

癲癇衛教答客問

常見疑問總整理



台灣癲癇醫學會



癲癇發作是怎麼一回事？

癲癇發作是因為大腦細胞不正常放電所引起的，每次的發作通常會持續數十秒到兩、三分鐘。癲癇發作的類別有許多種，有的常見，有的不常見。發作的時候可能會出現全身抽筋，也可能只有一邊手、腳的局部抽筋，亦可能只重覆同一種動作的局部發作。

詳述病人的發作狀況是很重要的，醫師才能根據它寫處方，開出適當的抗癲癇藥物，並且針對病人的病況及生活狀況提供合適的建議。

多種癲癇之中，最常見的是『全身型僵直陣攣性發作』（即『癲癇大發作（grand mal）』）、『複雜型部分性癲癇發作』，以及失神性發作（即『癲癇小發作』）。上述癲癇發作時，病人會有一段時間意識喪失；有的情形是完全喪失意識，有的則是部分喪失。適當的措施，對於病人大有助益。

要記得，一旦癲癇開始發作，就無法阻止。此時給病人吃藥，並不能有所幫助。發作的過程必須讓它自己結束。協助病人有一個很重要的目的，那就是：要防止病人受傷。如果病人正因『癲癇大發作』而大聲嘶喊著，不必擔心，病人並非因為痛苦而喊叫，而是因為肺部空氣急促呼出的緣故。

無論如何，要保持鎮定。癲癇發作過後，病人最需要人安撫。一般而言，不必採取醫療措施。



不過呢，假若病人一次接著一次發作，意識一直無法恢復。或者，癲癇大發作的時間，持續十分鐘，那就要趕快把病人送到醫院去。要找有專屬門診、設備、及醫護專家的醫院來照顧癲癇患者。

什麼叫做癲癇？

癲癇是一種慢性、再發性的疾病，必須長期吃抗癲癇藥物治療，才可以控制癲癇發作的次數。但如果是因為特殊的原因（例如：發燒、感染發炎、喝酒、代謝異常、服用某些藥物等）才引起癲癇發作的人，只要減少或去除這些特殊原因後，可能就不會再發作了。



什麼原因會容易引起癲癇發作呢？

容易引起癲癇發作的因素有，過度呼吸、閃光刺激（例如：電視、電腦）、情緒不佳壓力大、月經導致賀爾蒙改變、睡眠不足、突然減藥或停藥、短時間內體重改變太大、持續腹瀉、服用某些藥物、血糖及電解質變化、感冒、喝酒、感染發燒等，所以必須避免以上誘因，以減少癲癇發作的次數。

癲癇發作會有什麼影響嗎？



癲癇發作的影響以意外傷害為主，包括：跌傷、摔傷、撞傷、燙傷、咬傷、溺水、窒息、吸入性肺炎、車禍等。而癲癇發作本身也可能會造成氧氣不足、內分泌變化、酸鹼度失衡、及代謝異常。若是癲癇重積狀態（短時間內重覆發作）的話，其影響會更嚴重，此時必須立即緊急送醫處理。

癲癇發作時要怎麼辦？

癲癇發作時，最重要的是維持呼吸道的通暢，若當時口中有食物或嘔吐物需趕快挖出，待全身僵直發作結束時，儘速將他翻轉成側躺的姿勢，以便



唾液流出，避免嗆到或引起吸入性肺炎；外穿高領或緊身的衣物（包括領帶及眼鏡）時，儘快解開或脫掉；將周遭尖銳的物品移開以免撞傷；用衣物墊在病人身體下面以免磨傷；至於放壓舌板並不是絕對需要，避免強行撬開病人齒顎關節，以免受傷，如果要放置需小心放置於臼齒間，以免撞斷門牙；不要強行約束，以免造成骨折；在尚未完全清醒前，不要餵食或餵藥，也不要試圖中止他發作，只需仔細觀察並記錄發作時的狀況（包括發生時手腳抽動的情形、從開始到停止的時間、隔多久才恢復知覺）；發作停止後，讓他側睡直到清醒為止，並維持舒適的姿勢和安全安靜的環境，必要時予以保暖，在他尚未完全清醒前不要離開。

癲癇發作時一定要送醫嗎？

大部份的癲癇發作是不需要送醫的，除非是發作時間太長（超過 10 分鐘）、短時間內頻繁發作（30 分鐘內發作 3 次以上）、連續兩次癲癇發作而且中間沒有恢復意識、呼吸困難或受傷時，才需要送醫院觀察治療。

癲癇要怎麼治療？

- (1) 避免引起癲癇發作的原因：減少或去除引起癲癇發作的原因，以控制癲癇發作的次數。
- (2) 使用抗癲癇藥物：每天按時服用抗癲癇藥物，不要隨便減藥或停藥，以控制癲癇發作的次數。
- (3) 開刀治療：約有 10% 的癲癇病人，因為無法用藥物控制癲癇發作，可以經由神經專科醫師評估，是否適合進行手術，選擇開刀的治療方式。



服用抗癲癇藥物時我要特別注意什麼嗎？

- (1) 每天按時吃藥，以維持穩定的藥物血中濃度。
- (2) 儘可能不要忘記吃藥，因為常常忘記，會降低治療效果或導致癲癇發作。
- (3) 假使真的忘記吃藥的話，四個小時內可以補吃，若已超過四小時就不需要再補吃，以免下次吃藥時發生藥物過量，連續兩天忘記服藥，須儘速返診。
- (4) 吃抗癲癇藥物，有些人剛開始會有想睡或噁心的情形，不過這些藥物都是從很小的劑量開始，逐漸增加，所以服用一段時間身體適應後，血中濃度達一定時，這些現象是可以獲得改善的。
- (5) 吃抗癲癇藥物不可中斷，或因為時常發作而自行增加藥量。因為突然停藥，可能會使血中藥物濃度下降，而發生「癲癇重積狀態」；自行增加藥量有些會有副作用發生，導致癲癇控制不佳，所以藥量的調整必須由神經專科醫師，依據血中藥物濃度及發作次數評估後再做調整。
- (6) 吃藥後發生過敏時，身上會起紅疹、發燒、肝功能不好、貧血、口腔潰爛、嗜睡、記憶力變差等現象，此時應暫停吃藥，並立即就醫。有些藥物過敏可能在一～二個月後才發生，所以服藥後，仍要留心觀察並告知你的神經專科醫師。
- (7) 認識藥的顏色、形狀、和大小，領藥時，藥物和以前不同時應詢問醫師。



我平時需特別注意什麼呢？

- (1) 定期回門診追蹤，聽從醫師指示，按時吃藥不要自己增加或減少藥量。
- (2) 若有癲癇發作，需記錄發作型態、持續時間、發作停止後的行為變化、回復知覺的時間以及癲癇發作的日期，並於返診時告知醫師，以作為調整藥物的參考。
- (3) 均衡的飲食，定時定量，補充足夠的維生素及纖維質（因為便秘、嚴重的腹脹可能增加發作的次數）。
- (4) 攝取足夠的維他命 B 6，含有維他命 B 6 的食物包括：深綠色蔬菜、豆製品、花生堅果類、腰果等。
- (5) 多攝取含葉酸的食物，含葉酸的食物包括：蛋、深綠色蔬菜、橘子、小麥胚芽等。因懷孕前及懷孕初期時補充葉酸，可以減少生出無腦兒、脊柱裂寶寶的機率。
- (6) 避免短時間內喝太多的水：每 4 – 5 小時內喝水不能超過 800~1200 cc（因為過多的水份易造成腦水腫與低血鈉，易引發癲癇發作）。
- (7) 洗澡最好用淋浴，不要用盆浴，以免突然發作時造成溺水；廁所門宜向外開，以免發作時擋住門，導致無法開啟影響救援。
- (8) 居家環境宜避免尖銳的傢俱，物品擺設應簡單。
- (9) 早睡早起保持規律的生活，睡眠充足，不吃刺激性的食物，不喝含酒精性的飲料。
- (10) 維持正常社交生活，但外出時避免駕車或從事登高、游泳等危險活動。



- (11) 仍然可以繼續工作，但避免單獨操作危險的機器。
- (12) 保持身心輕鬆愉快，避免情緒不佳或壓力過大。
- (13) 外出時身上應帶識別卡，以便發作昏迷時，他人能做緊急處置。

吃抗癲癇藥物的同時可以吃 避孕藥嗎？

因為有些抗癲癇藥物會減低避孕藥的效果，所以當你選擇使用避孕藥時，應先與你的神經專科醫師及婦產科醫師討論後，再選擇適合自己的避孕藥。



吃抗癲癇藥物會不會導致不孕呢？

一般說來，抗癲癇藥物並不會導致不孕，但少數癲癇婦女會因服用抗癲癇藥物導致多囊性卵巢，而降低懷孕的機會。

忘記吃藥的處理？

請直接諮詢專業醫藥人員。



何時可以減藥及停藥？

未經醫師同意不可自行減藥或停藥，基本上減藥或停藥需2年以上未發作者，經專業醫師評估後使可減藥，減藥後1年未發作者，經專業醫師評估後使可停藥。

我可以工作嗎？

因為癲癇可能突然發作，建議你應避免在高處的工作環境，以避免因發作而跌落，也應避免從事沒有防護措施的機器操作及駕駛工作。此外，由於你必須有規律的生活及充足的睡眠，故應該避免從事夜班的工作。至於其他職業的選擇就依個人的專長和興趣來選擇即可。



我可以開車嗎？

當癲癇控制未佳時，若駕駛汽機車可能不但自己受傷還會危害到別人。原因是駕駛需要全神貫注，不容有一分一秒的失神，因此不論大小發作，甚至手腳短暫麻痺抽搐，都可以導致車禍的發生。對此，國際抗癲聯盟及國際癲癇局對癲癇建議，有時常癲癇發作者不應取得駕照，若在一定期間內均無發作者，一般應可核准駕照(一至二年)。

目前臺灣監理法令規定癲癇病患不得報考汽、機車駕駛執照(現行道路交通安全規則第六十二條及六十四條)。在目前臺灣監理法令規定未完善前，最安全的作法就是不駕駛汽、機車，直至法規完善時。



癲癇患者可以游泳嗎？

癲癇朋友當然可以游泳，條件是需有同伴（如家長、兄弟姊妹、朋友、同學）隨行，而且同伴知道你有癲癇，並且避免到深水區、不合格、或無救生員的泳池及水域。幼童則需有家長

陪伴。下水應依一般游泳注意事項進行，如先做暖身運動、池邊不奔跑、不跳水。最重要的是，一定要定時服藥，疲倦時不要下水。其他適合癲癇朋友的運動包括：賽跑、健行、競走、籃球、排球、乒乓球、棒球、壘球、羽毛球、網球、回力球、高爾夫球、足球（但不要用頭頂球）、土風舞。簡單的說，只要沒有潛在危險性的，或不會造成更進一步頭部傷害的運動都適合。從事新的運動前，先請教你的主治醫師。事實上，運動越多，對癲癇朋友越有好處。



癲癇發作是否傷害智力？

癲癇發作是否會傷害智力，首視癲癇種類。失神性發作（小發作），本身不會影響智力，但若不治療而頻頻發作，則會影響其學習能力，造成成績低落。大發作（全身性僵直陣攣型發作）時，因呼吸肌痙攣而致呼吸中斷，產生短暫腦缺氧，若長期反覆發作，即如反覆腦缺氧，則智力衰退是無法避免的。



其他的癲癇，如肌抽躍性發作、失張力性發作、單純型部份性發作、或複雜型部份性發作，都可能因意外（如摔倒撞傷頭或溺水）導致腦傷而造成智力損害。少部份癲癇肇因於罕見的退化性腦病者，智力衰退是其必然的過程。因此，要預防癲癇導致之智力衰退最好的辦法，就是積極治療、按時服藥及預防意外之發生。

癲癇會遺傳嗎？

會遺傳的癲癇多半是好的癲癇（良性癲癇）。造成癲癇症的原因很多，產傷、腦子先天發育異常、中樞神經感染，極少數先天代謝異

常、頭部受傷、腦瘤、中風。故癲癇起因可分二類：一是次發於某種腦病變之後的（次發性癲癇），二是找不到原因的（原發性癲癇）。遺傳來的癲癇，即屬後者。

次發性的癲癇一般較難治癒，因腦中既存之病灶不易消除。良性癲癇則有下列特質：容易治療，一種藥低劑量就可以達到完全控制的效果；病人外觀上完全正常，沒有頭手足等的神經損傷、智力是正常的、病人的所有檢查，包括腦部構造影像（如電腦斷層或是磁振造影），全都正常；腦電圖上除了癲癇放電波外，背景腦波亦完全正常。這些良性癲癇大約有四分之一到一半以上具有遺傳特質，也就是家族中有這種病。具遺傳特質的良性癲癇症候群包括有：「兒童失神性癲癇」、「良性兒童腦中央區及顳葉棘波癲癇」、「良性兒童腦枕葉棘波癲癇」、「青少年肌抽躍性癲癇」，「青少年失神性癲癇」，和「清晨覺醒時大發作癲癇」。



懷孕時服用抗癲癇藥是否會傷害胎兒？

研究顯示，25~33%的女性癲癇朋友在懷孕時發作會增加。懷孕時發作，特別是全身抽搐的發作常合併呼吸中斷，會致母子缺氧而傷害到胎兒，甚至流產。在發作時之摔倒或碰撞亦可傷及胎兒。美國食品與藥物管理局將所有藥物依致畸胎性分為A, B, C, D, X五級目前，在台灣使用的抗癲癇藥物不是C級（鎮頑癲、妥泰、樂命達、赦癲易、悠閒、概



別癲、除癲達等）就是D級（其他多數抗癲癇藥物）。（C級指致畸胎性未明，但懷孕中用藥，利多於弊；D級指確有致畸胎的可能，但懷孕中用藥，利多於弊）

所幸，抗癲癇藥物導致的胎兒畸形常以顏面和肢端為主，如鼻子較短扁、耳朵過低、嘴巴寬大、人中過長、手指粗短等。偶見較嚴重的小頭畸形、發育遲緩、心臟病、或神經管缺損等。故癲癇朋友可以懷孕生子，但應先獲得良好的控制才懷孕，且懷孕中僅服用最少之必要藥物。

七、中藥可以治療癲癇嗎？

西方醫學傳入中國不過百年，中國人靠著中藥和針灸維持了五千年的命脈，傳統醫學的功效實不容小看。許多中藥的真正作用機轉未明，針灸亦然，但國內外已有許多中醫學者進行研究。我們建議，當癲癇以西藥控制不佳時，或產生無法忍受之副作用時，不妨輔以傳統治療，但仍應持續抗癲癇藥物之使用，或考慮進一步之癲癇手術治療。



癲癇患者是否有社會福利？

癲癇朋友之社會福利最基本的有二種，即身心障礙手冊（通稱殘障手冊）與重大傷病卡。

申請身心障礙手冊的適應症有二，一為頑性癲癇，另一為其他原因造成的殘障，如腦炎、腦受傷、良性腦瘤、中風、或難產造成的智障或手腳癱瘓。若造成癲癇的原因是因惡性

腦瘤、尿毒症、或紅斑性狼瘡等，那麼就可以直接用這些病來申請重大傷病卡。欲申請殘障手冊

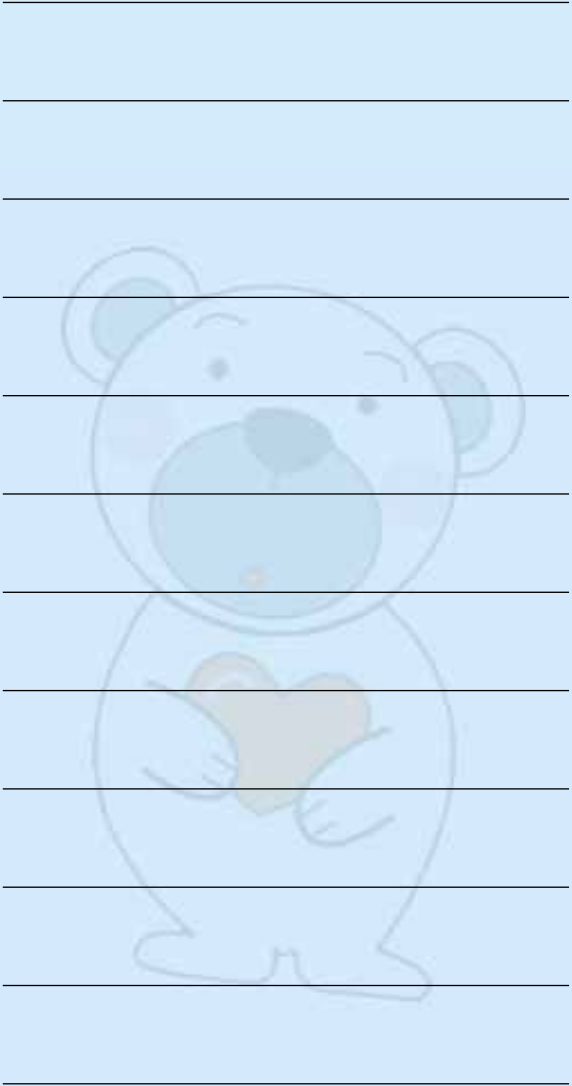


或重大傷病卡時，可洽詢其主治醫師。

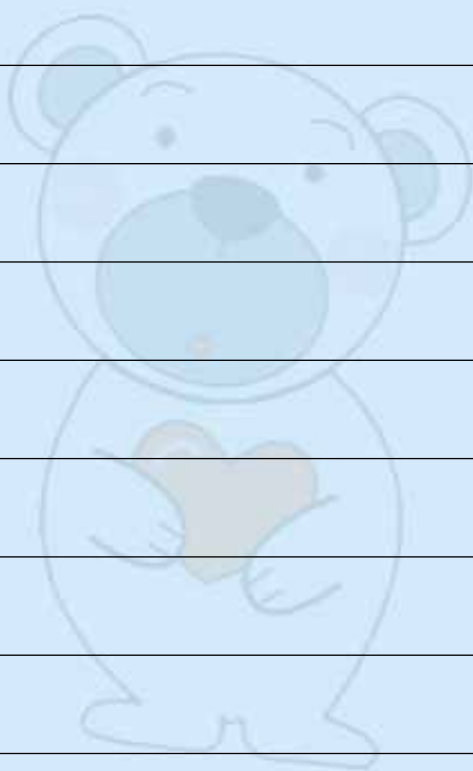
現行身心障礙福利措施含：生活補助、殘障收容服務補助、臨時照顧服務、特殊教育、出國進修獎助，學費及獎助學金、交通車或交通費補助、技藝訓練及就業輔導、交通及停車優待、殘障專車等許多福利。此外，持上述二卡者均有就醫費用減免補助，此為最直接之福利。



NOTES



NOTES



提供癲癇患者專業的服務

中國醫藥大學附設醫院癲癇病友俱樂部
台大醫院癲癇病友聯誼會
台中榮民總醫院神奇之友會
台北市立聯合醫院中興院區癲峰造極同學會
台灣兒童伊比力斯協會
台灣癲癇之友協會
光田癲癇病友聯誼會
社團法人台南市癲癇之友協會
社團法人台灣超越巔峰關懷癲癇聯盟
社團法人高雄市超越巔峰關懷協會
社團法人雲林縣癲癇之友協會
花東地區癲癇病友會
長庚醫院癲癇病友會
屏東縣癲癇之友服務協會
為恭醫院癲癇病友會
恩主公醫院閃電俠聯誼會
財團法人彰化基督教醫院癲癇之友會
跳躍的音符兒童發展協進會
澄清癲癇之友會
壠新癲癇病友聯誼會

台灣癲癇醫學會

Taiwan Epilepsy Society

112 台北市石牌路二段201號

電話：886-2-2876-2890

傳真：886-2-2876-2891

網址：www.epilepsy.org.tw

E-mail:epil1990@ms36.hinet.net

■ 完稿：劉玉梅

■ 編輯／校對：關尚勇