非藥物療法的重要性

正向行為支持（Positive Behavior Support - PBS）等非藥物療法對於處理挑戰性行為# 非常重要。正向行為支持處理挑戰性行為是有科學證據支持、有效、安全的方法。根據 STOMP，在使用精神科藥物時，必須結合心理療法或其他療法，以確保智障人士獲得全面的支持。我們建議在回家度假期間繼續執行在院舍內使用的行為支持策略，以預防挑戰性行為及減低行為出現時的嚴重性。

現時較常使用的詞彙是「挑戰性行為」(Challenging behavior)，用以取締傳統帶有負面意義的詞彙，如行為問題 (Behavior problem)，隨著非厭惡性行為支持手法的發展，近年亦會使用「需關注行為」(Behavior of concern)，務求更正面地描述智障人士的狀況。本文沿用英國使用「挑戰性行為」。

總結

家庭照顧者在智障人士的藥物管理中扮演著重要角色。通過合理使用精神科藥物、記錄行為變化、加強溝通和使用非藥物療法，長遠可以提高智障人士的生活質素。

參考網頁：www.england.nhs.uk/learning-disabilities/improving-health/stomp-stamp/

撰文： 香港大學藥理及藥劑學系講師 梁碩鳴先生
香港大學藥理及藥劑學系學士課程學生 李家軒先生

版權所有，歡迎作非牟利用途，引用請註明出處。出版人已盡力確保刊物任何部份資料及意見為謹慎、準確及沒有誤導性，建議閣下作出醫療上重大決定前先徵詢專業人士意見。

智障人士藥劑師服務試驗計劃
STOMP–給智障人士的家庭照顧者

***STOMP** 計劃旨在減少對智障人士和自閉症人士不適當地使用精神科藥物，確保他們獲得適當的治療和支持。這有助於提高他們的生活質素、減少不必要的藥物使用、減少副作用、通過心理或其他治療方法改善行為，並可能減少因不適當使用精神科藥物而導致的住院和死亡風險。

香港醫院藥劑師學會
The Society of Hospital Pharmacists of Hong Kong

香港心理衞生會
The Mental Health Association of Hong Kong

HKU Med LKS Faculty of Medicine
Department of Pharmacology & Pharmacy
香港大學藥理及藥劑學系

本計劃由香港公益金資助
This project is supported by The Community Chest

***STOMP**：全名為「停止過度使用精神科藥物於學習障礙、自閉症或兩者兼具的人士」(Stopping Over-Medication of People with a Learning Disability, Autism or Both)，由英國國民保健署（NHS England）所推行計劃。

本小冊子旨在指導家庭照顧者如何協助智障人士合理使用精神科藥物，並提供相關建議。

合理使用精神科藥物

精神科藥物可以幫助治療某些精神健康問題，如思覺失調、焦慮、抑鬱、失眠等。然而精神科藥物在沒有精神科臨床診斷疾患情況下，對處理智障 人士的挑戰性行為，缺乏有力的科學證據支持。

然而，這些藥物也會帶來副作用，如便秘、排尿困難、嗜睡、體重增加、骨質疏鬆，甚至更嚴重的副作用，如增加肺炎風險、哽塞風險、跌倒風險和增加老年人死亡風險。

如因不適當的理由、大劑量或長期服用精神科藥物，可能會引起問題。

因此，根據STOMP指引，無論已經用藥多久，許多沒有適當臨床診斷疾患的智障人士，都可以安全地減少或停用藥物。

有時候，在不再需要精神科藥物時，並未進行審查或停止使用。所以定期與醫療專業人員（包括醫生、護士和藥劑師）進行檢查和諮詢十分重要，以確保持續使用藥物的適當性。

行為記錄與變化

家庭照顧者應該記錄智障人士的行為和任何日常變化，特別是在回家度假期間。任何變化（如開始或結束回家度假）都可能引發行為情緒起伏，但這並不一定意味著需要使用藥物。另外，記錄新增加或開始使用藥物時的效果和副作用是非常重要的，這決定藥物是否有幫助，及是否適合使用。

藥物減量

在跨專業團隊（包括醫生、護士和藥劑師）的討論後，藥物可以安全地減量，並有機會因減少副作用而帶來好處。有時如果行為惡化，這可能是停藥反應*，或智障人士正在適應停藥（通常在第一個月內發生），不一定意味著需要重新使用藥物。如果行為再次出現但不嚴重或可控，建議觀察至少4週再作結論。

***停藥反應** 當長期服用精神科藥物後突然停用或快速減量，有機會出現停藥反應，如失眠、焦慮和易怒。通常在第一週內發生，這些反應通常是暫時的，會自行消退。緩慢減少劑量可以大大降低停藥症狀的可能性和嚴重性。

請謹記：如果智障人士被處方定時服用的精神科藥物（非"需要時服用"），在沒有醫療團隊（藥劑師、護士、醫生）的支持下，停止或改變劑量是不安全的。

藥物管理與溝通

對於住在院舍的智障人士，家庭照顧者應在回家度假前，與院舍加強溝通，特別是需要時服用的藥物的使用情況，以確保在回家度假期間使用的藥物與院舍一致，避免因突然停藥而引起停藥反應，影響行為及情緒。