



## 概要

**锂盐** (*Lithium* (*Lithane*<sup>®</sup>、*Carbolith*<sup>®</sup>、*Lithmax*<sup>®</sup>)) 属“情绪稳定剂”类药。

## 锂盐有哪些用途？

锂盐已获得加拿大卫生部 (Health Canada) 的批准，用于治疗以下病症：

- 治疗与双相障碍 (bipolar disorder) 相关的躁狂 (情绪严重高涨) 和轻度躁狂 (症状较轻的躁狂) 发作
- 预防伴随双相障碍 (以前称为“躁狂抑郁症”) 将会发作的躁狂或抑郁

锂盐也用于治疗对常规抗抑郁药没有反应的某些类型的抑郁症，减少儿童和青少年的冲动与攻击行为，预防慢性偏头痛。医生可能会出于其他原因用此药。如果不清楚为什么开了这种药，请向医生咨询。



## 锂盐是如何产生药效的？

锂盐似乎会影响大脑某些化学物质 (神经递质) 的活动，即去甲肾上腺素、多巴胺和血清素。总体上，这种药对神经有“安定”作用，因而有助于减轻与双相障碍相关的情绪剧烈波动 (如：躁狂或抑郁)。到目前为止，我们仍然不能确实知道锂盐究竟如何改善双相障碍的症状。

## 锂盐对儿童和青少年的疗效如何？

已有研究显示，锂盐能减轻与双相障碍相关的躁狂或抑郁发作，并有助于降低将来出现躁狂或抑郁发作的风险。锂盐可单独使用，也可与其他情绪稳定剂同用。与既有躁狂又有抑郁症状的“混合”情绪发作患者相比，锂盐对仅有躁狂症的患者尤其有帮助。

锂盐用来治疗躁狂发作时，可能改善一些症状，例如：情绪高涨、亢奋或易怒、睡眠需要减少、言语迫促 (话过多)、自我膨胀或夸大妄想、容易分心、思维奔逸、高风险行为、参加过多有目的性的活动等。

锂盐 (通常与其他药物同用) 用来治疗抑郁发作时，可能改善一些症状，例如：长期郁郁寡欢、兴趣或乐趣减弱、睡眠障碍或睡眠过多、食欲和体重发生变化、乏力或极度疲劳、反应缓慢或烦躁不安、无用感、内疚感或绝望感、注意力减退或犹豫不决、有自杀或自残的念头或企图等。

当锂盐产生药效时，能稳定患者的情绪，使其活动水平恢复正常。这种药可帮助患者更好地控制自己的情绪，改善总体机能。锂盐对降低自杀或自残风险特别有帮助。患者应就自己的病情尽可能地接受教育，学习相关知识，例如：教患者如何识别躁狂或抑郁发作的早期预兆和适当的应对策略，这样会增加患者获益于此药的几率。

## 应该如何服用 锂盐?



锂盐有口服胶囊、片剂和液体剂。此药有两类：速释剂（胶囊、糖浆）和缓释剂（片剂）。每一剂的速释锂盐立即释放药力，通常一开始每天服用两次或三次，但许多人最后都可以每天一次服完一天的全部剂量。

每一剂的缓释锂盐（Lithmax<sup>®</sup>）在一段较长的时间里缓慢地释放药力。缓释锂盐通常每天服用一次或两次。缓释锂盐片剂应用液体整片吞服，不得压碎、咀嚼或掰成两半。否则可能无法妥善释放药力。

开始治疗时，医生起初开锂盐的剂量可能会较低，每天服用两次或三次。然后，每3至7天逐渐加大剂量。数周后可将剂量合并，只需在睡前服用一次。医生会根据患者血液中的药物含量和患者对该药的反应，决定其应该服用的剂量。通常，医生会要求患者定期验血，测量血液中的锂含量。虽然发挥药效所需的锂血浓度因人而异，但是对于大多数人来说，所需的浓度介于0.6-1毫摩尔/升之间。患者在即将要验血检查血浓度之前，切勿服用锂盐，因为这样做会影响验血结果，相反，应在验血后立即服药。

为使锂盐产生药效，患者即使感觉良好，也要每天定时服药。应遵照医嘱，每天在同一时间定时服用锂盐。尽量把吃药这件事与那时要做的事情联系起来（如：刷牙），帮助记住吃药。用锂盐进行治疗，通常不应突然停药，否则患者的症状可能会复发，有可能发病更频繁，或者更难医治。

患者应饭后服用锂盐，减少对胃的刺激。服用锂盐期间，务必避免脱水，尤其是在大热天，要饮用足够多的流质，至少1.5升/天，水、果汁、牛奶、汤、茶和其他流质等都算在内。食盐摄入量应始终如一，如果出过很多汗或预计会大量出汗，则要告诉医生。大量出汗可导致身体过度缺盐，并会影响锂血浓度。



**小秘诀：**服用锂盐期间，要限制含咖啡因的饮料，例如：咖啡、红茶（绿茶）、可乐、能量饮料等，因为这些含咖啡因的饮料可减低锂盐在体内的药效，并会增加患者可能有的副作用，特别是颤抖。

## 锂盐何时开始产生药效?

患者需要服用锂盐1至2周后，才会注意到症状有所改善。可能需要3周或更长时间才能看到此药的全部疗效。如果锂盐与其他药物同用，可能会更早点注意到病情有好转。如果在最初数周内没有好转，切勿增加、减少锂盐的剂量，或停药，除非医生嘱咐患者这么做。药物治疗反应滞后属正常现象。

锂盐不一定对每个人都有效。如果患者在接受治疗一个月后，没觉得有好转，或者副作用太令人烦恼，医生或许会建议换一种药。

## 锂盐应服多长时间?



这要取决于患者的症状，这些症状发作的频率，以及患者得此症已有多长时间。大多数双相障碍患者需服用锂盐至少6个月，使症状有时间稳定下来，并让患者恢复正常，同时减低其再度发作情绪病的风险。治疗6个月后，医生与患者可以讨论继续服药的好处和风险。

如果患者曾有数次抑郁或躁狂发作，并对此药耐受良好，医生可能会让患者继续服药，用药的时间多长时间不定，继续服用此药，可大幅降低患者再度发作情绪病的风险。患者即使觉得好多了，也不要事先未征询医生意见的情况下，突然停药。如果患者正接受双相障碍治疗，并一直定期服用锂盐，那么突然停药可能会触发躁狂发作，且躁狂发作更频繁，可能更难医治。如果患者和医生决定停用锂盐，医生会解释如何安全地逐渐减低剂量（如：在6至8周时间内），这样患者的症状就不大可能复发。

## 服用锂盐会上瘾吗？

锂盐不会上瘾。患者不会“想吃”这种药，不会像有些人那样，对尼古丁或街头毒品上瘾。

## 锂盐有哪些副作用？如果出现副作用，我该怎么办？

正如大多数药物一样，服用锂盐可能会发生副作用。然而，大多数的副作用都是轻微的、暂时的。有时，在产生有益的药效前，可能会出现副作用。对于一些个别的人，他们也有可能会有副作用，而且觉得反应很大，持续的时间很长。如果出现这种情况，请咨询医生控制这些副作用的方法。以下是服用此药的一些常见副作用。括号内是减轻这些副作用建议的方法。

### 常见副作用

副作用通常较常见于开始服药或增加剂量之后。如果患者有任何这些副作用而感到不适，请咨询医生、护士或药剂师。

- 粉刺（每天使用无油洗面奶。如果粉刺变得很严重，请咨询医生）
- 头晕（尝试从坐姿或平躺的体位慢慢地起来）
- 嗜睡、虚弱、意识混乱、难以集中注意力（在患者了解此药对自己的影响以前，切勿开车或操作机器）
- 头痛（尝试服用止痛药，如：乙酰氨基酚（acetaminophen (Tylenol®)））
- 口渴加剧（向医生咨询；确保每天至少饮用1.5升流质，但是，如果口渴加剧，流质摄取过多，请立即联系医生）
- 尿频（向医生咨询；晚上在睡前尽量少喝流质。如果小便次数过多，请立即联系医生）
- 皮肤瘙痒、发红、掉屑（银屑病）（尝试使用专用的止痒保湿霜，如：Aveeno®）
- 皮疹、脱发（请咨询医生）
- 手抖（震颤）（请咨询医生；如果这种情况很烦人，或者持续不断，不喝咖啡、茶、可乐或能量饮料，避免摄入咖啡因，这会有所帮助）
- 胃痛、恶心、腹泻或呕吐（尝试服药时进食。如果腹泻或呕吐，则要多摄入流质，以免脱水。如果恶心或呕吐严重或持续不断，请咨询医生）
- 体重增加（尝试增加运动量，限制高卡路里的食物和饮料，饮食要健康并保持均衡）

### 不常见的副作用（少于5%的患者会出现这些情况）

如果有任何这些副作用，请**立即**与医生联系：



- 过分口渴或小便过多
- 肌肉无力或颤搐；严重恶心、呕吐或腹泻；疲劳、嗜睡或头晕；口齿不清、视力模糊、手脚笨拙或意识混乱；头痛、颤抖、惊厥（抽搐）、昏厥、心律不齐（如果锂血浓度过高，就可能会出现这些症状。这可能很危险。如果患者有任何这些副作用，请停药，立即看急诊）
- 身体任何部位肿胀（如：手腕、脚踝）
- 脖子粗大（如果甲状腺功能不佳，可能会出现这种症状。医生会在患者用药期间，通过定期验血监控其甲状腺功能）
- 疲劳、肌肉无力或抽筋、发冷、皮肤干、头发粗糙、便秘、体重增加、脸部肿胀（这些可能是甲状腺功能低下（甲状腺功能减退）或肾功能低下的征兆。医生会在患者用药期间，通过定期验血监控其甲状腺和肾功能。）

## 服用 锂盐时，医生和我应知道哪些预防措施？

许多药会与锂盐发生相互作用，包括常用消炎药，例如：布洛芬（ibuprofen〈Advil<sup>®</sup>、Motrin<sup>®</sup>〉）、萘普生（naproxen〈Aleve<sup>®</sup>〉）和其他处方药等；血压药，例如：氢氯噻嗪（hydrochlorothiazide）、雷米普利（ramipril〈Altace<sup>®</sup>〉）或氨氯地平（amlodipine〈Norvasc<sup>®</sup>〉）；纤维补充剂，例如：Metamucil<sup>®</sup>，以及数种其他药。如果患者正在（或开始）服用任何其他处方药或非处方药，则务必向医生或药剂师咨询，用这些药是否安全。如果患者正在用某些其他药，医生或许需要改变用药的剂量，或要仔细地监控患者的副作用情况。

如果有以下情况，请告诉医生或药剂师：

- 任何过敏症或曾有过药物反应
- 因长时间大量运动、桑拿或天气炎热而预计要出或已出大量的汗
- 流感或发烧、大便稀（腹泻）或呕吐
- 采用或开始采用低盐（低钠）饮食；食盐（钠）的摄入量应始终如一
- 有心脏病、肾病或糖尿病史
- 有脑损伤病史
- 月经到期不来、怀孕（或计划怀孕）或正在哺乳喂养。如果患者在服用锂盐期间怀孕，请立即告诉医生
- 目前有饮酒或吸食街头毒品，这些成瘾性物质会降低锂盐的药效，或可能加剧锂盐的副作用

## 在服用 锂盐时，我应该遵照哪些特别的指示？

- 与医生和化验所安排好的所有预约都要如约前往。医生可能会开些化验单（锂血浓度、甲状腺功能化验、肾功能化验、电解质水平、全血细胞计数、尿检和心电图〈英文缩写为ECG〉），以便检查副作用和患者对锂盐的反应。
- 尝试保持健康且均衡的饮食，定时锻炼。有些服用锂盐的患者，可能会因为食欲大增而使体重增加。
- 切勿让任何其他他人服用患者的药。

## 如果我忘了吃 锂盐，该怎么办？

如果定时服用锂盐，却忘了吃药，则要放弃服用已错过的那一剂药，继续按期服药，即在规定的时间内服用下一次的药。切勿在下次服药时加倍药量。



### 贮存 锂盐有哪些条件？

- 将药存放在原装药瓶内，置于室温下，防潮并防热（如：不要放在浴室内）。
- 将药放在儿童不能接触和看见的地方。

为了帮助家人了解自己的治疗选择，患者可能想与他们一起共享这些信息。由于每一个人的需要各不相同，故要遵照医生、护士和（或）药剂师的嘱咐，如果患者对这种药有任何疑问，请向他们咨询，这一点很重要。

儿童和青少年精神健康各部门的医务专业人员编制本资料（英文版），并经Kelty精神健康资源中心（Kelty Mental Health Resource Centre）的工作人员审阅。