



## 助人工作者與飲酒自傷 個案

林家豪

汐止國泰醫院 關懷訪視員

與個案工作過程中發現，嘗試用酒精結束生命的人佔了一定的比例，他們用不斷飲酒的方式，也許是想轉移自己低落的情緒，或是逃避某些壓力源，甚至把酒精當成一把武器，執行結束生命的行動。A個案轉介到

我這的原因是精神科診斷合併酗酒，而且拒絕服藥，讓家人感到十分焦慮。和個案開始工作後，才發現他的飲酒動機是自身有很強烈的自殺動機，對生活有強烈的無望感。「喝酒可以麻痺很多感覺，搞不好有一天喝著喝著就一命嗚呼了」他對我說著。

長期的酗酒讓個案不管是肝臟、胃部、膽囊都造成不可逆的破壞，對其精神狀況也影響甚鉅。即使已經被醫生宣布隨時都有可能因胃靜脈破裂而吐血暴斃，他仍每天飲酒，每天麻痺自己，等待他期待的那天到來。酒精成癮的人約有15%會造成慢性酒精中毒，所謂慢性酒精中毒指對酒精產生相當大的依賴，會演變成"喝了對身體造成很大的傷害、但不喝也造成很大的戒斷症狀(盜汗、焦慮、極端激動、出現幻覺)"這般進退不得的狀況出現。有高比例的人因為在喝酒後而作出自殺行為，也有人直接把酒精跟藥品混合使用當作一個自殺工具。可見酒精的使用與自殺防治有著密不可分的關聯，因為它不是單一的使用方式，使用時間的長短、使用量的多寡、有沒有搭配其他物質的使用，以及使用完後所產生的行為，都是值得個別探討與有不同處遇的自殺議題。

個案去年年中因為身體不適，住進了醫院，一住就是三個多月。其中不管醫院端的治療、家屬的細心照護以及停止再使用酒精自傷，都讓個案在出院後減少許多飲酒量，以及對自己健康不再忽視與消極，可見長期酗酒的個案更需要不同照護面向同時與長期進駐，才能達到穩定與維持個案的身體狀況以及減少酒精的使用。