

迟发性运动障碍 (TD) 预约准备指南

您是否正在服用精神类药物， 并出现了不自主动作？

疑似 TD 症状



迟发性运动障碍 (Tardive dyskinesia, TD) 表现为手部、面部、脚部或躯干轻度至重度的抽搐、颤抖或抽动。



TD 与某些用于治疗精神疾病或胃肠道疾病的处方药有关。事实上，每 4 名服用特定精神疾病药物的人中，就有 **1 人** 可能出现 TD 的不自主动作。

您可能患有 TD，但您并非全然无助。请向医疗服务提供方咨询您的症状。下次就诊时，请带上这份详尽的指南，可用它帮您与医疗服务提供方展开对话，讨论您的不自主动作及其对您日常活动的影响，以及 TD 的管理方案。

请回答以下问题

1 您是否曾服用过治疗精神疾病（如精神分裂症、躁郁症、抑郁症等）的处方药？

是

否

2 您是否出现过以下方面的不自主动作，如抽搐、颤抖或抽动？(请勾选所有适用的选项)

嘴巴
下巴
手臂
手部和/或手指
躯干

腿部
脚和/或脚趾
其他：

3 您是否出现过其他不自主动作，例如：(请勾选所有适用的选项)

不自主眨眼
舌头动作

耸臀
其他：

4 这些不自主动作是否会对以下方面造成困难？(请勾选所有适用的选项)

说话困难，或他人难以理解您的言语
书写困难
进食和/或吞咽困难
行走困难（平衡或协调问题）
其他：

5 您的不自主动作是否会对您的情绪造成以下影响？(请勾选所有适用项，并根据自愿原则详细说明)

压力

尴尬

孤立感

其他：

向医疗服务提供方咨询 TD

如果您出现不自主动作，请咨询医疗服务提供方，他们会帮您制定计划来控制不自主动作。以下是一些可供参考的建议：

为预约做准备

- 有时，单靠自己很难识别 TD 的所有症状。请一位照护者或亲人陪同您参加预约，让他们说出自己的看法。
- 记得在就诊结束时，需要清楚地了解接下来应采取哪些措施来控制您的不自主动作。

就诊时的谈话要点

- 具体说明您的不自主动作，包括具体身体部位（例如脸部、手、脚或躯干），以及您自己、您的照护者或亲人是什么时候首次注意到这些动作的。
- 具体说明您的不自主动作对您自己和您的亲人造成了哪些影响，包括在自信心、日常生活和人际关系方面的影响。
- 请提出与 TD 或 TD 管理相关的任何问题，并列出具您服用的所有药物的清单，包括维生素和草药补充剂。

向医疗服务提供方提出的问题

- 1 我能否在继续服用精神疾病药物的同时，仍能控制好自己的不自主动作？

注： _____

- 2 您如何评估不自主动作的严重程度？

注： _____

- 3 接下来该采取哪些措施来管理我的不自主动作？

注： _____

“现在我清楚自己所患的疾病就是 TD，这让我感觉更能掌控自己的生活。”

您和医疗团队可以共同制定个性化计划，以帮您管理 TD。

如需进一步了解与 TD 症状、该症状的影响，以及疾病管理相关的信息，请访问 tardiveimpact.com