沒有希望、無助、沒有價值或者內疚
- 無法集中精神或做決定
- 煩躁或憤怒情緒加劇
- 焦慮情緒加劇
- 想到死亡或自殺

若您至少有兩週的每天大多數時間都出現這些症狀，那麼，您可能患上了抑鬱症。

## 抑鬱症有多普遍？

在澳洲，抑鬱症是一種很普遍的疾病，常見於女性身上。任何年紀的人都可能患此病，包括兒童和年輕人。

## 是甚麼引致抑鬱症？

抑鬱症的確切病因尚不詳。眾多因素與抑鬱症有關，包括：

- 抑鬱症家族病史
- 令人煩惱的情況，如失業、人際關係問題、孤立或者喪親
- 其他疾病

抑鬱症有時會在沒有明顯原因的情況下發病。

## 抑鬱症的治療方法有哪些？

抑鬱症是可以治療的。以下列出了一些治療方法：

- 抗抑鬱藥物可以幫助抑鬱症患者。長期服用此類藥物，可以有效防止復發。只有醫生可以處方此類藥物，包括您的家庭醫生或者精神科醫生。
- 談話治療法，例如認知行為治療法(CBT)。就是跟精神健康專家交談，例如精神科醫生、心理學家、社工或者心理輔導員。心理療法可以幫助患者解決問題和應對挑戰。
- 電休克療法(ECT)是一種安全有效的療法，針對對藥物或其他療法沒有反應的嚴重抑鬱症。若建議您接受這種療法，您的醫生會告訴您有關ECT的更多資料。

許多病人結合各種療法來幫助控制抑鬱症。

## 抗抑鬱藥物如何發揮效用？

抗抑鬱藥物有助恢復和維持大腦化學物質的健康水平。此類藥物可有效控制抑鬱症的病癥和預防其病癥復發。

## 我的醫生需要知道甚麼方可給我處方抗抑鬱藥物？

盡可能將更多關於您的症狀和病歷的資料，以及您是否有或者過去曾經有的任何疾病告訴您的醫生。

讓您的醫生知道您所服用的任何藥物及傳統或中草藥。此類藥物會影響您的抗抑鬱藥物正常發揮效用。

若您在服用抗抑鬱藥物期間計劃生孩子或者已經懷孕或者母乳哺育嬰兒，就必須通知您的醫生。

## 我需要服用抗抑鬱藥物多長時間？

抗抑鬱藥物不會即時停止您的症狀。一般需要定期服用抗抑鬱藥物數週，藥物才會完全發揮效用。抑鬱症完全康復之後，您仍要繼續服用抗抑鬱藥物一段時間。任何藥物劑量的改變均要跟您的醫生討論。

## 抗抑鬱藥物有哪些不同種類？

有多種不同類型的抗抑鬱藥物。您或需要在醫生的監督下試服不同類型的抗抑鬱藥物，以找出最適合您的一類。

## 抗抑鬱藥物的普遍副作用有哪些？

不同類型的抗抑鬱藥物會對不同患者產生不同的副作用。副作用是指對藥物的不適反應。

據知抗抑鬱藥物不會引致任何長期副作用，並且不會令人上癮。

## 抗抑鬱藥物的種類及其副作用

### 三環抗抑鬱(TCAs)藥物

三環抗抑鬱藥物可以非常有效。

屬名	品牌名稱
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

要根據醫生的指引服用三環抗抑鬱藥物，這一點非常重要。不要更改您所服的份量。若您服用多於處方的份量，三環抗抑鬱藥物會變得很危險。

### 選擇性5-羥色胺再吸收抑制劑(SSRIs)

抑鬱症的症狀包括：

此類抗抑鬱藥物針對一種稱為5-羥色胺的特別大腦化學物質。

屬名	品牌名稱
西酞普蘭	Cipramil
草酸依地普侖	Lexapro
氟西汀	Lovan, Prozac
氟伏沙明	Luvox
帕羅西汀	Aropax
舍曲林	Zoloft

三環抗抑鬱藥物的常見副作用包括：

- 感到昏昏欲睡
- 感到口乾
- 視力模糊
- 小便困難
- 眩暈（感到您四周的一切事物都在旋轉）
- 體重增加
- 性生活有問題
- 便秘（難以排空大腸）
- 快速或者不規則的心跳

選擇性5-羥色胺再吸收抑制劑藥物的常見副作用包括：

- 噁心和嘔吐
- 消化不良（上腹部不適，噯氣或者進食時有不適的飽脹感）
- 腹痛
- 腹瀉
- 便秘（難以排空大腸）
- 皮疹
- 出汗過度
- 感覺緊張
- 頭痛
- 睡眠有問題或者感到昏昏欲睡
- 手震
- 性生活出現問題

### 5-羥色胺及去甲腎上腺素再吸收抑制劑(SNRIs)

5-羥色胺及去甲腎上腺素再吸收抑制劑針對兩種大腦化學物質：5-羥色胺和去甲腎上腺素。

屬名	品牌名稱
文拉法辛	Effexor XR
琥珀酸去甲文拉法辛	Pristiq
欣百達	Cymbalta
瑞波西汀(NARI)	Edronax

### 去甲腎上腺素和特定5-羥色胺型抗抑鬱劑(NaSSAs)

若您同時有焦慮或睡眠問題，可能會處方此類抗抑鬱藥物。此類藥物亦是針對兩種特別的大腦化學物質：5-羥色胺和去甲腎上腺素。

屬名	品牌名
米氮平	Avanza

### 單胺氧化酶抑制劑(MAOIs)

比起其他類型的抗抑鬱藥物，單胺氧化酶抑制劑抗抑鬱藥物較為少用。

您所吃的食物會對此類藥物造成影響。若您要服用此類的藥物，在飲食方面就要非常留意。您的醫生可提供一張服用此類藥物要避免進食的食物清單給您。

在服用其他任何類型的藥物時，包括中草藥或傳統藥物，您亦要非常小心。您可向醫生查詢相關資料。

屬名	品牌名稱
苯乙肼	Nardil
反苯環丙胺	Parnate
嗎氯貝胺 (MAO的可逆性抑制劑)	Aurorix, Mohexal

## 若我開始感覺沒有問題，是否可以停止服藥？

您一定要由始至終根據醫生的指引服藥。不要更改服藥的份量。在停止服用您的藥物之前，必須通知您的醫生。突然停服抗抑鬱藥物會引發嚴重疾病。

5-羥色胺及去甲腎上腺素再吸收抑制劑的常見副作用包括：

- 噁心和嘔吐
- 眩暈（感到您四周的一切事物都在旋轉）
- 睡眠有問題
- 怪夢
- 出汗過度
- 便秘（難以排空大腸）
- 手震
- 感覺緊張
- 頭痛
- 性生活出現問題

選擇性去甲腎上腺素和特定5-羥色胺型藥物的常見副作用包括：

- 感到昏昏欲睡
- 胃口增加和體重上升

單胺氧化酶抑制劑抗抑鬱藥物的常見副作用包括：

- 眩暈（感到您四周的一切事物都在旋轉）
- 血壓有變化
- 感到昏昏欲睡
- 睡眠有問題
- 頭痛
- 體內的液體滯留（例如雙腳和踝關節浮腫）
- 視力模糊
- 體重增加