



葵涌醫院  
KWAI CHUNG  
HOSPITAL



醫院管理局  
HOSPITAL  
AUTHORITY

出版：葵涌醫院  
地址：新界葵涌醫院道3-15號  
電話：2959-8111  
傳真：2745-7610  
網站：www.kch.org.hk

二零一五年三月初版  
版權所有·翻印必究

# 安眠藥

## 甚麼是安眠藥？

此藥物可幫助睡眠，對於有入睡和持續睡眠困難的人特別有效。但此藥物只適宜作短暫使用，因為長期服用會產生心理及生理的倚賴。

## 安眠藥有甚麼類別？

### 抗組胺藥

- 有甚麼醫藥用途？
  - 用於減輕過敏和傷風感冒症狀，例如皮膚痕癢、紅腫、流鼻水、打噴嚏等
- 藥物作用機制？
  - 抗組胺藥是H1受體阻滯劑，抑制組織胺對血管、胃腸道和呼吸道的的作用
- 有甚麼副作用？
  - D乾、視力模糊、小便困難、有睡意。患有青光眼、前列腺肥大和小便阻塞的患者要小心使用

### 鎮靜劑

- 有甚麼醫藥用途？
  - 除了作為安眠藥外，還可用於治療緊張和焦慮等症狀，所以對於治療一些因緊張和不安情緒所引致的失眠特別有效
- 藥物作用機制？
  - 透過影響腦內GABA受體的化學作用，增加或減少一些腦內神經傳導物質，如γ-氨基丁酸、血清素、去甲腎上腺素等的濃度和活動，達致安眠的效果
- 有甚麼副作用？
  - 頭暈、昏眩、有睡意、疲倦、不能平衡、失憶、行動遲緩、D乾、動作不協調和上癮等。切忌和酒精飲品混合服用
  - 此類藥物較易被濫用，所以一定要經醫生診治和處方才可服用
  - 服藥期間，切忌自行停藥，應按照醫生指示逐漸減低藥量，避免不適或出現相反作用，例如失眠、震顫、流汗等

### 非鎮靜劑

- 有甚麼醫藥用途？
  - 用於治療失眠，此類藥物的藥力很快生效，但作用時間較短，能減少服用者醒後仍覺疲倦的問題
- 藥物作用機制？
  - 透過強化腦內GABA受體的化學作用，達致安眠效果
- 有甚麼副作用？
  - 作悶、暈眩、疲倦、腸胃不適、頭痛、記憶紊亂、上癮
  - 此類安眠藥比鎮靜劑較少副作用，而被濫用的機會亦較低，只適宜短期服用，因為長期服用會使人習慣藥性，使藥物療效減低，而且長期服用會使人產生依賴及上癮

如服用安眠藥期間，出現副作用的情況，患者毋需擔心，請盡快告知醫生從而作出適當的調節。

## 服用安眠藥須知

應要	不要
<ul style="list-style-type: none"><li>嚴格遵從醫生的指示</li><li>服藥前，清楚藥物的名稱、服用劑量及次數等</li><li>詳細閱讀藥物標籤</li><li>留意藥物之劑量、性質、功效、禁忌和副作用</li><li>清楚使用服用方法</li><li>妥善儲存</li><li>完成整個療程</li><li>如對藥物存疑，與家人商討，並向醫護人員求助</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>擅自改變服用劑量及次數</li><li>擅自停止服用</li><li>不定時、不定量服用</li><li>與酒精飲品服用</li><li>將藥物放入其他藥瓶內</li><li>在沒有遵從醫生指示下同時服用多種藥物</li><li>向醫生隱瞞服用的情況</li></ul>