近半港人精神不健康

今年指數插水 機構指工時長是「傷神」主因

香港文匯報訊（記者 殷翔）「2018精神健康月」籌備委員會昨日公佈第七屆全港精神健康指數調查結果。委員會委託中大於今年6月12日至29日電話訪問了1,007名15歲以上市民，發現今年港人健康指數為50.20分，低於合格水平52分，亦大幅低於去年的59.75分。調查機構指情況令人憂慮，政府和有關部門應多管齊下改善市民精神健康。機構並認為工時過長、缺乏家庭樂是影響港人精神健康主要因素，建議港人每天至少花10分鐘與家人進行娛樂活動。

「精神健康月」調查由多個復康組織及公營機構每年10月進行，希望了解港人精神健康狀況，喚起更多人關注精神健康。本次調查發現47.9%受訪者精神健康不合格，38%精神健康可接受，僅14.1%精神健康良好。

單身待業精神健康較差

委員會指出，相對於其他組別，年長、已婚、家務料理者或有子女受訪者精神健康較好，單身（46.65分）、待業（37.40分）或沒有子女的受訪者精神健康顯著較差。相對毋須工作者，在職受訪者精神健康較差，當中僱員精神健康最差（48.8分），其次是僱主（49.44分）和自僱人士（51.19分）。

至於哪些生活範疇對精神健康的負面影響最大，42.4%學生認為是學業，31%在職者認為是工作，23.1%認為是身體狀況，22.3%認為是個人前途。

遇到困難時38.5%表示會積極應對，39.8%會向身邊人求助，25.8%作運動釋壓，2.8%選擇逃避。

精神科專科醫生及研究工作小組召集人麥永接指出，精神健康出現問題，猶如手機電池瀕臨耗盡。生理上會出現極度疲倦、虛弱、失眠、頭痛等；認知上會注意力不集中，工作和思考效率下降等；情緒上會煩躁易怒，焦慮緊張；思維上對工作意義和自我評價下降，工作變消極及有辭職想法；行為上和同事和上司關係變緊張，極端情況會出現自毀傾向。

麥永接認為，本次調查情況令人憂慮，政府和有關部門應多管齊下改善市民精神健康。調查發現受訪者與家人相處，及處理家庭事務所花的時間，與精神健康有顯著正向關係，政府和工商界應積極推行家庭友善計劃，讓市民有更多時間與家人相處。

他又說，逾六成受訪者工時超過國際勞工組織建議每天最多8小時，港人各階層平均工時都大約9小時，可見工時過長是香港普遍問題，影響港人精神健康。政府應盡快推行最高工時立法。

▲廖小姐分享經歷。 香港文匯報記者殷翔 攝

◀精神健康月籌委會公佈今年港人健康指數，左起：馬天容、麥永接、朱崇文。 香港文匯報記者殷翔 攝

畫家跑出困局 盼世人勿標籤

中四時曾患思覺失調症的年輕畫家廖小姐表示，當時沉重的學習壓力讓她感到窒息，出現各種可怕幻覺。她於是用筆將可怕幻覺畫下然後丟棄，終於自行走出精神偏差，之後更以獨特畫風，成為一名職業畫家，有了自己的工作室。但工作十年後，日漸繁重的工作室業務令她再度出現精神偏差，於是開始練長跑，終於令精神好轉。她希望世人別為精神疾病標籤，這也只是日益普遍的疾病，只要及早求助、積極治療，也能痊癒。

醫局薦高拔陞接任行政總裁

香港文匯報訊（記者 文森）醫管局行政總裁梁栢賢於今年4月宣佈，明年11月約滿後將不再續約。醫管局早前已成立委員會，展開全球招聘程序。有傳媒昨日報道，醫管局於上周四的內務會議期間，通過由現職醫管局聯網服務總監高拔陞接任行政總裁一職，他是由4名候選人當中脫穎而出，惟最終決定仍需交由政府「拍板」通過。

梁栢賢最快明年7月底離開

醫管局行政總裁梁栢賢於今年4月宣佈，明年約滿後將不再續任，醫管局隨即展開招聘程序。扣除假期後，梁栢賢最快於明年7月底離開。

現年53歲的高拔陞，1990年於港大醫學院畢業，後成為老人科專科醫生，1999年取得香港醫學專科學院內科醫學院院士資格，2008年調任醫管局總辦事處，先後擔任總行政經理（策略、服務計劃及知識管理）、質素及安全部總行政經理（病人安全及風險管理）。他於2014年起出任新界西醫院聯網總監及屯門醫院行政總監，今年4月接替退休的張偉麟出任聯網服務總監。

梁栢賢則於2003年「沙士」後協助成立衛生防護中心，並擔任第一任總監，至2007年借調醫管局出任質素及安全總監，帶領新成立的質素及安全部推動策略性改革，以提升機構管治和加強病人安全，並於2010年11月獲委任為醫管局行政總裁。

「職津」文件繁複 散工難申請

■明愛社區發展服務調查指，67.5%的受訪者表示，家庭過去一年出現經濟困難。 香港文匯報記者尹妮 攝

香港文匯報訊（記者 尹妮）新修訂的「在職家庭津貼計劃」(下稱「職津」)推出首6個月，共收到約4.5萬個申請，當中有1.6萬個是首次申請，有機構訪問209名首次申請人士，發現6.2%申請者因文件繁複而放棄申請。

即使成功申請者都大部分用於繳交房租，形容在子女教育及日常生活開支方面反而要「慳」一點，期望能讓居於劏房的家庭有額外的租金津貼，減輕他們的經濟負擔。有社工表示，申請者在遞交工時及工資證明上有難度，因為他們多為兼職或散工，期望政府簡化部分申請程序。

經濟困難多節省食物開支

明愛社區發展服務在今年6月至9月期間，訪問209個首次申請「職津」的基層家庭，44%的受訪者居於劏房、24.9%居於公屋、17.7%居於寮屋，而二人家庭每月收入中位數為12,000元，三人家庭為16,300元，四人家庭為17,000元。

67.5%的受訪者表示，家庭過去一年出現經濟困難，而他們應對方法包括節省食物開支(53.2%)、向親友借錢(48.9%)、減少社交開支(36.9%)、節省子女活動開支(22.7%)，更有向銀行借錢(12.8%)。

社工文思懿表示，在租住私人單位的受訪者中，有98.4%表示租金對家庭經濟有負擔，當中居於劏房或寮屋又成功申請津貼的家庭，68.8%會將津貼金額用於支付租金，其次是子女教育(59.4%)及食物(45.3%)，較居於其他居所的人，將津貼金額用於支付租金的比例為高。她續說，租住公屋並領有津貼的家庭，則將逾60%津貼用作支付子女教育開支。

文件交足4次 仍未知結果

不過有6.2%「職津」申請者因文件繁複而放棄申請，阿好在今年8月開始申請「職津」，至今已有2個月，遞交文件都有4次，但仍未得悉申請結果。

她表示，「職津」辦事處職員不時在她上班時間打電話予她，要求她補交文件，如銀行月結單作入息證明，但早前她已遞交銀行存摺簿作為證明。職員並要求她補交兒子暑期工的員工合約證明等，她認為要求繁複且感覺煩厭，有不被信任之感。她補充，如果職員再致電予她要補交文件，寧願放棄申請。

成功申請「職津」的阿梅表示，她與18歲、讀高中的女兒居於劏房，租金6,000多元，而她任職商場理貨員，月薪為8,000元至9,000元，直言入不敷支，只好將津貼用於租金，並要靠食物援助來解決生活開支。她期望「職津」可以多加一項租金津貼予租住私樓的家庭，減輕他們的經濟負擔。

社工盼簡化申請程序

社工文笑珍說，普遍受訪者認為「職津」對他們有幫助，但是對於租住私人樓宇的基層家庭，他們多將津貼用於住屋開支，其次才用於子女教育，未能達到紓緩跨代貧窮的原意及目的。

她續指，申請者在遞交工時及工資證明上有難度，因為他們多為兼職或散工，期望政府簡化部分申請程序。

健波甘當「醜人」 冀「明嶼」速撥款

香港文匯報訊（記者 文森）行政長官林鄭月娥在施政報告中提出「明日大嶼願景」計劃，建造面積約1,700公頃的人工島，政府最快明年首季向立法會申請撥款進行前期規劃和工程研究。立法會財務委員會主席陳健波昨晨出席電台節目時重申，財委會只需十多小時應可完成審議計劃的前期研究撥款，直言劏房戶正處於水深火熱，「不能令市民安居樂業就係廢」，冀議員不要浪費會議討論時間。

陳健波表示，本港目前可發展的土地少、樓價貴，成為市民安居樂業的「頭號敵人」，填海造地是最能直接解決香港土地短缺問題的方法，其他如發展棕地等都很間接，故對處理填海相關撥款時，他抱的不是「心急」，而是「焦急」心情。

嚴按議規辦事 討論時間充足

他坦言，就算自己擔任主席，也不可能「隻手遮天」，又表明無論「中環」還是「西環」，即特區政府和中聯辦，都沒有指示其做事，他只會嚴格按照議事規則行事，並預留充足時間讓議員討論。

陳健波估計，財委會只需十多小時已足夠完成討論，如果議員能提出有質素的提問，不排除會給予「多少少時間」讓議員辯論。且今次只是討論一個初期的研究報告，10多小時已是一個正常、普通議案所用時間的10倍，並已佔每年度共百多個小時的財委會會議的十分之一。

他認為，議員若對該初步方案有疑問，可先透過傳召官員及書面形式向政府查詢，再預留尖銳問題在會議上提問，而非圍繞相似問題不斷爭論。

財會處理事件 並非拉布平台

他並提醒議員，若要政府改變態度，便要提出清晰理據，因財委會並非拉布的平台，而是處理事件的平台，又認為即使人工島或面對天氣變化影響，都可透過科技創新方式來解決，且填海需花費不少金錢和時間，需要有把握和具肯定性的方案。

身為財委會主席，陳健波表示明白不應高調討論，但認為現在面對的是大是大非的問題，他寧願做這個「醜人」，直言「我寧願俾你鬧，覺得十多年後你一定會讚返我」，又強調會在會議上按規矩做事，且有制度監察，自己是主席也不能投票，市民不必擔心。

政府提出發展大嶼山的「明日大嶼願景」，涵蓋中部水域交椅洲和喜靈洲附近合共約1,700公頃的人工島、大嶼山北岸和屯門沿海地帶，包括重新規劃後的內河碼頭區和龍鼓灘等多個發展區，並配以一套全新的運輸基建網絡貫通各區。