

## 高雄榮民總醫院護理部護理指導單張

科別	精神部	編號：7G70007
主題	躁症的照護	2021.03.25 訂定
製作單位	GW07 病房	

在躁期常會出現難以控制的行為，以下為比較常見問題，提供處理原則：

### 一、過度忙碌導致營養不足

- (一)提供高熱量、易消化、攜帶式食物(如：三明治)。
- (二)補充水分，每日至少 2000c.c。

### 二、過於忙碌

- (一)減少環境中聲音刺激，帶到安靜的環境。
- (二)安排時間短、靜態、非競爭性的活動（如：繪畫、抄經書、下棋等），轉移注意力。

### 三、睡眠減少

- (一)除午睡外，減少白天躺床、維持夜眠時間至少七小時以上。
- (二)勿飲用含咖啡因及茶鹼的飲料，避免影響睡眠。
- (三)晚上六點後減少攝取水分，睡前先如廁，減少中斷夜眠。

請家屬注意以下居家照護事項：

- 一、確認您的家人按時服藥及定期門診追蹤。
- 二、注意當出現情緒波動大、亂花錢、睡眠時數逐漸減少、話多、忙碌等發病前徵兆時，請就醫。
- 三、瞭解病人服用情緒穩定劑的血中藥物濃度是否維持於治療濃度內。
- 四、注意您的家人有無長時間拉肚子、噁心、嘔吐等情形。

參考資料：

- 洪玉恩、陳靜芳、陳昱芬(2016)·照護一位躁鬱症且有強烈自殺企圖病人之護理經驗·志為護理-慈濟護理雜誌，15(3)，102-112。
- 陳春蘭、曾錦花、蕭妃秀(2019)·雙向情緒障礙症及憂鬱症之護理·於蕭淑貞總校閱，精神科護理概論(十版，431-437頁)·華杏。

備註：每年審閱一次

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！