

機能性食品對注意力不全過動症患者之整體性健康及照顧者生活品質之效益

葉啟斌^{1,*}, 徐育春³, 王元玲¹, 莊輝², 蔡仁達^{2,3}, 邱嘉玲³, 詹秀玉^{2,3}, 吳信維¹, 朱慈暉¹

¹三軍總醫院精神醫學部, ²南華大學自然醫學研究所,

³HoloLife Research Institute, a division of BioNatural Labs, CA, USA.

摘要

目的：探討機能性食品輔助使用對注意力不全過動症患者生理、心理和社會層面整體性健康及主要照顧者生活品質的效益。

方法：針對兒童心智科門診診斷及治療的注意力不全過動症患者，年齡 5 到 15 歲，收案 46 人。採隨機雙盲分為 A 組：維持現行治療方式及劑量，外加機能性食品；B 組：現行治療方式及劑量，外加米粉所做成的安慰劑。接受六週療程與評估後，B 組轉換(crossover)使用機能性食品，再接受六週療程與評估。透過 WHOQOL-BREF 生活品質問卷、HoloLife 整體健康評量表及訪談的文字與影音記錄等，評估機能性食品對注意力不全過動症患者生理、心理和社會層面整體性健康及主要照顧者生活品質的效益。

結果：共 40 名（男 31, 女 9）完成六週之療程與評估，B 組(placebo add-on)21 名中有 19 名於六週後，轉換使用機能性食品再接受六週療程與評估。其中有在使用專思達者 12 名，使用利他能者 12 名，有 16 名未用藥。共變數分析結果顯示：使用食品 A 組比沒有使用食品的 B 組，除睡眠與自我肯定達邊緣顯著外，皆達顯著，且藥物使用與否則沒有差異。A 組 6 週後的改善情形，生理層面：身體狀況 26.71% (F=4.78, P<.05)、睡眠 43.87% (F=3.34, P=.08)；心理層面：情緒 34.07% (F=14.1, P<.05)、覺察性 21.49% (F=7.44, P<.05)、自我肯定 20.59% (F=3.06, P=.09)；社會層面：學習狀態 13.34%(F=7.16, P<.05)、語言表達 15.36% (F=5.28, P<.05)；主要照顧者生活品質 3.2% (F=16.31, P<.05)。

結論：本研究發現機能性食品對於注意力不全過動症兒童的身體狀況、情緒、覺察性、學習狀態和語言表達，都有長足進步；睡眠和自我肯定的改善程度雖不若其他向度，但同樣具有正面助益。本研究也顯示：在兒童整體性的健康問題改善後，主要照顧者的壓力減緩，生活品質同時也明顯提升。

關鍵字：注意力不全過動症 生活品質 整體性健康 全人照護 機能性食品