

應酬歎紅酒 女酒鬼激增

研究證「酒入愁腸愁更愁」 醫生警告「即時戒死得快」

香港文匯報訊（記者 趙虹）都市人壓力大，有些人會選擇借酒澆愁，但恐怕會「酒入愁腸愁更愁」。有精神科專科醫生指出，酒精會導致產生快樂感覺的血清素減少，增加患上抑鬱症的機會；又指近年男女酗酒比例由過往的10比1，改變至現時的4比1，以飲用啤酒、紅酒等居多。醫生呼籲酗酒者切勿自行一刀切戒酒，否則「即時戒，死得快」。



■林明（左）估計40%酗酒者會患有抑鬱症等精神病。趙虹 攝

林明續說，約80%至90%求診病人本來已有抑鬱症狀，其中女性患病機會為50%，男性為約33%，曾有研究指逾30%該類病人的抑鬱症狀可隨着停止飲酒後消失，故相信酗酒的抑鬱症病人戒酒後，可舒緩病情。他解釋，令人感到快樂的血清素等腦部化學物質的缺少會誘發抑鬱症，而酒精會令轉換血清素的酵素減少，增加患有抑鬱症的機會，隨時「酒入愁腸愁更愁」。

林明直言，近年女性酗酒比例上升，男女酗酒比例由過往的10比1，改變至現在的4比1，估計女性現時一方面經濟

能力提高，社交應酬增加致飲酒機會上升，加上比較男性，女性較易患上情緒病，不排除因而成為女性酗酒的推力。他指出，過往酗酒者多飲用雙蒸、三蒸等價格低廉且酒精濃度較高的白燒酒，現時則飲用啤酒、紅酒等居多。

勿一刀切停飲 循序漸進戒酒

酗酒壞處多，但林明呼籲酗酒者切勿自行一刀切戒酒，否則「即時戒，死得快」。他重申，不乏酗酒者為向家人展示決心，自行一次性地停止飲酒，但事實上，酗酒者的身體長期受酒精影響，身體

本港酗酒者現況

青山醫院數字	■每年約60宗酗酒新症
	■40%酗酒者會患抑鬱症等精神病
男女比例	■過往：10比1
	■現時：4比1
飲用的酒類	■過往：雙蒸、三蒸
	■現時：啤酒、紅酒
戒酒提示	■切勿自行一刀切戒酒
	■可服用藥物「戒酒硫」

製表：記者 趙虹

不多不少已產生變化或依賴，一刀切停止飲酒或產生反效果，強調「酗酒者愈飲得多，愈不要即時停止飲酒」，建議尋求醫護人員幫助並配合藥物治療，循序漸進地戒酒。

由於「戒容易，守住難」，青山醫院屯門酒及藥物依賴組會以藥物「戒酒硫」助酗酒者戒酒。

過往飲一打啤酒才生醉意的酗酒者服用後，酒量會變差，飲用一兩罐後就有醉意，飲後「high（興奮）唔到」，感覺辛苦且不適，從而助酗酒者不沾杯中物。

根據青山醫院數字，每年約分別收到逾200宗濫藥及60宗酗酒新症，分別服務約5,300人次及1,600人次。青山醫院成人精神科部門主管林明估計，約60%濫藥者會患有精神病，如吸食冰毒會引起精神錯亂，而40%酗酒者會患有抑鬱症等精神病。

酒精減酵素 令人難快樂

研究指再婚家庭兒童易焦慮

香港文匯報訊（記者 文森）有調查顯示，面對父母離異再婚的兒童，較容易感到焦慮及抑鬱，建議再婚夫妻在照顧及管教子女上有更多合作。再婚半年的阿晴（化名），最初決定與現任丈夫結婚前，花約兩年時間令就讀小學低年級的女兒融入二人的關係，每次拍拖都會「三人行」，而女兒亦由最初坐立不安，變得願意親近對方。

根據香港登記結婚數目，1991年再婚（其中一方或雙方屬再婚）的比例為11.5%，上升至2013年的35.3%。為了解一般家庭與再婚家庭兒童的心理康復及行為表現，聖雅各福群會灣仔綜合家庭服務中心與城市大學，問卷訪問340個一般家庭及47個再婚家庭。

調查發現，再婚家庭兒童的焦慮症狀是1.98分，高於一般家庭兒童的1.85分（3分為滿分）；抑鬱症狀方面，再婚家庭兒童是1.9分，一般家庭兒童1.66分；主觀快樂感方面，一般家庭兒童有5.02分，比再婚家庭兒童的4.51分為高

（7分為滿分）。

專家：經常坐立不安或躁動

城大應用社會科學系副教授郭黎玉晶指出，與一般家庭孩子相比，再婚家庭孩子身心健康較遜色，有較多「外化」問題，如經常坐立不安或躁動，也會「纏着」大人，容易失去信心。

同時，繼父母在管教繼子女也面對很大壓力。聖雅各福群會家庭及輔導服務高級經理王佩賢表示，由於繼父母感覺自己缺少「合理權力」，通常不採較強硬的管教行為，繼父母在管教子女上應更多合作。她建議再婚家庭多製造「一家人」的回憶，營造和諧家庭關係。

阿晴再婚首要考慮女兒感受

阿晴坦言，決定再婚令她壓力很大，首要考慮是女兒的感受。幸好與女兒關係一直良好，同時與現任丈夫在管教分工責任上保持溝通互信，順利組織新家庭。城大應用社會科學系助教羅耀增指



■再婚家庭兒童較容易感到焦慮及抑鬱。有機構建議再婚夫妻在照顧及管教子女上有更多合作。中為阿晴。

出，是次研究有繼母是首次結婚，由於未有經驗，婚後卻要照顧繼子女，在心理上沒有準備。尤其繼母生育自己的孩

子後，家庭照顧佔據了她們大部分的時間和精力，加上身邊朋友未必有相同經歷，使她們承受頗大壓力。

家庭醫生建互信 病人更願談心事

香港文匯報訊（記者 鄭慧敏）家庭醫生除了為病人診症，更可協助病人處理情緒問題。衛生署一項調查發現，有家庭醫生的受訪者中，70.8%願意與醫生談心理情緒問題；但沒有家庭醫生的受訪者中，只有50%願與醫生談心理問題。衛生署基層醫療統籌處處長王曼霞表示，家庭醫生熟悉病人病情，又能與病人建立互信，使病人更願意講述情緒問題，有助及早處理。

衛生署3月透過網站訪問1,139名市民，58.9%的受訪者沒有家庭醫生，當中僅50.4%願意與醫生談及心理問題，曾與醫生談及有關問題的僅22.3%。比例較有家庭醫生的受訪者少。調查顯示，70.2%人指與醫生不熟絡、診症時間短，阻礙與家庭醫生分享心理問題。

王曼霞指出，家庭醫生較了解病人病歷，容易跟進及掌握情況，診



■衛生署署長陳漢儀（左二）表示，家庭醫生在醫療系統擔當重要的角色。鄭慧敏 攝

症過程能建立互信，促使病人向醫生分享心理問題，若有問題家庭醫生能盡早為病人處理。她又說，香港家庭醫學學院設有6年的家庭醫生培訓課程，當中包括心理輔導，但並非所有醫生曾接受有關訓練，故未來將繼續推廣。

年約60歲的趙女士12年來均向同一名醫生求診，她憶述，10年前因工作壓力大而變成購物狂，更欠下10萬元卡數，當時她把煩惱告知家庭醫生，更將2張信用卡交由醫生保管半年，最終成功戒掉「購物癮」。

原嶺海藝術專科學校校長、培僑中學資深美術教師

盧百川先生，痛於二零一六年五月五日辭世，終年九十五歲。茲訂於五月二十六日晚於香港殯儀館地下福海堂舉殯，是晚七時半舉行公祭告別儀式。翌日早上九時大殮，十時出殯移哥連臣角火化。

特此敬告諸親友

培僑教育機構

二零一六年五月十六日

訃告

原嶺海藝術專科學校校長、培僑中學資深美術教師

盧百川先生，痛於二零一六年五月五日辭世，終年九十五歲。茲訂於五月二十六日晚於香港殯儀館地下福海堂舉殯，是晚七時半舉行公祭告別儀式。翌日早上九時大殮，十時出殯移哥連臣角火化。

特此敬告諸親友

培僑教育機構

二零一六年五月十六日

今日香港天氣預測

2016年5月16日 星期一

未來四日天氣預告

查詢天氣：1878200 查詢時差：10013或1000

大致多雲，初時有幾陣驟雨及狂風雷暴，日間部分時間有陽光

氣溫：22℃-27℃ 濕度：65%-95%

潮漲：06:12(1.6m) 17:00(1.7m)

潮退：10:18(1.4m) 23:26(0.8m)

日出：05:44 日落：18:56

空氣質素健康指數

一般監測站#

明日上午：低至中

明日下午：低至中

路邊監測站*

明日上午：低至中

明日下午：低至中

一般空氣質素監測站

設於中西區、深水埗、東區、觀塘、葵涌、荃灣、大埔、沙田、東涌、元朗、屯門、港門

1-3 低

4-6 中

7 高

8-10 甚高

10+ 嚴重

中國各大城市天氣預測

大連 10℃ 22℃ 天晴

貴陽 11℃ 21℃ 多雲

海口 22℃ 27℃ 多雲

杭州 15℃ 22℃ 多雲

哈爾濱 7℃ 19℃ 多雲

合肥 12℃ 24℃ 天晴

南京 12℃ 25℃ 多雲

濟南 11℃ 27℃ 天晴

昆明 12℃ 19℃ 密雲

蘭州 7℃ 29℃ 天晴

拉薩 7℃ 20℃ 多雲

南昌 15℃ 24℃ 天晴

南寧 12℃ 25℃ 多雲

上海 15℃ 24℃ 多雲

瀋陽 6℃ 23℃ 天晴

石家莊 13℃ 31℃ 天晴

台北 21℃ 27℃ 有雨

太原 6℃ 27℃ 天晴

天津 14℃ 30℃ 天晴

烏魯木齊 15℃ 27℃ 天晴

武漢 13℃ 26℃ 多雲

西安 11℃ 27℃ 天晴

廈門 21℃ 25℃ 密雲

西寧 2℃ 23℃ 多雲

銀川 8℃ 27℃ 天晴

鄭州 13℃ 28℃ 天晴

世界各大城市天氣預測

馬尼拉 26℃ 34℃ 有雨

新德里 27℃ 43℃ 沙塵暴

首爾 12℃ 23℃ 有雨

新加坡 25℃ 35℃ 雷暴

東京 15℃ 24℃ 多雲

雅加達 24℃ 34℃ 有雨

吉隆坡 24℃ 34℃ 雷暴

悉尼 13℃ 23℃ 天晴

阿姆斯特丹 5℃ 12℃ 有雨

雅典 16℃ 27℃ 天晴

法蘭克福 5℃ 13℃ 多雲

日內瓦 6℃ 15℃ 天晴

里斯本 13℃ 22℃ 天晴

倫敦 9℃ 16℃ 多雲

馬德里 10℃ 18℃ 驟雨

莫斯科 7℃ 14℃ 有雨

巴黎 7℃ 16℃ 驟雨

羅馬 14℃ 21℃ 有雨

溫哥華 13℃ 19℃ 多雲

芝加哥 4℃ 12℃ 天晴

檀香山 22℃ 28℃ 驟雨

洛杉磯 16℃ 22℃ 毛雨

紐約 9℃ 16℃ 天晴

三藩市 13℃ 19℃ 天晴

多倫多 2℃ 6℃ 有雪

溫哥華 13℃ 19℃ 多雲

華盛頓 8℃ 16℃ 天晴