

VR 在酒精成癮戒治上的應用

指導老師:林紋正老師

合作單位:台東馬偕醫院 陳紹基醫師

組員名單:孟繁伶、杜侑芳、蔡鈺璇

根據衛福部統計，2019 年台灣在 15 至 64 歲的民眾中，酒精成癮的人數約有 2.15%，換算下來，約有 20、30 萬人。由於酒類飲料是合法的成癮物質，所以雖然長期酒癮有許多後遺症，但是無法禁絕買賣，因此訓練個案避免飲酒及提供替代方案是必須的方法。

長期酗酒會影響肝臟功能，造成酒精性肝炎、肝硬化，甚至是肝癌，也會影響神經傳導、腸胃消化、吸收、代謝及心臟功能退化等。戒癮過程中，患者會有嘔吐、焦慮不安、緊張、坐不住、煩躁、激動、失眠、腹瀉等症狀，甚至會有精神上的錯亂，讓患者感到不適。然而在臨床上的藥物控制、心理治療、衛教等傳統療程效果有限。

我們與台東馬偕醫院身心內科醫師合作，開發一套協助戒除酒癮的軟體。藉由虛擬實境(Virtual Reality，簡稱 VR)身歷其境的特性，讓酒癮患者在 3D 環境中練習如何克服酒癮。本系統相對於國外研究者的方法，創造出更貼近日常生活的情境，讓使用者在 VR 環境中體驗酒駕以了解酒駕的危險，練習如何委婉地拒絕他人邀酒，並找到合適的放鬆及抒發方法。在用完此系統後，希望酒精成癮者在日常生活中遇到類似情況時會以合適的方式應對，降低對酒精的誘惑，避免再傷害自己的身心健康。