



癲癇患者日常生活注意事項

- 一、睡眠一定要充足。
 - 二、情緒要穩定，不可給予過度緊張或刺激的工作及壓力。
 - 三、按時服用藥物，不可突然停藥或增減劑量。
 - (一)應避免與其他藥物一起服用，如：胃藥、感冒藥、重鎮靜劑，因會產生交互作用而有不良效果，也應避免與牛奶、食物一起服用，因為會降低癲癇藥物的吸收，進而影響血中抗癲癇藥物的濃度。患有胃潰瘍者，服用胃藥時，最好與抗癲癇藥物相隔 2 小時。
 - (二)應養成規則服藥的習慣，因不規則服藥會影響血中藥物的濃度，如此易造成副作用或引發癲癇的發作。
 - (三)服用抗癲癇藥物，有些人初期會有頭暈、想睡或噁心的現象，不過這些藥物的給予都是從很小的劑量開始，再逐漸增加。所以服用一段時間身體適應後，血中濃度達一定時，這些現象都可以獲得改善。
 - 四、避免過多刺激性飲料，例如：酒、咖啡、茶。
 - 五、預防感染及發燒情況發生。
 - 六、不可單獨游泳或在浴缸內浸泡。
 - 七、避免單獨騎單車、機車或駕駛汽車。
 - 八、避免在高處走動及遊戲。
 - 九、最好避免從事較危險的活動，例如：攀岩或潛水。
 - 十、避免太接近火爐或油鍋。
 - 十一、居家環境宜避免尖銳的傢俱，物品擺設應簡單。
 - 十二、有些癲癇病人受到某些特定刺激時易引發發作，例如：閃光、特定聲音、驚嚇等，如果有這些誘發因子，則要儘量避免。
 - 十三、患者請務必攜帶癲癇卡及使用藥物名稱，聯絡電話等。
 - 十四、某些藥物，在少數特異體質的病人會產生嚴重的過敏反應，如：癲通、癲能停、魯米那。當服用藥物後，身上如有起紅疹、發燒、肝功能變差、貧血或口腔潰爛等現象，此時應暫停服藥，並立即就醫。
- 四、參考資料:馮容芬(2024)·神經系統疾病之護理·於劉雪娥總校閱，成人內外科護理(九版，171-177 頁)·華杏