



酒精戒斷症候群

Alcohol Withdrawal Syndrome

一、什麼是酒精戒斷症候群：

所謂酒精戒斷症候群是指在長期、大量的不當飲酒習慣下，一旦停酒或減少飲酒時，身體及情緒出現的不適症狀，症狀從輕度的發抖、焦躁不安到嚴重的癲癇、神智不清、胡言亂語都可能出現

二、酒精戒斷症候群會有那些不舒服：

依症狀內容及發生時序如下：

- (一) 停酒 6-12 小時，出現顫抖、盜汗、噁心、嘔吐、腹瀉、血壓上升、心悸、焦躁、坐立不安、頭痛、失眠
- (二) 停酒 12-24 小時，出現酒精戒斷幻覺症，包括視幻覺、聽幻覺或觸幻覺
- (三) 停酒 24-48 小時，出現酒精戒斷性癲癇，全身僵直性抽搐反覆發作，具生命危險
- (四) 停酒 48-72 小時，出現酒精戒斷性譫妄，意識模糊、定向感混亂、嚴重的幻覺，常合併發燒、心血管、代謝等併發症，具生命危險

三、酒精戒斷症候群的處理方式：

酒癮患者自行停酒相當危險，故需透過專業醫師評估，根據患者飲酒習慣，如：飲酒量、飲酒頻率、戒斷症狀的嚴重度及身體狀況，給予適當的藥物治療。同時，必須補充適當的營養、維生素 B 群及充足的睡眠，戒斷症候群會在一週內緩解。安全的渡過戒斷期，是邁向成功戒酒與預防復發的第一步！

四、回家後怎麼照顧自己：

- (一) 若戒斷過程感到嚴重不適、情緒激動、出現幻覺，請盡速就醫。臺北市立聯合醫院松德院區設有：酒癮特別門診、成癮病房住院治療、成癮預防復發團體心理治療等，專門提供給民眾關於酒癮方面的協助
- (二) 規劃每日的生活計畫，安排適當的休閒活動，養成運動的習慣，保持規律的生活作息及按時服藥
- (三) 拒絕參加飲酒的聚會，避免進入飲酒的場合及賣酒的商店

(四)定期門診追蹤，與醫師討論戒酒遇到的困難及解決之道，選擇適合您的戒酒輔助藥物，可使您在戒酒的路上走得更順利、更長久

五、參考資料

- 鄭琪霖、張玉立、謝偉倫（2017）。淺談酒精使用疾患。《家庭醫學與基層醫療》，32（5），141-148。
- Day, E., & Daly, C. (2022). Clinical management of the alcohol withdrawal syndrome. *Addiction*, 117(3), 804-814.
- Kranzler, H. R., & Soyka, M. (2018). Diagnosis and pharmacotherapy of alcohol use disorder: a review. *Jama*, 320(8), 815-824.

No.E0109

臺北市立聯合醫院護理部 111 年 06 月 13 日修訂