

因應與求助



- >> 酒癮不是一天養成的，因此也需要長時間，分階段逐漸養成戒除依賴酒精的習慣。
- >> 酒癮是可以治療的。酒癮患者一段時間不喝酒就會產生戒斷症狀，身體會出現如胃腸不適、嘔吐、心跳加速、失眠等現象；心理會出現焦慮不安、幻聽、妄想等症狀。
- >> 戒斷不適可透過精神科醫師提供藥物減緩症狀，協助患者停止喝酒的行為；心理不適可連結心理治療重建健康新生活。
- >> 最重要的是相信自己，有能力打敗酒癮，千萬別未戰先敗。

貼心小叮嚀



- >> 空腹喝酒，要避免；持續喝酒，要不得。
- >> 勉強喝酒不應該、千萬不可喝酒比賽；喝酒過量最傷身。
- >> 喝酒速度不宜快。
- >> 未成年、孕婦、貧血症、痛風、糖尿病、消化性潰瘍、心臟病、肝病、骨病變、都不適合喝酒。
- >> 藉酒澆愁愁更愁，傷了感情，毀了家庭。

酒癮的認識



何謂酒癮

固定酗酒且產生心理依賴，以致於個人健康、社會活動及職業功能也受到傷害者。

酒癮自我檢測：我到底有沒有酒癮呢？

以下4個問題有1題以上答案為「是」，就可能已經有酒癮了，要儘快找精神科醫師評估與處理：

你覺得自己最好少喝一點嗎？	<input type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否
有人批評你喝酒的事情而讓你感到困擾嗎？	<input type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否
你會因為喝酒而有愧疚感嗎？	<input type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否
你會一早起床就需喝酒，才覺得舒服穩定嗎？	<input type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否



桃園市政府衛生局 關心您

桃園市政府衛生局 酒癮戒治處遇服務方案

由於酒精取得合法及容易，使得酒精成癮已成普遍存在且易受忽略之物質濫用問題。考量現行全民健康保險法，並未將酒癮治療納入保險給付範圍情況下，本局提供門診治療、住院治療、心理輔導或認知教育輔導等戒癮處遇治療服務，以協助擺脫酒癮。

>> 補助對象：桃園市民且自願性戒酒者。

>> 補助原則：

- 1.本補助方案須由專業醫師經門診診療，以評估患者物質濫用程度，若其合併有戒斷生理症狀，則協助安排住院治療、心理輔導或認知教育輔導。
- 2.本補助方案提供戒酒期間所產生之醫療費用補助，該年度補助以一次為限且經費用罄為止。

>> 申請流程：詳細補助內容及申請手續請洽詢桃園市政府衛生局。

桃園市戒癮醫療機構

機構名稱	聯絡地址	聯絡電話
衛生福利部 桃園療養院	桃園區龍壽街 71號	(03)369-8553
敏盛綜合醫院 (僅限門診)	桃園區經國路 168號	(03)317-9599
長庚醫療財團法人 林口長庚紀念醫院	龜山區復興街 5號	(03) 328-1200
長庚醫療財團法人 桃園長庚紀念醫院 (僅限門診)	龜山區舊路村 頂湖路123號	(03)328-1200
居善醫院	大園區大觀路 910號	(03)386-6511

桃園市民間互助戒酒團體

戒酒無名會

電話：03-3698553分機2201~2208

地址：桃園市桃園區龍壽街71號

團體成員：凡是想停止喝酒的人都歡迎成為我們的一員，所有成員對外亦均保持個人的匿名。

團體方式：

1.定期聚會：團體成員從閱讀資料與分享討論中，彼此提醒、鼓勵與支持。

2.個別輔導：由資深的成員擔任輔導者，協助與督促新成員執行康復計畫。

費用：成員無須繳納任何會費或費用。

團體時間：週一至週五晚上7:30

週日上午11:30

團體地點：桃園療養院1樓研討室。



桃園市政府衛生局網址 <http://dph.tycg.gov.tw/>
電話：(03) 332-5880 傳真：(03) 336-2516