

公共衛生 + 今日香港 + 全球化



■有病人權益組織關注精神病康復者問題。資料圖片

# 除下有色眼鏡 尊重精神病患

小知識

## 精神病非罕見

精神病 (Mental Disease) 是疾病的一種，由於發病原因在「精神」層面，因而給人與一般疾病不同的感覺。而且不少人存在一種錯覺，以為精神病罕見，是很不正常的疾病。事實上，精神病是一種普遍的疾病，英國一個大型調查發現，在職人口中每6人便有一個患精神病，即患精神病就如患哮喘病一樣普遍。此外，在已發展國家，約5%男性及10%女性會患抑鬱症。可見心理健康已成為亟待關注和解決的社會問題。香港在對精神病人的預防和治療有哪些支援？是否足夠或需改善？

### 不應歧視

近年，香港發生的傷亡慘案中有不少涉及精神病患者，因其精神疾病及身體狀態等原因，導致他人身體受傷，成為不少報章的頭條新聞，同時也引發社會對精神病患者歧視問題的討論和爭議。

■胡潔人博士 香港城市大學專上學院社會科學學部講師

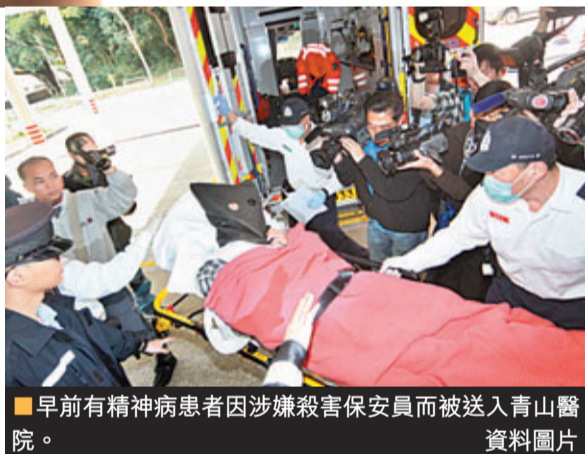
**作者簡介：**胡潔人博士 現任香港城市大學專上學院社會科學學部講師。2009年獲得香港中文大學社會學系哲學博士。中國人民大學糾紛解決研究中心成員、中國奧斯特羅姆協會 (Ostrom Society) 會員、香港作家協會會員。發表中英文論文數篇。

## 無知挑剔激發病情 家屬不知所措

根據《香港康復計劃方案》，精神病人的定義是：「任何人士因其傾向及/或生理、心理或社會因素影響而出現各種失常。這些因素令患者的情緒、心智及/或行為受到急性或長期的困擾。如病情嚴重，患者的性格和社交關係會變得不正常。」

精神病也因程度輕重而分為輕型精神病與重型精神病。前者包括神經衰弱、癔症、焦慮性神經症、恐怖性神經症、強迫性神經症、抑鬱性神經症、疑病性神經症；後者指精神分裂症、反應性精神病、偏執性精神病、更年期精神病、兒童精神病、雙相情感性精神病、躁狂症、抑鬱症、感應性精神病等。

常見精神病包括腦退化症、與物質濫用（如酒精、鴉片、興奮劑等）有關的精神障礙、感覺失調、情緒病（包括抑鬱症及狂躁抑鬱症）、焦慮症（包括泛焦慮症、驚恐症、強迫症等）、飲食失調、



■早前有精神病患者因涉嫌殺害保安員而被送入青山醫院。資料圖片

兒童及青少年精神病（包括自閉症、過度活躍症等）。罕見的精神病包括功能性、器質性及軀體疾病所致的精神障礙、精神發育遲滯、人格障礙等。

很多人因對精神病無知或一知半解，因此對精神病患者產生過分恐懼。不少家屬也因缺乏心理健康常識，對病人在家中的表現，感覺不知所措。他們在沒有科學指引或缺乏相關知識下，往往過度溺愛、或過度挑剔病人，結果反而導致病者病況愈下，甚至舊病復發。由於社會對精神病的歧視和誤解，也會令患者不願求診及接受治療。其實精神病是一種腦部功能不穩定的疾病，任何人都可能患上。故當我們明白精神病並非是絕症及其普遍性時，便更能幫助自己及其他人克服。

基礎級

## 標籤「有病族」難融入社會

雖然香港一直以來都注重市民的精神健康及相關配套服務，但仍仍有改善空間。因為香港目前處理精神健康的服務和資源更注重新治療、訓練和康復上，相對忽略精神病患者「回歸社會」、「融入社會」的方面。而精神病患者也有較大機會受到歧視，被標籤為「有病一族」。這對他們的康復和重新投入社會工作造成很大障礙。根據《殘疾歧視條例》，精神病患者或精神康復者及其照顧者，不應因病人殘疾而遭受歧視、騷擾或中傷。但不少人都會覺得精神病患者即使康復後，亦不適宜工作，害怕他們情緒不穩、不懂如何和上司及同事相處，導致工作效率未如理想，甚至拖累公司整體運作。其實這些想法都不正確。不同精神病類及其治療藥物對患者都有不同影響，即使在康復過程中，只要患者及僱主能因應每個人的情況，在工作安排或選擇上作出適當調節，精神康復者仍能如其他人一樣，在工作崗位上發揮潛能，貢獻社會。

在精神病治療中，康復意指病者重拾對自己生命的控制權，以及在教育、工作及人際關係上，擁有社會一般人應有的機會。而要達到這些目標，需要通過精神科藥物將由大腦功能障礙而產生的各種病徵糾正。隨着病症得到妥善控制，復康訓練及親友支持便能幫助病者重拾他在家庭、朋友及工作間的角色。精神病人的康復過程主要可從以下3方面努力：

**自身意志最重要：**所有疾病的康復都得靠患者自己，因此他們必須選擇求醫、服食醫生處方藥物或積極參與其他治療，以及按照吩咐改變生活習慣等。特別對精神病患者而言，要接受精神科治療需要很大勇氣及毅力，因為治療每每需要患者有恆心地服藥、覆診、改變生活習慣及固有的思想行為模式。所以，始終要靠自己意志來接受精神科治療並持之以恆，才能康復。

**親友關愛勝藥物：**精神科的康復進程好比跑一場馬拉松，除患者親身「參跑」外，身旁人士如家人、朋友及醫護人員，都需要提供精神支援、專業意見及有用工具（如藥物治療），以協助病者達到目標。家人朋友的關愛、聆聽和鼓勵，可給病者比藥物更強大的精神支持，減少他們的心理壓力，以恢復至正常狀態。

**家屬輔導需加強：**港府應對精神病患者家屬提供訓練課程，讓他們掌握更豐富的精神健康知識和實質的照顧技巧，以協助處理精神病人的復康、危機及與自殺相關的行為。對長期照顧精神病患者人士，需要額外加強對他們身心健康的關注，可提供如家屬壓力管理工作坊等輔導服務。同時，也可加強公眾教育，減少對精神病人的歧視。

摘星級

## 政府復康網絡遍全港 支援日增

根據醫院管理局（醫管局）統計，直至2010年3月底，2009至2010年度公立醫院精神科專科門診人次為703,612，比上一年度的647,864，上升8.6%。若對比3年前，即2007至2008年度的615,083人次，增幅是14.4%。數字反映本港精神病患者一直持續上升。

港府歷來重視本地精神病患者問題，並在各方面提供支援和幫助，其中社會福利署有為精神病患者提供多項社會康復服務，如職業訓練、住宿服務和社區支援服務，務求幫助精神康復者盡量發展能力，重新融入社會。醫管局的「精神科社康服務網絡」遍佈港九新界，將醫院的護理服務和治療延伸至病人家中，讓他們可在家居環境康復。同時，精神科日間醫院和精神科門診診所為精神科病人提供多個專科的診斷、持續護理及康復服務。

另外，不同非政府組織（Non-governmental Organization）也有不少向精神病患者和精神康復者提供的康復服務，如浸信會愛群社會服務處（精神健康綜合服務）、基督教家庭服務中心、香港心理衛生會及東華三院等。

衛生會及東華三院等。

### 社署獲逾千萬撥款增人手

另外，醫管局於2010年推出「個案管理計劃」，目前服務涵蓋全港12個地區。計劃推出以來，政府已為超過11,000名精神病患者提供深入及個人化的社區支援服務。醫管局將在2013至2014年度將服務擴展至另外3個地區，並於未來兩年進一步將計劃擴展至全港所有地區。在今年港府財政預算案中，社會福利署獲撥款1,250萬港元，增加精神健康綜合社區中心的人手，配合醫管局推展這項計劃。政府也會另外用80億港元重建葵涌醫院，加強為精神病患者提供適切的照顧及支援。

其實，要令精神康復者正式投入社區，重過新生活，除自身積極治療外，家人和社會人士的接納和支持是最重要。若病者家屬發現精神康復者受到情緒困擾，或家人自身備受壓力，應即求助。



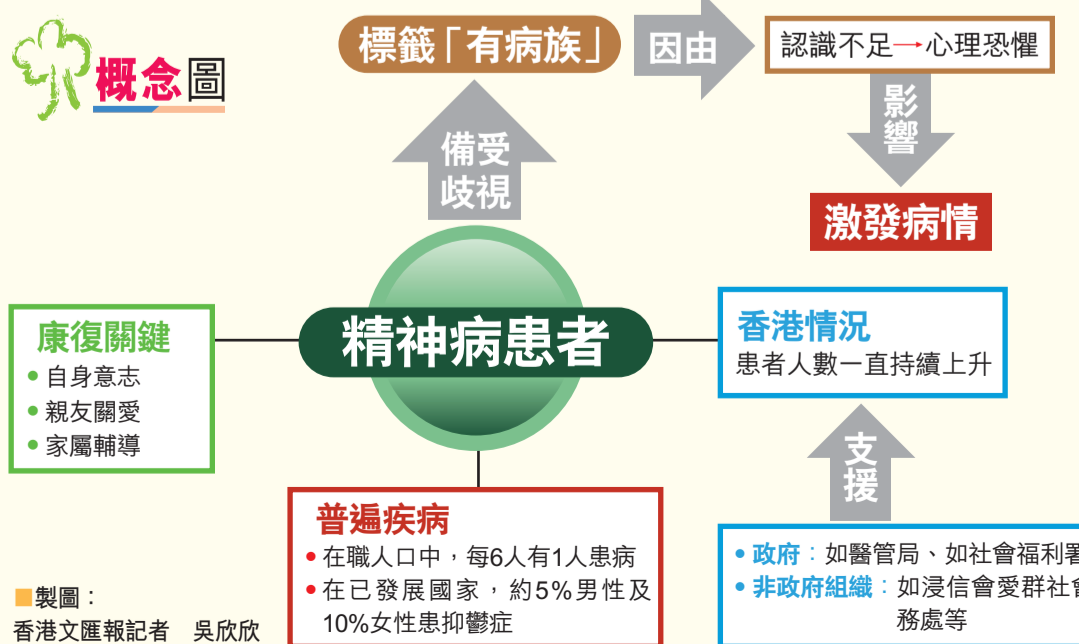
■精神健康綜合社區中心「安泰軒」為區內居民及精神康復者提供支援服務。資料圖片

### 結語

香港是個生活節奏極快、精神壓力沉重的社會。家庭、就業、教育及各種壓力會給人們造成強大的心理創傷和抑鬱情緒，要防止和避免心理和精神疾病的產生，需要社會各界都關注精神健康問題，並加強對疾病的預防和控制。其中青少年特別要學會調節自己的情緒和心態，遇到問題時適時求助，即使有些精神病沒法控制，但仍有很多方法以促進精神健康和減低患病風險。

進階級

### 概念圖



### 精神病患者

#### 普遍疾病

- 在職人口中，每6人有1人患病
- 在已發展國家，約5%男性及10%女性患抑鬱症

### 香港情況

患者人數一直持續上升

- 政府：如醫管局、如社會福利署等
- 非政府組織：如浸信會愛群社會服務處等

### 想一想

- 根據上文，指出並解釋香港精神病患者所面對的兩大問題。
- 承上題，這兩大問題的成因為何？試舉例加以討論。
- 針對題1所述兩大問題，你認為政府應做些甚麼來應對或解決？試舉例加以分析。
- 你在多大程度上認同「發展中地區的精神病患者會較已發展地區的精神病患者遭受更大歧視」這個說法？解釋你的答案。
- 試舉例評論「公眾教育」與「歧視風氣」的關係。

### 延伸閱讀

- 《精神病的誤解與事實》，香港心理衛生會 [http://www.mhahk.org.hk/chi/sub4\\_1\\_info\\_b1\\_2.htm](http://www.mhahk.org.hk/chi/sub4_1_info_b1_2.htm)
- 《2.7萬康復者 急需精神科夜診》，香港《文匯報》，2010-04-06 <http://paper.wenweipo.com/2010/04/06/HK1004060015.htm>
- Courtney Farrell, Mental Disorders, ABDO Publishing Company, 2010.

■香港文匯報記者 吳欣欣

■香港文匯報記者 吳欣欣