

國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院新聞稿

主題：【老年憂鬱】揮別憂鬱 逗陣快樂

發表日期：110年1月19日(星期二)

發表人：精神科/蕭尹瑩醫師

68歲的阿珠阿嬤在40多年前丈夫因工作意外過世後，獨自撫養3個孩子長大，並一直在工廠當作業員到3年前退休，目前跟大兒子、媳婦還有3個小孫子住。本來是含飴弄孫的年紀，阿珠阿嬤卻被帶來看精神科。

原來最近5個月，阿珠阿嬤變得不愛說話、胃口不好、體重減輕、動作變慢、睡覺時間變長、記憶力也變得很差，甚至出現妄聽和幻想，覺得自己快要沒有錢了、房子可能會被拍賣，或認為自己害死了別人，會聽到死者來要償命的聲音。因為很自責，也曾經2次跑去河邊想要投河，打算一了百了。

成大醫院斗六分院精神科蕭尹瑩醫師表示，經過臨床症狀及影像學檢查之後，阿珠阿嬤在住院接受藥物治療將近2個月後，笑容重新掛回臉上，開始跟街坊鄰居泡茶聊天，也不再自言自語了。

蕭尹瑩醫師表示，臨床上來看「老年憂鬱症」的表現，通常包括持續2週的情緒低落、缺乏興趣、睡眠或食慾改變、動作遲緩、疲倦、自責與自殺的意念，以及注意力難以集中。有些藥物、生理狀況都可能會造成相關憂鬱表現，因為症狀表現多樣化，需要跟失智症及其他生理疾病做鑑別診斷，以免忽略了身體的警訊。

這種「老年憂鬱症」常見又常被忽略，生活重心的改變及失落感常常在不知不覺中影響著長輩的情緒。台灣社區中約有2-3成的老人有老年憂鬱症，可能造成嚴重失能及高自殺率，一直是台灣公共衛生重要議題。

蕭尹瑩醫師表示，專家會議共識，建議及早診斷介入治療「老年憂鬱症」，可以大幅增進老年人的生活品質。在台灣精神醫學會的網站上也有簡單的老年憂鬱量表可以幫助作為評估，以幫助及早發現問題。

針對「老年憂鬱症」的治療，通常會從幾個方向著手：

1. 藥物治療：目前以抗憂鬱藥物作為第一線治療，從低劑量開始，再緩慢增加。老年人往往需要比年輕人更久的時間才能夠開始對藥物有所反應，也需要較長的時間來達到明顯改善。
2. 腦刺激治療：經顱磁刺激(rTMS)的技術，是非侵入性、安全性高且極少造成病人不適的神經刺激術，藉由快速改變的磁場引發電流，進而有效刺激大腦皮質或週邊神經。重覆經顱磁刺激已於2018年經過衛生福利部核可用來治療難治型憂鬱症患者。
3. 環境治療：鼓勵高齡長者持續運動，養成良好生活習慣，盡量讓老年人維持原有的鄰里親友人際關係及熟悉的環境，以減少環境變化造成的失落感。

蕭尹瑩醫師提醒不要輕忽老年憂鬱症，及早發現、及早就醫，適時且恰當的介入處理，可以還給長輩一個快樂有尊嚴的生活！也減輕家屬的壓力與負擔。

（本篇內容旨在提供一般醫療衛教知識，如有不適或疾病，應尋求專科醫師的診治，以免貽誤病情，並能獲最佳治療的效果。）



蕭尹瑩醫師資歷：

專科別	現職	經歷
精神科	成大醫院精神科專科醫師 老年精神科研究醫師	<ul style="list-style-type: none"> ● 中國醫藥大學學士 ● 成大醫院 PGY ● 成大醫院精神科住院醫師 ● 成大醫院老年精神科研究醫師

專長
<ul style="list-style-type: none"> ● 一般精神醫學 ● 老年精神醫學 ● 腦神經刺激術-重複性經顱磁刺激術

新聞聯絡人：管理中心行政組／高得雅

電話：(05)533-2121 分機 6203