

對抗新冠肺炎的憂鬱及精神疾病

臺大醫院精神醫學部守護民眾身心健康



對抗新冠肺炎的憂鬱及精神疾病 臺大醫院精神醫學
部守護民眾身心健康視訊線上記者會-大合照



對抗新冠肺炎的憂鬱及精神疾病 臺大醫院精神醫學 部守護民眾身心健康視訊線上記者會

新冠肺炎（COVID-19）影響了全球民眾的生活已持續接近兩年了，除了威脅生命安全，並帶來生理上的病痛外，臺大醫院精神醫學部的醫療團隊發現部分個案即使在病毒感染痊癒之後，仍然有持續數個月的殘餘神經精神症狀，包括失眠、憂鬱、疲憊、思緒模糊、記憶喪失、心悸等等現象，學界稱之為「急性後期新冠肺炎症候群」。憂鬱、焦慮、認知功能缺損與感染所導致的神經發炎、神經傳導物質降低、及腦部因血

栓造成的局部缺氧性傷害較相關。其中因發炎導致單胺類神經傳導物質缺損，個案可能發生憂鬱、無法感受快樂、負面思考、自殺意念等症狀。因此臺大醫院精神醫學部的照會團隊，在病患住院期間，透過視訊電話等方式，評估病患的精神健康狀態，可以早期發現情緒困擾和睡眠障礙。並且視情況在病患出院之後安排持續門診追蹤，使用溫和的精神舒緩藥物，搭配復健和運動來讓症狀更快復原。

另一方面，當一個國家的疫情擴大，人們因為擔心病毒，對於各種可能傳染的日常事物退避三舍。疫情引發大眾恐慌，造成民生用品搶購囤積的現象。許多人不敢出門，在家看電視的時候，卻又常不知不覺吃了過量不健康的食物。社群媒體上各種真假消息併陳，又引發了更多焦慮。有些國家觀察到居家隔離政策造成民眾感覺生活不由自主，心理壓力與失眠的情況都增加了。接踵而來的是酒精的銷售量上升，民眾在家飲酒的習慣更普遍，甚至家庭暴力和網路賭博的衝動行為也跟著變多。上述諸多問題雖然不是感染新冠肺

炎的症狀，卻都是 新冠肺炎大流行以來對全球民眾帶來精神壓力與心理影響下的附帶效應。

為了避免被傳染疾病，對於有心理困擾與精神疾病的病患而言，保持物理距離的行為雖然能有效防疫，但同時可能使家庭、社群、和醫療的支持力量無法持續協助病患。許多國家的醫院 日間復健或社區型日間照護中心，在疫情嚴重的時候也都為了減少傳染風險而暫停營運。一些研究指出，規律的作息和治療頻率被打斷之後，包括失智症、自閉症類群、智能障礙、飲食 疾患，以及人格疾患等診斷的病人，皆有病情惡化的現象。本院精神醫學部的日間復健中心，雖然也一度必須暫停治療活動，但在疫苗接種率提升且國內疫情趨緩之際，在本院感染管制中 心的專業協助規劃之下，已恢復主要的治療活動，繼續照護病友。

身體與精神的健康乃是互相影響的一體兩面。整合生理與心理的治療照護，才能妥善因應新冠肺炎帶給人類的挑戰。為了讓病友與家屬更了解 新冠肺炎的身心

健康議題，精神醫學部將介紹新冠肺炎對於曾經感染的病患以及對一般大眾的心理影響，以及常見的失眠問題如何處理，希望 讓大家都能在後疫情時代安定身心

公共事務室