

# 狂拔毛髮 召妓成癮 沉迷上網

# 港人減壓癖好千奇百怪

如果你認為經常召妓未必等同好色，這可能代表你患上嚴重的成癮行為。香港明愛家庭服務調查成癮者，觸發其成癮行為的原因和目的，結果顯示，受訪者當中以打機上網成癮最多，但當中亦有嚴重個案，例如有中年男人召妓成癮，最嚴重時每三至四日便會召妓一次，亦有人拔掉毛髮成癮，拔走自己三分之一毛髮。報告建議，成癮者應盡早尋求輔導，對症下藥。

本報記者 黃俊鋒

昨日公布的《成癮行為的高危因素》研究報告，探討觸發成癮行為的原因，及成癮者進行成癮行為的目的，總共有一百九十八名的成癮者參與是次研究，而所探討的成癮行為主要包圍濫藥、酗酒、沉迷賭博、打機及上網沉溺、性沉溺、購物沉溺等。

研究報告發現，接近七成受訪者表示，自己產生成癮行為，主要是因為出現負面情緒，例如挫敗感、抑鬱、孤單感、焦慮及生活壓力太大等；亦有逾四成人表示是由於自己生活習慣驅使成癮行為。

而有六至六成半的成癮者表示，希望透過成癮行為尋求刺激、開心及滿足，或者透過成癮行為解悶、忘記煩惱或逃避問題，此外，有四成多的人表示，藉着成癮行為，可減輕負面情緒。

明愛家庭服務性治療師江寶祥表示，曾經跟進一個約三十多歲成癮者的個案，成癮者表示自己需要透過召妓才能驅散內心的不安，得到宣泄情緒的機會，從而獲得快感及陪伴的感覺，而這些感覺單靠賭博或吸煙是不能得到的。久而久之，召妓成癮成他處理生活壓力的解決方法，最嚴重時更會在三至四日內召妓一次。

江寶祥又表示，亦有十一歲兒童沉溺拔毛髮的感覺，藉着拔毛髮所造成的身體痛楚，忘記煩惱，逃避學業上的問題，甚至因而拔掉自己約三分之一的頭髮及眉毛。

這些個案均顯示，成癮行為變得越來越多樣化，不再單是以濫藥、賭博、酗酒、打機等行為，更會出現召妓、拔毛髮、更嚴重的甚至作出自殺、縱火等傷害自己及他人的行為。

## 炒股成癮者求助增

明愛展晴中心督導主任鄧耀祖亦指出，由於近來經濟環境開始轉差，多了人上來求助，這些人大部分屬於賭博成癮，沉迷投資因而「輸掉身家」。他預料至本年年尾，將會出現更多在股票市場投資失利而上門求助的個案。

明愛家庭服務臨床心理學家李桂儀和譚妙萍皆表示，染有成癮行為的人都缺乏正面和有效的方法，處理自己的負面情緒或生活壓力，多傾向以這些負面的成癮行為來處理問題。她們說，如果成癮者要成功戒癮，就需要學習以其他正面的方法來處理負面情緒和生活壓力，例如向支持自己的朋友或親人傾訴，以達至一種情緒宣泄。

李桂儀表示，成癮者應以理性和正面的思想減輕負面情緒帶來的影響，若然情況較為嚴重，應尋求社工輔導或向精神科醫生求助。此外，她們又說，培養正面而有益的活動，例如參與體能活動、進行運動項目等，有助減輕生活壓力，亦可從而建立一個健康和充實的生活方式。

香港明愛家庭服務 《成癮行為的高危因素》 研究結果新聞發佈會 二零零八年十月九日

明愛建議成癮者應盡早尋求社工輔導，找出成癮的真實原因 (本報攝)

進行成癮行為目的	佔總受訪人數百分比
得到刺激或開心的感覺	65.2%
解悶	61.6%
忘記煩惱或逃避問題	61.1%
減輕負面情緒	43.9%
得到朋輩或別人的認同	21.7%
贏錢	18.7%
還債	11.6%
其他	4.5%

總受訪人數 198 人 (可填多項目的)  
資料來源：香港明愛家庭服務



劉永松(中)與受訪者蔣先生(左)、昌娟(右)講述減抑鬱經驗 (本報攝)

## 市民多做運動可解減壓

【本報訊】實習記者紀綺琦報導：適值今天是「世界心理健康日」，一項研究指，港人有焦慮和抑鬱的比率都高於世界水平，當中患抑鬱人數高出一倍，負責調查的學者建議，市民多做運動可有助減壓。

浸會大學和香港心理衛生會的調查在今年首四個月訪問了一千八百多人，近四成人有輕度至中度焦慮，較外國高三至五百個百分點。

負責這個研究的浸會大學體育系教授劉永松表示，適量的運動對人的精神及心理健康有正面作用，建議有焦慮和抑鬱的人，可多做具節奏以及韻律的運動，例如跳舞和瑜珈，有助改善情緒和減壓。

患上精神問題的昌娟女士因從內地來港後不能適應本港的急速步伐，以及與丈夫出現感情問題而病發，直至兩年前完全康復。當年醫生對她的鼓勵，使她抱著一試的心態參與社交舞班。她認為運動改善了她的心理質素，更打開了心扉，身心都開心了不少。

蔣先生是九九年病發的，他出現情緒緊張和焦慮的病徵。他認為，自香港回歸後，本港的媒體漸趨以負面新聞為主，香港逐漸變成一個畸形的社會，引致他的負面情緒加劇。自從他每天散步五十分鐘，情緒緊張和焦慮的情況亦得以紓解。

## EDO Pack 餅乾條含毒

【本報訊】實習記者紀綺琦報導：食安中心昨日驗出，三十六克裝的「EDO Pack 可可杏仁餅乾條」發現含有百萬分之八點五的三聚氰胺，超出百萬分之二點五的法定上限。食安中心建議市民停止食用有關食品。

被驗出三聚氰胺含量超標的餅乾條，淨重三十六克，即一點二六九安士，食用期限為明年五月十七日。檢驗的其餘七十八個樣本均合格，包括奶、冰凍甜點、餅乾、醫療用嬰兒奶類產品、即沖飲料及調味醬料。

食安中心發言人表示，根據美國食物及藥物管理局的三聚氰胺每日可容忍攝入量標準，一個十公斤年約三歲幼童每天食用三百七十六點五克，即約十包有關餅乾條，或一個體重六十公斤的成年人每天食用約四點四五公斤，即約一百二十四包該產品，其三聚氰胺攝入量才會超標。

當局已通知業界，並要求停止售賣產品，亦已發信警告零售商和產品的香港總代理，而總代理表示會回收有關產品，並建議市民停止食用有關食品。發言人強調，如有足夠證據，中心會提出檢控。

## 三聚氰胺測試不合格食物樣本

樣本名稱	三聚氰胺含量
EDO Pack	8.5ppm
可可杏仁餅乾條	法定上限 2.5ppm
淨重/淨含量：	
36克/1.269安士	
食用期限 17-5-2009	

## 簡訊

### 六港童巴基斯坦疑染肝炎

實習記者紀綺琦報導：衛生署衛生防護中心昨日呼籲前往病毒性肝炎流行地區的人士提高警覺，避免感染。現時有六名證實感染甲型病毒性肝炎的兒童均曾於病發前前往巴基斯坦。衛生署轄下的港口衛生處已經會旅遊業界有關個案，中心亦已將個案知會巴基斯坦駐港領事。

該六名患者包括四男兩女，年齡介乎七歲至十二歲。據衛生防護中心的旅遊情報，其中五名患者為巴基斯坦裔香港兒童，他們在暑假期間回祖國度假，返港後出現病徵。中心已聯絡他們就讀的大間學校，得悉校內沒有其他病毒性肝炎的個案，並已給予校方有關的健康指引。

發言人呼籲市民，特別是前往病毒性肝炎流行地區的旅客，要保持個人和食物衛生，免受感染，又提醒有意到高危地區旅遊的人士，應先注射甲型肝炎的預防疫苗。

### 全港五病樹遭斬除

又有五棵古樹在香港消聲匿跡。康文署昨日宣布，斬掉位於香港動植物公園、鯉魚門公園、維園及南灣泳灘的五棵古樹。迄今為止，康文署已經斬掉九棵古樹。

被斬掉的五棵古樹，分別是兩棵位於香港動植物公園的琴葉榕及南洋杉、一棵位於鯉魚門公園的朴樹、一棵位於維多利亞公園的華南白栎、及一棵位於南灣泳灘的大葉合歡。

康文署表示，在與本地樹木專家小組詳細研究檢驗樹木的結果後，發現這五棵古樹均有潛在的倒塌危險，而且沒有可行的方法可以繼續維持健康生長，加上這五棵古樹都位於人流較高的地方，為免威脅遊人安全，情況已在昨日移除了。

連同較早前移除了類似的四棵樹木，康文署共移除了九棵樹，佔康文署管理的古樹名木百分之一點八。此外，康文署宣布，已與海外樹木專家完成檢驗古樹名木冊的四百九十九棵樹木。檢驗結果顯示，大部分古樹的生長情況大致健康，其中一些需要進行一般的基本護理，如施放除蟲藥、以鋼索加固或修剪枯枝等。康文署會繼續留意這些古樹的生長情況，按需要進行不同程度的護理。

### 紅酒拍賣成交額縮減

金融海嘯打擊市民消費意欲，連貴價紅酒拍賣會成交亦見縮減。英國拍賣行邦瀚斯昨晚於深水灣舉辦葡萄酒拍賣會，推出近五百項頂級佳釀拍賣，總成交額只有一千二百五十萬，較預期的一千五百萬元遜色。負責人表示，經濟不景影響了拍賣表現，但依然有不少愛酒之人在此市況下積極在市場尋寶，透過競投拍賣品為資金保值。

邦瀚斯亞洲區執行董事陳楷遜表示，已預期在近期的經濟氣氛下拍賣成交額減少，但昨日出席拍賣會的人數較預期多，而且成交率近八成二，加上部分珍貴的紅酒亦有不錯的成交價，整體來說拍賣情況亦算理想。他又說，在經濟不景下，紅酒其實是一個不錯的投資選擇，昨日亦有不少買家積極尋寶，希望透過競投拍賣品為資金保值。

# 產婦牙周病嚴重 嬰兒過輕



黃凱欣(左)和黃偉忠表示，嚴重的牙周病可引致早產和初生嬰兒體重偏低

【本報訊】記者曾愷欣報導：民間傳統思想以為婦女懷孕時，容易缺乏鈣質致肉紅腫、流牙血甚至甩牙，有人誤以為懷孕期間不宜檢查牙齒和洗牙，不過，牙科和婦科醫生指出，這都只是迷信，孕婦牙齒問題的真正元兇，其實是荷爾蒙變化和患上嚴重牙周病。醫生警告，孕婦若有嚴重牙周病但置之不理，可引致早產和初生嬰兒體重太輕，建議孕婦除接受產前檢查外，也應檢查牙齒。

一名三十多歲高齡孕婦發現牙齒有問題，但因擔心診治可能注射麻藥，影響胎兒，又以為懷孕時期缺鈣是正常現象，生產後自然恢復正常，所以無求診，直到產子後才找牙醫，結果證實患上牙周病，但為時已晚，十隻牙齒要剝掉。

牙科醫生黃凱欣表示，孕婦輕視牙周病，後果可能不只痛失牙齒，因為孕婦患嚴重牙周病，可引致初生嬰兒體重過輕，甚至早產。她表示，外國研究證實，嬰兒可透過羊胎水或胎盤，感染母親的牙周病細菌，身體連鎖反應而誘發早產，牙周病細菌可令身體分泌前列腺素，減少胎盤血液循環，影響胎兒生長。

## 誤信生仔會甩牙

婦科醫生黃偉忠稱，過去一年曾接觸孕婦中，大多有牙齒紅腫、流牙血等牙周病病徵，有孕婦卻揚言「生仔甩牙是十分正常」。他指出，孕婦較少問及牙齒問題，反而認定是缺鈣導致。

黃凱欣解釋，婦女懷孕前若已患牙周病，懷孕期間由於荷爾蒙改變，有利牙周病細菌滋生，細菌量可激增達五十五倍，加劇牙周病病情，血管和組織變化令牙肉變弱，減低防護功能，結果容易導致肉紅腫和流牙血等發炎情況頻生。

黃偉忠建議婦女計劃生育時，除要接受產前檢查外，並應檢查牙齒，懷孕三至六個月期間，在胎兒穩定的情況下，孕婦可接受牙齒檢查和洗牙，保持口腔衛生。黃凱欣稱，若求診者是孕婦，牙醫會調整麻藥劑量，不會危及胎兒。

# 葵涌麥芽飲品差價 65%

【本報訊】消委會每周精明格價調查，今次是葵涌區內大型超市和零售店的四十款食品、日用品售價。大型超市、連鎖健康商店的售價，普遍較區內小型超市及零售店為貴，其中差幅最大的一款四百克麥芽飲品，超市華潤萬家售價二十八點九元，零售店佳寶超市只售二十三點五元，價格相差達六成五。

消委會每周精明格價昨日公布最新調查結果，在葵涌區內大型超市和零售店選取四十款貨品，包括二十七款預先包裝食品、九款家居個人護理用品和四款新鮮食品。其中預先包裝食品方面，差幅為百分之五至六十一不等，三間大型超市惠康、華潤萬家及百佳，售價為區內最貴的貨品，分別佔到十五、十一及十款，普遍較區內其他小型超級市場、雜貨店為貴。

至於家居個人護理用品方面，差幅為零至百分之六十三不等，健美連鎖店屈臣氏、萬寧有售的四款貨品，全部為區內最高售價；百佳有售的八款中，有六款為最貴；惠

康有售的四款中，有三款為最貴；華潤萬家有售的四款中，亦有兩款為最貴，大型超市、健美連鎖超市的售價，普遍高於區內數間藥房。

今次四十款貨品中，價格差異達到五成以上的，有四款以華潤萬家售價最貴。差異最大的貨品，是四百克裝「阿華田營養麥芽飲品」，華潤萬家售價三十八點九元，佳寶食品超級市場只售二十三點五元，差幅逾六成五。

其次是一百三十克裝「高潔潔抗敏美白牙膏」，屈臣氏、萬寧售價三十五點九元，陳萬昌中西藥房只售二十二元，差幅達到六成三；八十克「李錦記甜酸排骨醬」，惠康、華潤萬家售價六元，佳寶只售三點八元，差幅近五成八。二百二十五克「淘大珍珠雞」，華潤萬家售價十三點九元，百佳、佳寶售價八點九元，差幅約五成二；一百克「四洲紫菜梳打餅」，華潤萬家售價五點九元，明記超級市場只售三點九元，差幅約五成一。

## 乳癌基金宣傳康復經驗

【本報訊】實習記者李寶芝報導：適逢本月是「國際乳癌關注月」，香港癌症基金會的「粉紅革命」第七年舉行關注乳癌的活動，該會希望透過各項活動，分享康復者經驗，以及籌款支持各種免費乳癌支援服務和癌症研究。

香港癌症基金會主席羅莎莉說：「『粉紅革命』今年以『Proud to be Pink』作為口號，宣揚關注乳癌的重要性，並透過連串的籌款活動，為癌症基金會屬下各項免費乳癌支援服務籌募經費。」癌症基金會本月二十四日為「粉紅服飾日」，宣傳防乳癌資訊，以及籌募港幣二百五十萬元。

臨床腫瘤專科醫生傅惠霖表示，隨著二次大戰結束後，本港的生活模式越來越西化，形成都市病，因此，發病率亦隨之增加，而患者除了要打針和食藥外，心理和情緒的照顧亦非常重要，這才算是全面治療。

五十二歲的陳女士，於年初證實患上乳癌，因發現及時，經手術、電療和化療後，上月已康復。在治療期間，為免家人擔心，時常要強顏歡笑。她參加癌症基金會的活動，透過與病友分享和交流經驗，惺惺相惜，心理壓力減輕。

另外，藝術家及乳癌康復者張思瑾，將於本周在國際金融中心舉行其個人攝影展。她表示，每幀照片均展示她在不同抗癌階段的感受和對人生的看法，希望引起大眾共鳴。

根據醫管局資料顯示，每二十位婦女中便有一位有機會患上乳癌，易患乳癌的女性包括年紀大、直系親屬曾患乳癌，或者過重的女性，每增加十公斤，患病機會就增加八成。



張思瑾表示，每幀照片均展示她在不同抗癌階段的感受 (本報攝)

## 長者投訴家居維修被「掠水」

【本報訊】不良社會企業讓政府好心變惡意。社署今年八月推出「長者家居環境改善計劃」後，短短一個月，有長者團體就收到十六個投訴，包括長者遭濫收金錢及剝削長者利益。該長者團體會昨日向新立法會議員申訴。

吳婆婆，家住馬鞍山，上月通過長者中心成功申請「長者家居環境改善計劃」，轉介民協旗下的社會企業承辦維修工程，更換坐廁，以及在廚房、廁所、抽油煙機等位置以「玻璃膠」進行修補，維修後發現廁所滲水情況，於是向香港防止虐待長者協會投訴。

協會發現，單是新坐廁收費已二千一百元，較區內其他承辦商貴約一倍，質疑負責工程的社企「掠水」。香港防止虐待長者協會成員昨日會見立法會議員王國興、梁國雄、陳偉業、何秀蘭和陳健波，為老人訴苦。長者協會社區幹事楊區表示，社企出了問題，需要政府出手才能解決，希望政府不只是一味拿錢出來，還要設立監管機制，不能任由社企濫收長者費用圖利，公婆婆婆受連累受氣。

楊區表示，長者協會將在一周內整理出十六個投訴，交給立法會議員跟進，並考慮上訴其中某些嚴重個案。



長者協會成員將馬桶搬到立法會秘書處，請議員王國興(中)過目