

2019年3月6日演講照片 台大醫學院202講堂



主講者：
陳宜明 醫師

台大醫院 精神醫學部 主治醫師

台灣自殺防治學會副祕書長



術前心理健康促進資訊

精神醫學部 陳宜明醫師

簡介

台大醫院減重暨代謝手術中心，對於有機會接受代謝手術的個案，皆提供周延的身心狀態評估。心理健康是評估相當重要的一環，目的在於促進個案對於未來治療計畫的理解，以使手術能夠發揮最大效用，並且將風險降到最低，以達到身心健康的目標。以下內容乃本中心針對民眾常見的疑問，依據最新的醫學研究發現提供說明。

問答集

1. 代謝手術為什麼要進行心理評估？

依據國外多項調查，預備進行手術的個案，本身有心理困擾的比例，遠高於多數民眾。

然而研究發現，心理困擾或精神疾病會影響手術的長期成效。如果能提早注意到可能影響手術的狀況，有機會制定更完善的治療策略。另一方面，代謝手術能減輕某些類型的心理困擾，因此某些病患在手術後無論身體健康或心理健康都會改善。

2. 需要接受代謝手術的人，需要注意什麼精神疾病？

國外有調查宣稱，預備進行手術的個案，最高可達四成有精神疾病，其中以憂鬱症、焦慮症、飲食疾患占多數。

3. 精神疾病如何會影響代謝手術成效？

病人如果有憂鬱或異常飲食行為，往往無法配合手術後的各種治療要求，也會缺乏貫徹改變飲食習慣的決心，讓減重效果變得不理想。

4. 怎樣的心理狀態不建議開刀？

如果心智狀態無法充分理解手術風險，難以進行知情同意；或是有即刻自殺風險、無法戒除的酒癮或毒癮、或是術後無法配合醫療建議，使手術失去效益的情況，就建議延後或取消手術。因此，手術前的醫療諮詢與問卷調查，也希望能夠篩檢未妥善治療的重大精神疾病，以免影響預後。

5. 本身有憂鬱症或焦慮症，手術後心理狀況會怎麼樣變化？

對多數病患而言，手術後體重減輕，身體健康狀況進步，會讓情緒跟著改善。但也有少數人雖然一開始憂鬱改善，但兩年後因為減重效果不如預期，或是種種複雜的原因，導致情緒再度惡化。

6. 為什麼少數人會在接受代謝手術一段時期之後，情緒再度惡化？

術後情緒再度惡化有多重潛在因素，包括：

- 原本身體疾病未有改善或復發。
- 不良飲酒習慣在術後因為消化改變，而對心智造成更負面的影響。
- 腸道酸鹼值與代謝酵素改變，影響抗憂鬱藥物溶解與吸收。
- 未能配合術後飲食醫囑，攝取大量碳水化合物後，導致意識混亂。
- 生活品質因為其他因素而未改善，例如身體活動限制、伴侶關係問題、低自尊心等等問題。

7. 手術前後精神醫學部的合作門診會提供什麼協助？

精神醫學部為了代謝手術病患所開設的特別門診，主要協助在手術前評估個案瞭解手術的能力、醫療決策能力，以及配合術後照顧的能力，並且鼓勵個案表達過去生活壓力、工作性質、自卑感受，以及負面情緒的經驗，透過這些資訊回饋給個案更為周全的治療計畫。接受手術之後的三個月後，或是未來任何任何時間有相關疑問，皆可回診尋求幫助。

8. 心理諮商對於減重有幫助嗎？

國外研究發現認知行為治療與正念療法，都能透過改善個案的負面情緒，或是引導個案在負面情緒發生時，採用過度攝食以外的因應方式，達到輔助病患減重的目的。

目前在外科門診給病人填的問卷

姓名：_____ 病歷號碼：_____ 填寫日期：_____年_____月_____日

簡式健康量表-5 (心情溫度計)

最近一星期中(包括今天)，下列問題使您感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

在過去2星期，有多少時候您受到以下任何問題所困擾？	完全沒有	好幾天	一半以上天數	幾乎每天
1. 做事時提不起勁或沒有樂趣	0	1	2	3
2. 感到心情低落、沮喪或絕望	0	1	2	3
3. 入睡困難、睡不安穩或睡眠過多	0	1	2	3
4. 感覺疲倦或沒有活力	0	1	2	3
5. 食慾不振或吃太多	0	1	2	3
6. 覺得自己很糟、覺得自己很失敗、讓自己或家人失望	0	1	2	3
7. 對事物專注有困難，例如閱讀報紙或看電視時	0	1	2	3
8. 動作或說話速度緩慢到別人已經察覺，或煩躁或坐立不安、動來動去的情況更勝於平常	0	1	2	3
9. 有不如死掉或用某種方式傷害自己的念頭	0	1	2	3

◎ 飲食方面的問題

- a. 您是否經常覺得您無法控制吃了什麼或吃了多少嗎？ 否 是
- b. 在任一段兩小時的時間內，您是否常吃下大部分人會認為是超乎常量的大量食物？ 否 是

【如果在問題 a 或 b 的任一題中，您選擇了「是」，請繼續作答 C 題。】

- c. 在過去 3 個月中，平均來說，出現該情況的頻率有達到一週 2 次嗎？ 否 是

◎ 在過去 3 個月，為了避免體重增加，您是否常做下事情？

- a. 讓自己嘔吐..... 否 是
- b. 服用比建議劑量還高 2 倍以上的瀉藥..... 否 是
- c. 禁食至少 24 小時以上不吃任何東西..... 否 是
- d. 暴饮暴食後，為避免體重增加，特別去運動超過一小時以上..... 否 是
- e. 如果在上述避免體重增加的任一方法中您選擇了「是」，平均來說，出現該情況的頻率有達到一週 2 次嗎..... 否 是

臺灣大學李明濱教授授權同意

Lee, MB, Liao, SC, Lee, YJ, et al. Development and verification of validity and reliability of a short screening instrument to identify psychiatric morbidity. J Formos Med Assoc 2003; 102(10): 687-94。

Lee, MB, Lee, YJ, Yen, LL, et al.: Reliability and validity of using a brief psychiatric symptom rating scale in clinical practice.

J Formos Med Assoc 1990; 89(12): 1801-7。