Chinese Simplified

电休克治疗
(ECT)

ElectroConvulsive Therapy
(ECT)

本手册属于：

目录

关于电休克治疗 1
什么是电休克治疗(ECT)？ 1
ECT 对谁最有帮助？ 1
ECT 是如何进行的？ 2
ECT 的常见副作用及如何照顾好自己 3
首次 ECT 治疗前 5

在医院做好 ECT 准备 6
前一天晚上 6
当天早晨 6
ECT 治疗之后 7

在家中做好 ECT 准备 8
前一天晚上 8
当天早晨 8
ECT 治疗之后 10

了解有关 ECT 的更多信息 11

名词解释 12

您在阅览本手册时，请写下您想到的任何问题，并向精神科医生、家庭医生和护士咨询。

如果您听到或看到不熟悉的其他词语，请要求我们解释。

关于电休克治疗

什么是电休克治疗(ECT)？

这种治疗是在精确控制的情况下，用少量电流在大脑中诱发痉挛。尽管我们不知道其确切的原理，但痉挛改变大脑中的化学物质，帮助大脑恢复正常机能。

ECT 往往用于治疗严重忧郁症。当其他治疗不奏效或精神疾病需要立即治疗时，可能会使用 ECT。

您对此治疗有任何疑虑，请向精神科医生、家庭医生或护士咨询。

ECT 对谁最有帮助？

此治疗对有以下情况的忧郁症人士有帮助：

- 想自杀
- 有妄想或幻觉
- 对其他治疗没有反应
- 药物有副作用，无法服药

有时在其他治疗手段未能改善病情的情况下，会用 ECT 治疗患有躁狂症或精神分裂症的人士。

有些人选择 ECT 治疗，而不选择药物治疗。

ECT 是如何进行的？

ECT 在医院进行。治疗本身只需几分钟时间。您被注射药物，在整个治疗过程中处于睡眠状态。通常只在开始静脉输液时略有不适。

麻醉师给您注射药物，让您睡 5 到 10 分钟。麻醉医生还会给您注射肌肉放松药物，这样，在痉挛过程中身体只有少量动作。

医疗团队会始终监测您的血压、心跳和呼吸。

精神科医生把两根电极放到您的头上，两根电极可以全都放到头的一侧（单侧），也可以一侧一根电极（双侧）。这些电极会传送电流。还会在您的头上放置传感器，监测大脑的活动。

少量电流通过您的大脑，引起痉挛，这会持续大约一分钟。

当您醒来时，您会在恢复室，护士一直在密切监测您的情况，直至您完全复原。

精神科医生告诉您应该接受多少次治疗，以及接受治疗的频率。

您开始感觉改善后，精神科医生会斟酌各种选项，以最佳方式继续改善您的感受。这些选项可包括：

- 精神科药物
- 谈话治疗（心理治疗，您与训练有素的专业人士交谈）
- 维持性 ECT（通过医院日间就诊进行，通常一个月一到四次）

ECT 的常见副作用及如何照顾好自己

如果您注意到治疗有以下任何副作用，请一定要告诉精神科医生、家庭医生或护士。

常见副作用	如何照顾好自己
肌肉僵硬 这是肌肉放松药物引起的。	• 洗个热水澡。 • 做一些温和的运动，比如伸展运动和散步。 • 服用一般醋氨酚（比如常效泰诺）缓解疼痛。
意识混乱 您可能意识混乱，不知道日期或时间（定向障碍）。这可能是麻醉药或治疗本身造成的。这只会持续较短时间。	• 请告诉家人和朋友，可能会发生这些情况，以便他们能消除您的疑虑并提醒您所处的地点、日期和时间。
失忆 您可能不记得治疗。 此后数日或数周，您也可能会健忘，或想不起刚刚发生的事情（短时失忆）。这会慢慢好起来。	• 每天记日记。 • 每次治疗前以及两次治疗之间，写下重要的日期和时间。 • 在日历上给这些日期做好标记。 • 让家人和朋友帮您记住。 • 凡是重大决定都推迟到您能够清晰思考和记忆力恢复之后。

常见副作用	如何照顾好自己
头痛 麻醉药、电休克治疗或一段时间未进食都可引起头痛。	• 吃点东西。 • 要求服用止痛药，以免头痛加剧。 • 冷敷前额。 • 在遮光的房间里休息。 • 听安静放松的音乐，或跟着录音引导做放松运动，帮助减轻肌肉紧张（向护士咨询哪里可以拿到放松录音）。 • 设法让自己分散注意力，比如数天花吊顶板，想象自己在心仪之地漫步，看书或画画。
胃部不适 这可能因麻醉药或一段时间没有进食或喝水引起。	• 少量吃些有助于安抚肠胃的食物，如苏打饼干或不涂黄油的烤面包片。 • 喝水，比如姜汁汽水或水。 • 休息。 • 要求服药安抚胃部，以免不适加剧。

首次 ECT 治疗前

精神科医生为您详细解释电休克治疗，并要求您签署同意书。签字前，可提出任何问题，讨论自己对这一治疗的任何顾虑。

	如果在医院	如果在家
血液测试	技师来病房抽血样	医生会给您一张表（申请单），拿到社区化验室做血液检查和 ECG。
心电图 (E.C.G.)	技师到病房来做。	
麻醉	麻醉师到病房见您。	入院前诊所会给您打电话，预约麻醉师。
治疗时间	护士会告诉您接受治疗的时间。	预订部打电话告知去医院的日期和时间以及地点。

在医院里做好 ECT 准备

前一天晚上...

- 洗淋浴或盆浴。这能帮助您放松和入睡。
- 洗头，吹干头发。清洁的头发导电较好。
- 卸去所有指甲油和妆容。
- 半夜 12:00 后不要进食或饮水。
  不要吃糖果、口香糖，不要喝水，甚至不要吃药（除非另有医嘱）。
  您必须空腹，这样，如果治疗期间或治疗之后您感到恶心或呕吐，就会减少噎住或意外吸入液体（叫吸入异物）的可能性。

当天早晨...

- 换上医院袍服和长裤。（我们不想把您的衣服弄脏。）
- 确保手腕上佩戴医院的身份手环，如果您有过敏症，还要戴上红色过敏症手环。
  如果您暂时离院时取下了手环，请在离开病房去做治疗前，到护士站领一条新的。
- 取下所有饰物。让护士把您的贵重物品锁在护士站的安全场所。
- 护士给您检查血压、脉搏、呼吸速率和体温。
- 在预约的治疗时间开始前大约 90 分钟，我们会让您喝水服药。

记住
不能进食，不能喝水，不能吃药，直至治疗结束。
不吃口香糖，不吃糖果，不喝水。

- 在预约的治疗时间开始前大约 15 分钟，您被送进治疗区。

  如需要，带上一个装眼镜或隐形镜片的盒子，以及装假牙的盒子。
- 在您的手臂上插一条静脉输液管。
- 给您打麻醉药前，我们会要求您：
  - 去卫生间排空膀胱（小便）。这是为了避免在治疗时尿湿。
  - 取下您的眼镜或隐形镜片，放进盒子。
  - 取下您的假牙，放进盒子。

ECT 治疗之后…

您在恢复室（又称麻醉术后观察室，英文缩写 PACU）内醒来。

在恢复室预计至少待 1 小时。
在这段时间里：
- 您通过面罩或鼻套管获取氧气。
- 每隔 5 到 10 分钟，我们检查：
  - 您的血压、脉搏和呼吸
  - 您的思维状况，问您叫什么名字，您在什么地方
  - 您的肌力，要求您紧握我们的手，把头从枕头上抬起来
- 拔掉静脉输液管。

回到病房
- 帮助您上床。
- 护士定时查看您的情况。
- 您完全醒来后，就可以起床，穿上衣服，吃早饭。

在家中做好 ECT 准备

- 安排一名有责任心的成年人：
  - 送您上医院，再送您回家。
  - 治疗后最初 24 小时陪伴在您身边。这是为了确保您完全从治疗中复原，意识不混乱。

前一天晚上...

- 洗淋浴或盆浴。这能帮助您放松和入睡。
- 洗头，吹干头发。清洁的头发导电较好。
- 卸去所有指甲油和妆容。
- 半夜 12:00 后不要进食或饮水。
  不要吃糖果、口香糖，不要喝水，甚至不要吃药（除非另有医嘱）。
  您必须空腹，这样，如果治疗期间或治疗之后您感到恶心或呕吐，就会减少噎住或意外吸入液体（叫吸入异物）的可能性。

当天早晨...

- 当天早上不要洗淋浴或盆浴。
- 不要化妆或使用有香味的产品（香水、古龙水）。
- 把所有贵重物品和首饰留在家里。

记住
不能进食，不能喝水，不能吃药，直至治疗结束。
不吃口香糖，不吃糖果，不喝水。

- 如果我们要求您服用某种药物，请在约定的治疗时间前 90 分钟用少量水吞服。
- 计划在约定的治疗时间前至少 30 分钟到达医院。

带哪些东西上医院：

- ☐ BC 服务卡**或**
  BC 医疗卡和有照片的身份证件
- ☐ 您在过去 24 小时服用的所有药物清单。
- ☐ 装眼镜或隐形镜片的盒子
- ☐ 装假牙的盒子
- ☐ 有人带您回家，并在随后 24 小时陪在您身边

在医院：

您换上医院的袍服和裤子。

我们给您检查血压、脉搏、呼吸速率和体温。

我们开始在您的手臂上进行静脉输液。

治疗前大约 15 分钟，我们要求您去卫生间排空膀胱（小便）。这是为了避免在治疗时尿湿。

给您打麻醉药前，我们会要求您：

- 取下您的眼镜或隐形镜片，放进盒子。
- 取下您的假牙，放进盒子。

ECT 治疗之后…

您在恢复室（又称麻醉术后观察室，英文缩写 PACU）内醒来。

在恢复室预计至少待 1 小时才会完全醒来。
在这段时间里：

- 您通过面罩或鼻套管获取氧气。
- 每隔 5 到 10 分钟，我们检查：
  - 您的血压、脉搏和呼吸
  - 您的思维状况，问您叫什么名字，您在什么地方
  - 您的肌力，要求您紧握我们的手，把头从枕头上抬起来
- 拔掉静脉输液管。

在家里，治疗后最初 24 小时：

- 早餐以清淡少量为宜。
- 当天余下时间在家静养。
- 让一位有责任心的成年人陪伴在您的身边。
- 照常服药。
- 不要单独外出。
- 不要使用公共交通工具。
- 不要开车。
- 不要喝酒。

记住
一周当中需重复接受治疗的，治疗间隔期内不要开车。

注： 麻醉药和治疗的影响可持续数小时，因此遵循这些防范措施非常重要。必需有人陪伴您的左右，以防您感到恶心或意识混乱。

了解有关 ECT 的更多信息

视频

- 加拿大电休克治疗调查和加拿大电休克治疗标准
  网站： www.canects.org
  转到“Patients & Families”选项卡。
  视频有英语、法语、旁遮普语和粤语版本

- 国际电休克和神经刺激协会
  网站： www.isen-ect.org
  转到“Resources for Patients”。
  选取“Educational Content”。
  选择“Videos of ECT Procedure”（ECT 治疗视频）链接

名词解释

麻醉药，英文 Anesthesia（读音是 *an-es-thee-zee-ah*）
使人入睡并在治疗或手术期间处于睡眠状态的药物。

麻醉师，英文 Anesthesiologist（读音是 *an-es-thee-zee-all-ah-jih-st*）
为了进行各种治疗和手术而使人入睡的医生

妄想，英文 Delusion（读音 *duh-loo-shun*）
一个人有错误的想法或虚幻的信念，尽管有证据证明其想法或信念并不真实

心电图，英文 Electrocardiogram（读音是 ee-lek-tro-kard-ee-oh-gram）
也称 E.C.G.（读音 *ee-see-gee*）或心脏搏动图
"电"指电流，在此指电活动，"心"指心脏，"图"指打印出来的图片
一种检查或读取心脏电活动并打印出结果的测试。

电休克治疗，英文 Electroconvulsive（读音 *ee-lek-tro-kon-vul-siv*）
又称 ECT（读音 *ee-see-tee*）
"电"指电流，"休克"指造成痉挛，"治疗"就是医治
用电造成痉挛的医治方法

幻觉，英文 Hallucination（读音 *hal-loo-sin-aye-shun*）
一个人看到或听到不存在的东西

静脉输液，英文 Intravenous（读音 *in-trah-veen-us*）
又称 IV（读音"*eye-vee*"）
一根空管子通过针穿过皮肤，插入静脉

我们希望这份资料有助于您理解什么是电休克治疗以及为什么选择它作为一种医疗手段。

本手册作为医生提供建议的补充资料。所有副作用并未一一说明。关于本手册中未提到的问题或副作用，请随时咨询您的精神科医生或家庭医生。

www.fraserhealth.ca

此资讯不能取代医务人员为您提供的建议

Catalogue #264981 (January 2023) Chinese Simplified
For more copies: patienteduc.fraserhealth.ca

fraserhealth