

# 憂鬱症—疾病篇

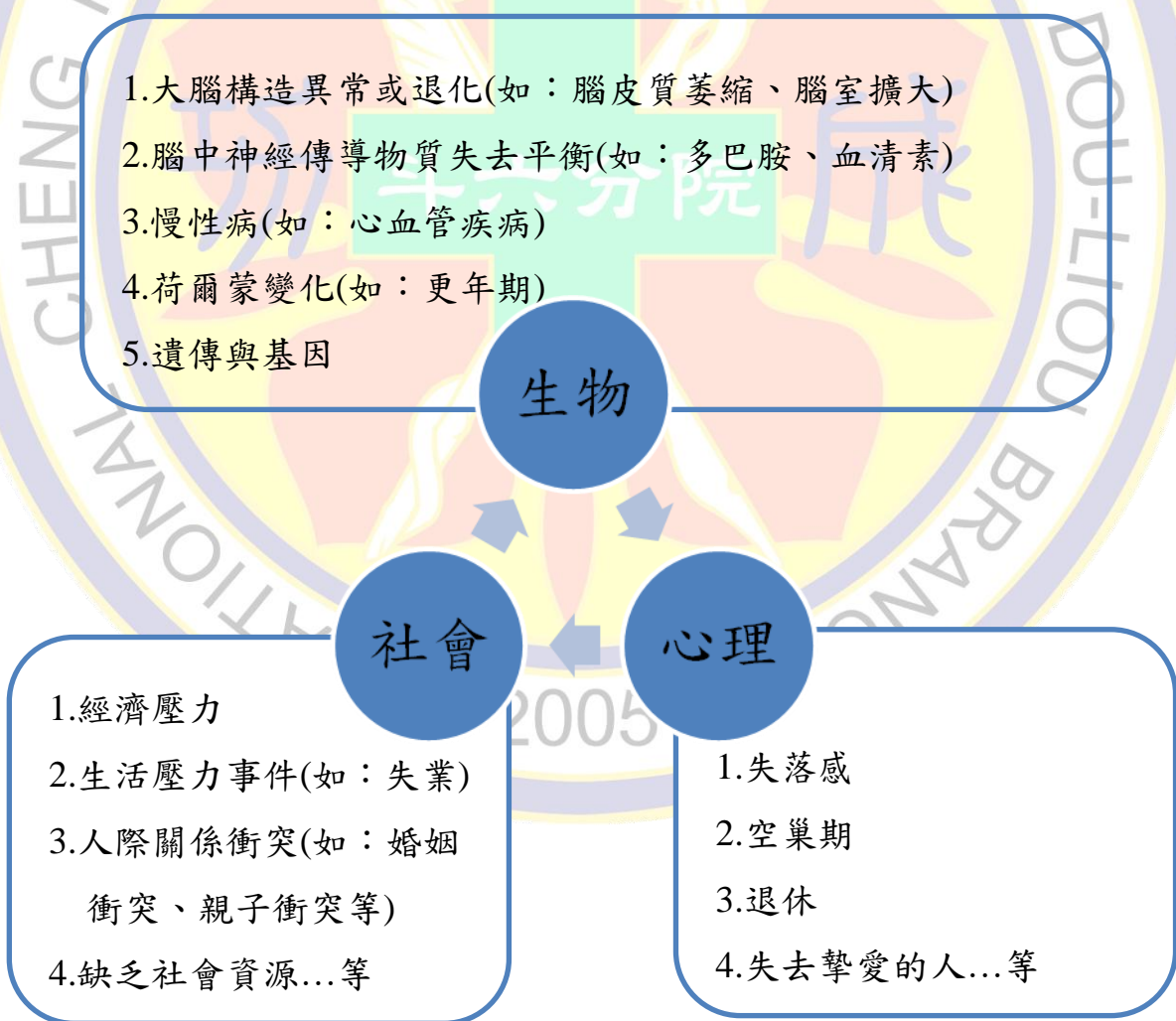
## 一、前言

(一)根據世界衛生組織統計資料顯示：憂鬱症為二十一世紀造成人類失能的三大疾病之一，憂鬱症是大腦疾病，與憂鬱情緒是不一樣的，若未能及時治療，將導致嚴重失能。

(二)憂鬱症亦被稱之為「心的感冒」，呈現情緒極度低落、鬱悶、不快樂等。由於社會大眾對憂鬱症的不了解，容易造成治療上的延誤，導致生活、家庭或職業功能的障礙。

## 二、憂鬱症之病因

為多重因素交互影響引發疾病，涵蓋「生物-心理-社會」三層面。



### 三、憂鬱症之症狀

症狀表現因病程而稍有差異，一般而言有下列幾種：

1. 情緒層面：心情低落、愁眉苦臉、鬱悶、悲哀、沮喪、不快樂、對過去感到有興趣的事物突提不起勁、易哭泣、焦慮、擔心、易怒等。
2. 態度層面：悲觀、無助、無望、猶豫不決、對未來缺乏信心、無價值感等。
3. 行為層面：動作速度變慢、活動量變少或不想動、缺乏活力等。
4. 語言層面：沈默寡言，言談緩慢小聲，甚至不說話等。
5. 思考層面：記憶力減退、注意力無法集中、易自責有罪惡感、反覆想到死亡且有自殺計畫，進而出現自殺行為。
6. 生理層面：沒胃口、不想進食(少數人會暴飲暴食)、失眠或嗜睡、疲累、體力變差等。
7. 社交層面：工作能力減退、社交活動減少或害怕與他人互動等。

### 四、結語

- (一) 憂鬱症和其他慢性疾病一樣，是可被治療的。
- (二) 若疾病反覆發作，會導致病程慢性化，嚴重影響日常生活功能、家庭及經濟，而及早就醫治療成效會較好。
- (三) 當疾病症狀緩解後，仍需持續追蹤服藥，以維持病情穩定。



及早就醫效果好



持續追蹤並服藥

參考資料來源：成大總院 12B  
製作單位：PSY  
製作日期：111.08  
修訂日期：113.06  
DL-09-1-013



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您