



# 高雄市立小港醫院 (委託財團法人高雄醫學大學經營) 認識精神科藥物副作用

精神病患遵從醫囑服藥，可顯著改善精神症狀的嚴重程度，避免再度發病，但藥物有其治療作用，亦可能有其副作用，故正確使用藥物可達其最大治療效果，方可將副作用減至最低，提供以下注意事項：

## 一、常見藥物副作用及處理方法

- (一)便秘：請多喝水、多運動、多吃綠色蔬菜(如菠菜、青江菜)、水果(如柳丁、橘子、木瓜)及高纖食物(全麥麵包、麥片粥)。
- (二)頭暈：改變姿勢時，應採漸進式，且動作要輕緩。預防姿勢性低血壓，從床上起身時，應先採坐姿稍待片刻，無不適情形再起身，以防快速變化姿勢而造成不適。
- (三)體重增加：保持運動習慣、控制飲食採低糖、低油飲食，避免攝取高熱量食物。
- (四)記憶力下降：可使用記事本，記錄下欲執行事項。
- (五)嗜睡、四肢無力：請養成規律作息，可以在中午稍作休息，避免騎機車開車，避免從事操作機械等危險工作，須請醫師評估是否需藥物調整。
- (六)口乾舌燥：可以清水漱口、由少量多次攝取水分、咀嚼無糖口香糖、增加刷牙次數、口含碎冰塊緩解不適感，也可使用護脣膏保持嘴唇濕潤。
- (七)噁心、嘔吐：可採清淡飲食及少量多餐，維持良好的口腔清潔習慣飯後刷牙及舌苔。

(八)視力模糊：避免用眼過度，宜減少使用 3C 產品。

(九)流口水:睡覺前可先在枕頭上墊上毛巾，若影響日常生活或發生嗆咳情形，須請醫師評估是否需藥物調整。

(十)眼睛不由自主往上看、四肢僵硬或手腳顫抖:注意安全，請勿自行開車或操作有危險性的機械，由醫師評估並調整用藥劑量。

## 二、藥物副作用及居家處理原則

藥物服用後，可能出現暫時性副作用，若嚴重干擾日常生活，應盡速回診並告知醫療人員，不宜擅自停藥或加藥。

若有任何問題請電洽，電話(07) 8036783 轉 3213 或 3850

**“小港醫院精神科門診關心您”**