

單位名稱	聯絡地址	聯繫電話
國立陽明交通大學附設醫院	03-9325192	宜蘭縣宜蘭市新民路152號
醫療財團法人羅許基金會羅東博愛醫院	03-9543131	宜蘭縣羅東鎮南昌街83號
天主教靈醫會醫療財團法人羅東聖母醫院	03-9544106	宜蘭縣羅東鎮中正南路160號
臺北榮民總醫院蘇澳分院	03-9905106	宜蘭縣蘇澳鎮蘇濱路1段301號
臺北榮民總醫院員山分院	03-9222141	宜蘭縣員山鄉內城村榮光路386號
臺北榮民總醫院員山分院附設門診部	03-9371717	宜蘭縣宜蘭市林森路1號
海天醫療社團法人海天醫院	03-9308010	宜蘭縣壯圍鄉古亭路23之9號
宜蘭員山醫療財團法人宜蘭員山醫院	03-9220292	宜蘭縣員山鄉深溝村尚深路91號
平和身心診所	03-9559960	宜蘭縣五結鄉禮運路38號
光中身心診所	03-9312300	宜蘭縣宜蘭市光復路30號2樓
雅信診所	03-9326498	宜蘭縣宜蘭市民權路2段102號1樓
五餅二魚身心科診所	03-9550705	宜蘭縣羅東鎮林森路154-1號
王意心理治療所	0958-821351	宜蘭縣宜蘭市女中路3段102號2樓
享受美光心理治療所	0939-504295	宜蘭縣宜蘭市黎明三路329巷55弄11號
馨家心理治療所	0963-621858	宜蘭縣宜蘭市民權新路340號1樓
立心理諮商所	0908-166003	宜蘭縣五結鄉二結路370號2樓
展愛心理諮商所	0908-199365	宜蘭縣羅東鎮光明街161號1樓
宜然自得心理諮商所	03-9109776	宜蘭縣礁溪鄉和平路16巷1號
聊癮心理諮商所	0930-121253	宜蘭縣羅東鎮康莊路42號
伴心理諮商所	0975-087710	宜蘭縣礁溪鄉仁愛路11巷5號1、2樓
永恩心理諮商所	0976-026227	宜蘭縣宜蘭市中山路一段660巷15號1樓
喜悅心理諮商所	03-9658926	宜蘭縣五結鄉舊街一路110巷10號1-2樓
雨後心理治療所	03-9657998	宜蘭縣五結鄉台興路96號1樓

我到底有沒有酒癮？

以下四個問題中若有一題以上答案為「是」，就可能已經有酒癮了，要盡快找精神科醫師評估與處理。

- 您曾經不想喝太多，後來卻無法控制而喝酒過量嗎？
- 家人或朋友為您好而勸您少喝一點酒嗎？
- 對於喝酒這件事，您會覺得不好或感到愧疚嗎？
- 您曾經早上一起床尚未進食之前，就要喝一杯才覺得比較舒服穩定？

酒癮戒治
補助諮詢專線



03-9351087

有問題誰可以幫忙我？

單位名稱	聯絡地址	聯繫電話
宜蘭縣政府衛生局(社區心理衛生中心)	03-9322634 03-9367885	宜蘭縣宜蘭市女中路二段287號
宜蘭縣羅東鎮社區心理衛生中心	03-9513880	宜蘭縣羅東鎮北成路一段2號
宜蘭縣員山鄉社區心理衛生中心	03-9220885	宜蘭縣員山鄉員山路一段207號2樓

或洽詢宜蘭縣各鄉鎮(市)衛生所



宜蘭縣政府衛生局 關心您 廣告

什麼是酒癮

酒癮具有以下特色：

- 一個原發性而慢性化的疾病，受到遺傳、社會心理、環境多方面而影響到它的進程以及表現
- 會很想喝酒。
- 一旦開始第一口酒便會一直想喝下去，也很難減量。
- 對酒精產生耐受性：要增加喝酒量來達到以前喝酒的效果。
- 對酒精產生依賴性：長期過量飲酒後，一旦停止或減少喝酒，會出現戒斷症狀（包含嘔吐、噁心、顫抖、焦慮、坐立不安，甚至幻覺或癲癇）。
- 即使喝酒行為已經出現家庭破壞，健康惡化，或違反法律的問題，仍然繼續飲酒。
- 酒癮的身體狀況日漸惡化且危及生命。

酒癮問題為生命帶來極大威脅

- 酒癮患者較一般人減少10年以上之平均壽命。
- 3.8%的全球人口死亡是因為使用酒精所引起。
- 4.6%的全球疾病負擔是歸因於酒精使用（約與菸草相同）。
- 20-30%的食道癌、肝癌、肝硬化、癲癇、他殺及車禍事件與酒精使用有關。
- 60種以上的身體疾病及傷亡事件與飲酒相關。

酒癮者之器官病變

長期飲酒對身體所造成的傷害不亞於糖尿病，同樣可能造成許多器官的病變，列舉幾項重要的傷害如下：

- 神經系統：中樞神經的危害包括憂鬱症、癲癇、酒癮、精神病、失憶或失智症等。另於周邊神經的危害則最常多發性神經病變。
- 心臟血管系統：心臟病、高血壓、出血性及缺血性腦中風。
- 消化道系統：肝炎、肝硬化、肝癌、食道癌、口腔癌、胰臟炎、胃食道逆流、消化道潰瘍、食道破裂出血等等。
- 肌肉骨骼系統：肌肉萎縮，骨頭缺血性壞死。
- 乳癌。
- 生殖系統：性慾降低、性功能障礙、不孕。
- 胎兒酒精依賴症，造成胎兒生長發展遲滯。
- 免疫系統降低造成感染疾病機率上升，如肺結核。
- 皮膚、眼睛與耳部病變。



因應與求助

- 酒癮可以治療：精神科醫師提供藥物減少戒斷不適，協助患者停止喝酒，之後以心理治療重建生活。最重要的是，要相信自己有能力戰勝這號敵人，千萬別未戰先敗。
- 酒癮的治療階段：早期發現→早期介入（動機晤談/短期諮商）→治療酒精戒斷症狀→復健（認知行為治療）→復發預防。
- 酒癮如同氣喘、高血壓一樣是屬於慢性病，需要長期抗戰。
- 若懷疑自己或家人有酒癮相關問題，請早期尋求各醫療機構精神科或各縣市衛生局協助治療。

