



## 電療治憂鬱 很可怕嗎

劉翊安 文

現代人生活步調快，有來自四面八方的壓力：課業、工作、感情等等，這些壓力的累積讓憂鬱症成為了和糖尿病一樣的主流病症，甚至比高血壓這類疾病更危險，根據衛生福利部的全國自殺死亡人數統計資料顯示：從民國92年至105年，自殺雖已從十大死因退居為第十二名，但105年死亡人數仍有3765人。

日前韓國知名團體SHINee主唱鐘鉉也因憂鬱症自殺身亡，震驚了許多人。關於憂鬱症，不是一兩句安慰人的話就可以將憂鬱和絕望的情緒帶走的，看起來光鮮亮丽的明星同樣難逃憂鬱症的束縛。

然而，對於如鐘鉉一般藥物治療也無法控或是有高自殺傾向的憂鬱症或躁鬱症患者，現今還有一種物理治療法叫做「電療法」。乍聽起來好似非常可怕，很多人一聽到「電療」，就會想起電影裡或中古世紀歐洲的嚴峻酷刑，但其實現今的電療已是十分有科學根據，且病患在治療時會進行麻醉，不會有什麼感覺，並非一般人所想像的恐怖。





韓國明星鐘鉉飽受憂鬱症折磨，日前自殺身亡。（圖片來源 / 維基百科）

## 電療的歷史

根據《[Electroconvulsive Therapy](#)》，電療的歷史可追溯至1930年代，科學家對狗進行電擊，發現電擊動物的大腦會觸發癲癇、痙攣的症狀，並且在屠宰豬隻的時候發現電擊豬隻會使豬隻昏迷而非死亡，才進一步進行人體實驗。

1938年，出現第一位接受電療的精神分裂症患者，當時的電療並沒有麻醉，是直接電擊該名病人來觸發痙攣。第一次電擊時並無任何改善，到了第二次電擊後，醫師問該病患是否記得發生過什麼事，該病患表示自己像是睡了著，完全記不得發生過的任何事情，經過十一次的電擊治療後，該病人就完全康復了。

在這樣的誤打誤撞之下，科學家發現痙攣可以用以治療精神疾病，但直接電擊的方式過於殘忍，在過去一直飽受各界抨擊，隨著麻醉技術的進步，現今的電療已不再如以往可怕，也可以達到顯著的治療效果。

## 電療的原理

電療，又稱電痙療法（ETC），全名為電痙攣治療（Electro-convulsive Therapy），是透過將電流通過患者腦部，引發病患腦部細胞自行放電（Synchronized Discharge，又稱癲癇波）。

電療法是透過儀器使腦部神經細胞的自發性同步放電，而不是讓電流持續通過大腦。電療所提供的電力引發腦部的一些細胞發生生理變化，如：穩定神經傳導介質、增加腦部神經滋養因子。這樣的方法能使病患的大腦功能得以調整，進而能夠控制或治療因大腦功能失調引起之神經疾病。





電療用儀器。( 圖片來源 / 維基百科 )

## 單側電療和雙側電療

電療的型式大致可區分成「雙側」和「單側」電療，而雙側電療又可再細分為「雙側顳葉」和「雙側額葉」電痙攣療法。新竹市馬大元精神科診所院長馬大元解釋，雙側電療是電流經由通過雙側大腦顳葉達到療效，並將電擊放置在頭部兩側。單側療法多將電擊放置在右側顳葉，會放在右側，是因為語言區是在左腦，放在右腦較不會影響到病人說話的能力，不過在臺灣大部分幾乎都是用雙側電療，很少使用單側，其實也沒有差到很多。

目前臺灣大醫院的精神科才會有電療，在一般的精神科診所並無提供這樣的治療法，在藥物無法控制抑或是無法使用藥物時，醫生才會建議用電療的方式治療。



雙側電療示意圖。( 圖片來源 / HowStuffWorks )

## 電療沒有想像中可怕

國立交通大學機構典藏系統版權所有 Produced by IR@NCTU

馬大元說：「這有點像是我們透過物理治療來讓大腦重新開機，過程中也會麻醉，所以在電療的過程中病患完全是沒有感覺的。」

根據馬大元表示，接受電療前，跟一般動手術很類似，需先禁食四個小時以上，以免治療時嘔吐、肺部吸入異物。施行電療時，先上廁所把尿排乾淨，若有假牙也得取下，用酒精把太陽穴附近擦拭乾淨，並貼上導電片。接著，讓患者放輕鬆，仰臥在床上，在頸部下方放一個小枕頭，讓頭部微微向後伸展，以保持呼吸道暢通，接著放壓舌板於大白齒處，防止治療時咬傷舌頭。

經過妥善的麻醉，便能進行電療。電療通電時間非常短，電能也很小，若治療成功即可見到患者出現類似癲癇發作的痙攣，通常持續數十秒。醫護人員會固定好患者的四肢，以免揮舞時受傷。等到痙攣結束，靜待患者慢慢清醒，大部分患者會完全記不得電療過程中痙攣的事，只彷彿睡了個覺而已。

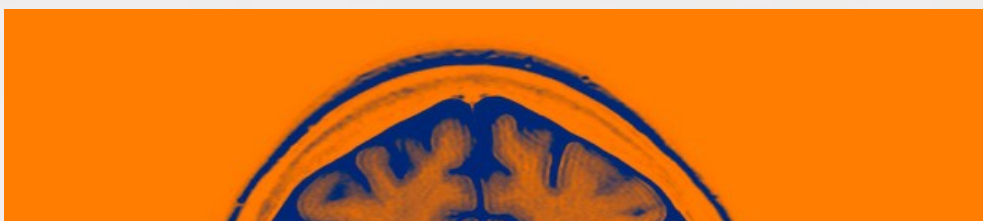
另外，對於某些特例，電療這樣的物理治療法比起藥物的化學治療又顯得安全一些，例如對於有憂鬱症的孕婦而言，吃藥是有導致胎兒畸形的可能，那使用電療就可以完全避面這個問題。

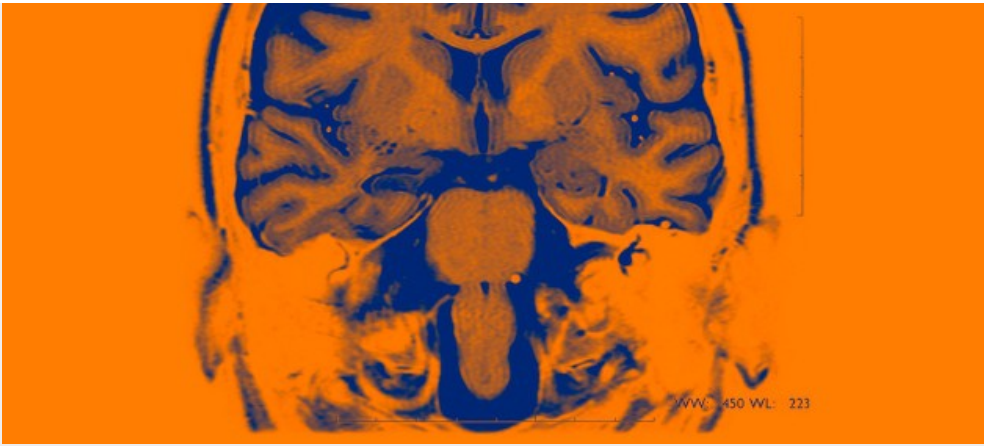
「我之前有個病人就是懷孕每週都去做電療，最後生下來的寶寶很健康，所以電療其實沒那麼恐怖。」馬大元表示。

## 最新趨勢 電療晶片

根據最新《自然》(Nature)的醫學期刊報導，加州大學和麻省總醫院的研究人員利用人工智慧演算法設計一款晶片用來找到並偵測大腦中情緒異常的活動，並用電磁脈衝，透過「深層腦刺激」來改變大腦中的化學物質。這樣的治療法早已在多年前應用於帕金森氏症上，而這個加州團隊則是將晶片用以治療如憂鬱症、躁鬱症的病患，並對患病的軍人進行人體實驗。比起以往使用相同手法治療憂鬱症，但卻時常失敗的數據，該團隊在這次晶片研發掌握了憂鬱和躁鬱等心理疾病的要素，改善了治療的效果，也相信這項發明亦可以幫助有心理疾病的患者。

上述的實驗其實和電療的原理很相似，只是比起電療又更具侵略性，比起帕金森氏症這類確定是中樞神經系統中的運動神經受損退化，憂鬱症又更為複雜，是腦部不同部位失調而造成，馬大元表示：「或許該團隊掌握了一些部位做調整來做出這款晶片。」





原本植入的晶片是用以治療癲癇和運動不正常的疾病。( 圖片來源 / 《自然》 Nature )

## 電療都沒有副作用嗎

根據NCCI美國國家生物技術中心的資料顯示，即便電療對於重度憂鬱、躁鬱及精神分裂的病人來說是一個很不錯的選擇，但沒有一個治療是都沒有後遺症的，電療也是，相較起藥物帶來的副作用也少一些，如：短期記憶障礙、頭痛、噁心嘔吐或是全身肌肉痠痛等，不過這些副作用在療程結束都可以透過吃藥來緩解。

## 醫師治療加上心理諮商 才是最佳解

許多人都會私底下懷疑自己是否得了憂鬱症，去網路上查憂鬱量表時確認自己可能有憂鬱的傾向，卻因為擔心被異樣的眼光看待，遲遲不敢尋求醫生或是心理諮商師的幫助，當認識了憂鬱症裡聽起來最恐怖的治療，或許對治療的負面想法也會慢慢改觀。

所以，也現在憂鬱症裡掙扎的人們，或是身邊有重度憂鬱、躁鬱症的友人，請告訴自己或這些人：「你們不奇怪，你們不是一個人，去看醫生或是去找諮商師吧！」



## 正解：談論憂鬱症對趕走小鬱是有幫助的！

勇於面對憂鬱症，才會解決問題。（圖片來源 / 小鬱亂入）



記者 劉翊安



編輯 洪儷娟