



# 老年憂鬱症—「藥」注意！

◆ 藥劑部藥師 陳柏霖

隨著年紀的增長，人們面臨職場退休，摯愛的伴侶、親友離世，或者生理機能退化，併發慢性疾病等重大的生活改變，感到焦慮、悲傷與失落感，當情緒一直無法調整恢復，可能發展為憂鬱症。

相較於人生其他時期的憂鬱症，老年憂鬱症較難被發現與診斷。除了用藥或中風、帕金森氏症、甲狀腺低下等疾病可能出現憂鬱的症狀，長者通常不習慣談論心中感受，臨床表現未必都是低落的情緒，食慾不佳、慢性倦怠感、失眠等生理不適，對平日的興趣感到索然無味等更為常見，記憶力衰退、注意力不集中、反應遲鈍等容易被視為老化的徵兆或是痴呆，因此必須就醫進一步釐清，以減少疾病對日常自我照護功能的影響，並且避免自殺意圖的出現。

## 老年憂鬱症一用「藥」注意

老年憂鬱症是可以治療的。儘管研究顯示抗憂鬱劑治療老年憂鬱症同樣有效，但老年人的用藥反應比較慢，通常症狀在連續服藥 6 週才漸漸改善，可能要更久的時間觀察療效，故病人需遵照醫囑服用藥品，勿擅自停藥或減量。

此外，部分抗憂鬱劑具抑制特定肝臟酵素的活性，進而影響其他藥品代謝；當老年人罹患疾病，同時使用越多藥品越容易發生藥品交互作用。再加上年邁的身體對藥品的作用與反應之潛在影響，簡述如下表一，用藥原則宜遵循：選擇最小的有效劑量及緩慢調整劑量（start low and go slow），用藥選擇與起始劑量的給予尤須審慎思考個體差異。



### 表一、老化對藥品作用與反應的潛在影響

藥品動力學	
藥品吸收	胃酸分泌減少，藥品在胃內停留時間延長，可能改變口服藥品吸收。
藥品分佈	老年人體內肌肉與水分比率減少，脂肪比率增加，可能使親水性藥品的血中濃度相對較高，或親脂性藥品（例如：鎮靜劑diazepam）的分佈增加，而改變藥品作用時間或副作用。
藥品代謝	肝血流減少、肝酵素活性下降，都可能降低藥品經肝代謝。
藥品排除	腎血流減少、腎絲球過濾率及腎小管分泌降低，使藥品經腎排除減少。
藥品藥效學	
老年人可能改變對藥品的敏感度（sensitivity），可能藉由以下機轉：改變接受器的數目、親和力；改變訊息傳導或改變生理衡定反應。例如：老年人對benzodiazepine類鎮靜劑較敏感、或對嗎啡類止痛藥反應較大。	

建議病人每次就醫時，主動告知醫療人員目前正在使用的藥品名稱，以利於醫師與藥師全面評估疾病現況與用藥選擇，以及避免藥品交互作用。

### 抗憂鬱劑之副作用

抗憂鬱劑主要作用於腦內管控情緒或壓力的神經傳導物質，詳細的介紹請參閱 2011 年 9 月第 46 期專題報導。考量老化可能減緩藥品在體內的代謝排除，且對於藥品的副作用較為敏感，以下介紹老年人服用抗憂鬱劑需特別注意的副作用：

#### 1. 抗膽鹼性：

便秘、口乾、尿液滯留、視力模糊。常見於三環抗憂鬱劑與 paroxetine（屬於選擇性血清素回收抑制劑）。

#### 2. 心血管方面：

心律不整、姿態性低血壓。心律不整常見於三環抗憂鬱劑；姿態性低血壓

則常見於三環抗憂鬱劑與單胺氧化酵素抑制劑。

#### 3. 其他：

嗜睡、失眠。嗜睡常見於三環抗憂鬱劑、血清素調節劑 trazodone。失眠常見於選擇性血清素回收抑制劑、正腎上腺素與血清素回收抑制劑、多巴胺與正腎上腺素回收抑制劑 bupropion。

如有上述相關疾病的病人，例如：攝護腺肥大、青光眼、白內障、心血管疾病、失眠等，應主動告訴醫師，以便醫師開立較不會影響本身疾病的抗憂鬱藥。

上述列舉的副作用只是「可能」發生，不代表每位病人都一定會出現，用藥期間若感到不適，請主動告知醫護人員，經醫師評估與藥品的相關性，並視副作用嚴重程度決定是否調整藥品，或者選擇治療對應副作用的方式，請勿擅自停藥，避免造成疾病惡化或復發。

以下提供各類副作用該如何自我監測與處置的方法：

#### 1. 尿液滯留：

觀察是否常出現想排尿卻排出不來，或排尿排不乾淨的狀況，如有發生或惡化，請尋求醫療人員的幫助，且告知原處方醫師。

#### 2. 視覺改變：

視力是否越來越模糊，如有發生，請告知原處方醫師，且評估是否轉介眼科醫師做進一步檢查。

#### 3. 姿態性低血壓：

除了定時監測血壓外，改變姿勢時請放慢動作，例如：起床時，不要馬上站起來，改由先坐在床邊，若沒有頭暈目眩，再慢慢站起來。如未改善，請告知原處方醫師。

#### 4. 嗜睡：

可能會出現頭暈、思睡的現象，如有發生且原服藥時間為白天，請與原處方醫師討論是否可改為睡前服藥。

#### 5. 失眠：

回診時請告知原處方醫師，若原服藥時間為晚上，請與醫師討論是否可調整為白天服藥。

#### 結語

老年憂鬱症在現今高齡社會，是一個容易被忽視卻不可小覷的疾病，部分症狀可能未直接聯想與憂鬱症相關，記憶力變差、認知功能障礙等可能被誤認為老化正常現象，建議及早就醫，經過醫師評估與治療，改善老年憂鬱症的預後及提高生活品質。

有鑒於老年醫學的蓬勃發展，長者用藥更為審慎，建議每次就醫時主動告知疾病史與目前正在使用的藥品名稱，讓醫療人員可以更全面評估病人的用藥。上文提到的副作用主要增加大家的警覺性，如果服藥期間疑似出現藥品引起的不適，或有用藥相關疑慮，請和醫師或藥師討論，切記千萬不可自行調整藥品劑量或停藥，持續正確服藥有助於預防憂鬱症復發與再次罹病。

