



多地增支援 一般診所均提供輕症療法 英澳精神健康納基層護理 早期介入減惡化

香港文匯報訊 香港近期發生精神疾病患者傷人致死案件，心理健康治療支援問題再次引起社會關注。進入後疫情時代，民眾的精神健康不容忽視，全球多地都採取措施，提供更多心理健康支援。英國和澳洲近年便加強精神健康服務，透過擴充服務人手、完善分級診療轉介、引導社會各界配合等方式，幫助更多有需求人士，以讓社會更穩定和諧。

早在2011年，英國政府就發布《精神健康策略方案》，將精神健康護理納入主流醫療服務。當局為此完善跨專業精神健康服務，積極協調介入治療。澳洲也成立綜合性質「基層精神健康服務平台」，專注應對輕症個案。兩地政府均指出，基層護理是服務有精神健康需求人士的「第一站」，利用早期介入可減少精神問題惡化幾率，為專科治療節約資源。英國的基層精神健康服務一項主要措施，是由國家醫療服務（NHS）推行的「心理治療普及計劃」（IAPT）。該計劃安排社區診所等基層醫療機構，提供認知行為療法或人際關係療法等較低強度治療方案。若遇到較複雜個案，經過訓練的專業治療人員也可以及時聯繫轉介，將患者轉交給臨床心理學家和精神治療師接診。

團隊包括普通科醫生及護士

澳洲亦成立 Headspace 中心的基層護理平台，主要支援青少年和年輕人。該中心團隊成員包括普通科醫生、護士及精神健康專家，可以提供心理疏導及輕症治療。這些服務多數都無須患者經普通科或兒科醫生轉介，鼓勵有需求人士主動求助，不少年輕人接受服務後都得以舒緩一定壓力，該模式也得到加拿大、丹麥和愛爾蘭等地仿效。

部分病情較嚴重的精神疾病患者需要及時轉介並積極跟進，確保獲得適當治療。澳洲據此制訂基層精神健康網絡全國指引，列明轉介途徑、患者病徵評估方法，以及醫療機構監督方式等。當局亦設有網上平台，協助各間機構溝通患者治療及護理方案、處理服務轉介事宜。

治療師向青少年提供疏導服務

英國各地也設有「跨專業精神健康支援小組」（MHST），由精神健康治療師負責，每個小組可為10至20間當地中學提供額外支援。該小組除提供青少年心理疏導服務外，也會協助校方與醫療機構聯絡，及時轉介病情較嚴重的學生。預計今年之內，相應志願小組數目將增至400個，涵蓋英格蘭約三分之一的學校。

英澳兩國還培訓不少跨專業人員，緩解精神健康專科服務壓力。澳洲就設有普通科精神健康標準協作項目，經培訓的普通科醫生獲頒認可資格，就可以為有需要人士提供輕症治療，相關服務均獲政府資助。經過多年推廣完善，現時澳洲逾90%普通科醫生都已接受項目的培訓。

英國也由英格蘭健康訓練局與NHS合作，設立精神健康專員職位，滿足IAPT和MHST項目的人手需求。該職位接受所有學位畢業生申請，需經過為期一年的培訓，合資格者具備足夠專業技能進行早期介入，也可以依照患者病情，及時安排轉介服務。

新加坡輕症轉介私家診所 家庭醫生助照料

香港文匯報訊 新加坡近年的人口健康普查顯示，當地民眾心理健康水平在疫情期間下降，政府部門與機構據此積極商議，彌補心理健康計劃缺口。新加坡心理衛生學院近年就擴大「家庭醫生聯營計劃」，將病情穩定的精神疾病患者轉介至私人診所，由家庭醫生照顧，截至去年底已有114名醫生加入計劃，約3,500名患者受益。

家庭醫生聯營計劃主要服務精神分裂、焦慮或抑鬱症患者，他們需獲證實病情已經穩定、適合由家庭醫生照顧，並同意相關安排。患者透過計劃可以就近覆診，看診時間更短且更靈活，也可以選擇更具針對性的護理方式。參加計劃的牛車水全科醫療診所家庭醫生姚承勛就表示，「我們鼓勵病人定期覆診，如果他們病徵惡化或需要疏導，我們會與心理衛生學院溝通並安排轉介。」

新加坡衛生部與心理衛生學院2020年也成立「心理健康工作小組」，翌年擴大至跨部門委員會，與教育部、內政部和社會及家庭發展部等政府部門合作。一名心理衛生學院專家表示，他接觸的精神疾病患者中只有少數人犯案，其中犯案原因多樣，包括患者未能及時察覺自身病情、患者親屬沒能提供協助、發現病情惡化但未有及時就醫等。

無權強制患者覆診 須增社區服務機構

專家也表示，除強制性治療令等特定情況，當局無權強制完成療程的患者定期覆診，這就需要患者與親屬主動利用身邊資源協助治療。但病患不一定按時服藥覆診，家屬也未必能時刻關注患者飲食起居和行為變化。由此一來，增加社區心理健康服務機構，確保醫療機構與社區中心緊密銜接，能夠更及時協助轉介患者，減少病情復發幾率。南洋理工大學李光前醫學院跨學科研究生去年還推動社區體檢服務，將心理健康檢測納入體檢一部分，讓體檢人士關注可能被忽視的心理健康問題徵兆。新加坡衛生部長王乙康表示，「人們不應該將心理健康問題污名化，社會各界可以更公開分享討論該議題，鼓勵有需要人士尋求幫助。」

美增學貸優惠培養精神科專家

香港文匯報訊 多地政府規劃完善精神健康支援系統時，都會遇到從業人手不足問題。美國跨黨派參議員今年2月提議立法，利用學生貸款優惠吸引更多學生投身精神健康專業，獲得全美多個心理健康倡議組織支持。澳洲維多利亞州政府也計劃為當地去年通過的《心理健康與福利法案》增加投資，用於培訓更多精神健康專業人士。

全美兩年內缺25萬名精神科專家

美國民主黨參議員哈桑與共和黨參議員穆羅科夫斯基稱，現時全美近1.6億人都生活在精神健康專家短缺地區，美國衛生資源和服務管理局估計到2025年，當地將缺少25萬名精神健康專家，包括精神科醫生、護士、臨床心理學家、社工和學校心理諮詢師等。法案提議對於在精神健康專家短缺地區工作的該行業從業者，當局可提供最高25萬美元（約196萬港元）學貸補償，或是按照從業者年限，每年補償學貸總額的六分之一。澳洲維多利亞州的心理健康新法案計劃將於今年9月實施，州政府今年4月發布招標信，要求供應商提供培訓課程，讓當地醫護更好地理解法案詳情，改善精神疾病患者的治療和護理體驗。州政府計劃投入2,930萬澳元（約1.5億港元）支持該法案，包括就精神疾病強制治療標準進行獨立審查，並設立全新的委員會，監督當地精神健康醫療體系運作。

香港文匯報訊 美國民眾近年對心理問題治療需求日增，當地各州份的政府、醫療衛生系統和私人機構也加快進度，增設更多精神疾病治療中心、戒除毒癮康復中心及心理健康診所等。行業研究機構財富商業洞察統計稱，美國心理健康治療市場規模預計從前年的770億美元（約6,038億港元），增至2029年的1,050億美元（約8,234億港元）。

聯邦政府2010年通過《平價醫療法案》，要求美國各間保險公司覆蓋各類心理健康問題治療費用。新冠疫情期間，醫療機構新增的心理治療設施愈來愈多，例如加州的Sabra健康中心就投入8.36億美元（約65.6億港元），將收購的18處房產改建為戒毒康復中心和精神疾病診所。提供戒斷治療的Landmark康復中心也計劃再開23間診所，營業範圍從9個州擴大至16個州。

美國精神健康診所網絡Acadia負責人伍茲指出，後疫情時代的精神疾病患者更希望親身就醫，增設治療中心可以取代遙距診療，更好地對症下藥改善患者狀況，「尋求治療的患者病情正在惡化，我們應為需要監護的病人提供對應服務。」

阿根廷心理醫生數目超美法 部分提供免費諮詢

香港文匯報訊 阿根廷擁有眾多執業心理醫生，民眾普遍積極關注自身心理健康。時至今日，阿根廷每百萬人就擁有29名國際協會認證精神分析師，平均每10萬人擁有的心理醫生成數，也遠超美國和法國等發達國家。分析指出，阿根廷醫保涵蓋多數心理健康諮詢，社會各界也積極關注心理問題，形成體諒、友善的氛圍，能夠很好地幫助有需要人士。

阿根廷公費醫療體系中，就有部分醫生為患者提供免費心理諮詢，亦有許多工會成員的保險計劃中，涵蓋了每年數十次的心理諮詢，基本滿足每周一次的心理諮詢需求。阿根廷精神分析基金會會長埃波利斯還提到，基金會的心理諮詢服務模式不限，患者如果無力支付費用，也可以通過做義工交換諮詢服務。

《紐約時報》還分析稱，阿根廷心理醫生眾多，消費者也具備一定議價能力，許多醫生也願意根據患者的收入，靈活調整收費額度。由此一來，阿根廷多數民眾基本都能負擔日常心理諮詢開銷，可以隨時尋求幫助。

報刊設心理學專欄

阿根廷民眾對心理學的尊重，也延伸到文學、影視、傳媒等領域，許多報刊都設有心理學專欄，公立學校也會向學生傳授心理學知識。研究阿根廷心理健康狀況的作家普洛特金就形容，當地社會非常接納心理學，重視心理健康問題，他對阿根廷心理學界的發展保持樂觀。



◆ 新加坡家庭醫生正在接受心理健康專業培訓。 網上圖片



◆ 阿根廷早前上映講述著名心理學家的電影。 網上圖片

增預算建精神治療中心