



葵涌醫院
KWAI CHUNG
HOSPITAL



醫院管理局
HOSPITAL
AUTHORITY

出版：葵涌醫院
地址：新界葵涌醫院路 3-15 號
電話：2752-3000
傳真：2745-7610
網站：www.ha.org.hk/kch

二零二六年修訂版
版權所有•翻印必究

抗焦慮藥

什麼是抗焦慮藥物？

抗焦慮藥物用於治療焦慮症狀。焦慮是一種以擔憂、恐懼和不安為特徵的心理健康狀態。抗焦慮藥物有助於管理這些症狀，可以與其他治療方法如(心理治療)一起使用。

有幾種類型的抗焦慮藥物，每一種都以不同的方式來管理焦慮症狀：

抗抑鬱藥： 選擇性血清素再吸收抑制劑SSRIs，和血清素和去甲腎上腺素再吸收抑制劑SNRIs，是最常用的維持療法去治療焦慮。它們透過影響大腦中的神經遞質來影響我們的情緒並發揮作用。(可參閱「抗抑鬱藥」的小冊子)

苯二氮平類藥： 也稱為鎮靜劑。這些藥物在體內迅速起效，以減輕焦慮症狀。如果按照處方使用，它們通常是安全的。

Benzodiazepines

丁螺環酮： 丁螺環酮用於短期或長期治療焦慮症狀。它的作用速度比苯二氮平類藥慢，可能不適用於所有類型的焦慮症，但通常副作用較少，且不易產生依賴性。

Buspirone

加巴噴丁和普瑞巴林： 這些藥物可用於治療癲癇、神經疼痛以及焦慮。它們的作用是阻止大腦釋放使您感到焦慮的化學物質。

Gabapentin and Pregabalin

β 受體阻滯劑： β 受體阻滯劑通常用於短期緩解急性症狀，如心悸和手顫。它們通過阻斷腎上腺素的作用，減少焦慮的生理症狀，如心跳加速或顫抖。

Beta-Blockers

常見副作用

分類	常見副作用	備註
苯二氮平類藥 Benzodiazepines	<ul style="list-style-type: none">嗜睡頭暈混亂不穩定言語不清肌肉無力便秘	苯二氮平類藥往往被濫用，導致依賴性。如果按照處方使用，它們通常是安全的
丁螺環酮 Buspirone	<ul style="list-style-type: none">頭暈頭痛嗜睡感覺緊張或興奮睡眠障礙視力模糊	服用丁螺環酮期間應避免食用西柚或西柚汁，因為這可能會導致體內丁螺環酮積聚，增加副作用
加巴噴丁和普瑞巴林 Gabapentin and Pregabalin	<ul style="list-style-type: none">嗜睡頭暈頭痛噁心腹瀉性功能障礙情緒變化視力模糊口乾體重增加手腳腫脹	/
β 受體阻滯劑 Beta-Blockers	<ul style="list-style-type: none">頭痛頭暈疲勞噁心心跳過緩手指或腳趾發冷嘔吐腹瀉腹痛惡夢	/

我可以停止服用我的抗焦慮藥物嗎？

您必須明白您的抗焦慮藥物是為了幫助您管理症狀並改善您的生活質素而處方的。突然停止這些藥物可能會導致戒斷症狀，如焦慮、不安、抑鬱、睡眠障礙，甚至在嚴重情況下可能引起顫抖和癲癇等身體症狀。因此，依照您醫生的指示至關重要。如果您對藥物有疑慮，請勿猶豫與您的醫生討論。

我需要服用抗焦慮藥物多長時間？

您需要服用抗焦慮藥物的時間長短可能會因個人情況而異。症狀的嚴重程度、您的整體健康狀況以及您對藥物的反應等因素都可能影響您的治療時間。有些人可能需要幾個月的藥物治療，而其他人可能需要長達幾年。重要的是定期與醫生進行檢查，評估您的進展並根據需要調整治療計劃。

如果患者拒絕服用他們的抗焦慮藥物，照顧者應該做什麼？

當患者拒絕服藥時，照顧者需要以耐心和理解的態度處理這個情況。開放的溝通態度至關重要。可與患者討論拒絕服藥的原因、藥物的重要性、藥物帶來的好處，以及不服藥可能帶來的潛在風險。如果患者仍然堅持拒絕服藥，或許可以考慮與醫生和其他精神科專業人士討論目前的情況。他們可以提供更多的資訊和安撫或者根據需要提出替代治療的方法。在確保患者健康和安全的同時，尊重患者的自主權和感受是非常重要的。

服用抗焦慮藥須知

應該做	不應該做
<ul style="list-style-type: none">■ 嚴格遵守醫生的指示■ 在服用藥物之前仔細閱讀藥物名稱、劑量和頻率等資訊■ 仔細閱讀處方標籤■ 注意藥物的劑量、適應症、禁忌症和副作用■ 理解藥物的使用方法■ 正確地儲存藥物■ 完成醫生指定的療程，除非另有指示■ 如果有任何問題，與家人交流，並向醫療專業人士尋求幫助	<ul style="list-style-type: none">■ 自行更改藥物的劑量和服用方法■ 在沒有醫生建議的情況下停止使用藥物■ 在服藥期間飲酒■ 將藥物放入其他容器中■ 在沒有醫生指示的情況下使用其他藥物■ 向醫生隱瞞自己是否遵從藥物使用指示