



巴金森憂鬱的治療

文／廖士程 醫師 臺大醫院精神醫學部心身醫學科

以上李教授一家人面對巴金森病，照顧者與被照顧者分別曾出現程度不一的憂鬱症狀，幸好靠著愛的力量及宗教的幫助，慢慢走出來。但是並非每個案例都能如此幸運，病友及照顧者若發現自己或家人有情緒問題，甚至明顯憂鬱，應該及早尋求專業的幫助，已免發生憾事。

A. 憂鬱到什麼程度需要就醫？該看哪些科別？

當憂鬱的症狀造成個人明顯的痛苦，或是日常生活功能有所減損，就需要尋求專業的協助。一般來說，神經科醫師與家庭醫學科醫師在其養成的過程中，都有精神醫學的訓練背景，對於憂鬱症的評估與處置也都有經驗。當然，每一種不同專科的醫師，其最精熟的部分也有所不同，若能依據個案的特性，彼此轉介、共同照護，並且溝通順暢，是最理想的。

B. 一旦確認為憂鬱症，醫師會如何治療？

憂鬱症的治療方式包括「生物性治療」及「社會心理治療」兩個大分類。

目前世界各國衛生主管機關核准針對憂鬱症的生物性治療包括：精神藥物治療、電痙攣治療、穿顱磁刺激術、跨顱直流電刺激等；其中前三者是我國衛福部許可的治療方式。

聚焦於憂鬱症的心理治療則包括「認知行為治療」及「人際關係治療」等。依據美國精神醫學會的治療建議，心理治療在輕度至中度的憂鬱症發作時，可以依病患意願，做為第一線的單獨治療；電痙攣治療（ECT）可用於治療反應不佳，或出現精神病症狀、強烈自殺意念等重度憂鬱症患者。精神藥物治療則是在各種不同程度憂鬱症都可使用。穿顱磁刺激術（rTMS）也常被運用在對藥物治療反應不佳的憂鬱症患者，但由於 rTMS 磁力線的穿透深度有限，對於有比較明顯腦部萎縮的長者，rTMS 的效果可能就沒有年輕人這麼好。

C. 藥物治療需要多久？

藥物治療的時間因人而異，但基本上，急性期大約 12 週，持續治療期大約 6 至 9 個月。抗憂鬱藥物治療從開始使用到看見效果，往往需要 4 至 6 週，若急性期治療有效，接著將進入維持期的治療。「維持期治療」是以預防復發為目的，療程長短因人而異。

D. 巴金森導致的憂鬱與一般憂鬱在治療上有何不同？

電痙攣治療法（ECT）可用於巴金森患者，甚至有幾個國外案例報告顯示，ECT 用於裝有 DBS 深層腦刺激術設備的病人身上也是安全的，足見現代化 ECT 治療的安全性；特別是搭配全身肌肉放鬆以及麻醉的改良式 ECT。

倒是常用於憂鬱症的穿顱磁刺激術（rTMS），由於電生磁、磁生電的原理，擔心會造成 DBS 置入電極的不良反應，目前比較不建議用於 DBS 患者身上。

心情溫度計

巴金森患者及其主要照顧者面對慢性疾病的壓力反應，經常不僅止於憂鬱而已，焦慮、憤怒也是常見的困擾，甚至陷入憂鬱、憤怒、罪惡感的無限迴圈。此時，及時覺察問題，才能及時求助解決。

目前被廣泛使用的壓力自我檢測工具之一是「心情溫度計」。這工具是由台灣大學李明濱名譽教授所研發，用於篩檢身心壓力疾患，如：失眠症、焦慮症與憂鬱症等。此工具包括五題症狀題組，若自評分數高於或等於六分，即表示已出現身心壓力現象。目前心情溫度計也有 android 以及 iOS 的手機 APP，除了量表外還有衛教影片以及全國心理衛生資源，歡迎大家多多利用。

心情溫度計

簡式健康量表每週自我檢測

請您仔細回想 在最近一星期中（包括今天），這些問題使您到困擾或苦惱的程度，然後圈選一個您認為最能代表您感覺的答案。

	完全沒有	輕微	中等程度	厲害	非常厲害
1. 睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒	0	1	2	3	4
2. 感覺緊張不安	0	1	2	3	4
3. 覺得容易苦惱或動怒	0	1	2	3	4
4. 感覺憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
5. 覺得比不上別人	0	1	2	3	4
★有自殺的想法	0	1	2	3	4

前 5 題總分：

0-5 分：為一般正常範圍，表示身心適應狀況良好。

6-9 分：輕度情緒困擾，建議找家人或朋友談談，抒發情緒。

10-14 分：中度情緒困擾，建議尋求紓壓管道或接受心理專業諮詢。

15 分以上：重度情緒困擾，建議尋求精神科醫生接受進一步評估。

* 有自殺的想法 *

本題為附加題，若前五題總分小於 6 分，

但本題評分為 2 分以上（中等程度）時，

宜考慮接受精神科專業諮詢。

得分與說明



心情溫度計 APP 網址



巴金森別憂鬱，
看看這些病友找到什麼勇敢抗病的力量？



巴金森夜間症狀影片
(國語版)