



# 中大北大聯合研發 手機App治抑鬱失眠 發病率大減四成以上



中大聯同北大進行臨床研究，證實數碼化失眠介入程式有助降低青年抑鬱發病率。  
大公報記者唐雪婷攝

抑鬱症是全球12億青年人口中最常見的精神疾病之一，失眠既是抑鬱症的誘因，亦是其常見症狀。

香港中文大學醫學院與北京大學第六醫院聯合開展亞洲首項數碼化失眠認知行為治療（簡稱數碼化CBT-I介入程式），臨床研究顯示，此手機應用程式除了可改善青年患者的失眠及抑鬱症狀，更可將抑鬱症發病率大幅降低四成以上，療效持久且反應良好。

大公報記者 唐雪婷

青年處於成長的過渡期，屬易受精神疾病影響的人群。有研究顯示，四分之三的精神疾病個案於24歲前發病。調查顯示內地約有2%的青年患有抑鬱症，而另有研究顯示香港的比例約為3.9%至5.2%。

## 七成半個案24歲前發病

中國科學院院士兼北京大學第六醫院院長陸林表示，CBT-I是有效治療慢性失眠的一線療法，但亞洲尚未研究此方案對預防青年抑鬱的療效，以及用數碼方式替代面診治療的作用。他指出，有研究顯示內地及香港青年失眠患者的求助率僅一成，突顯出高危年輕人群對傳統治療方案的接受度極低，引致罹患抑鬱症的風險大增。

是次研究的參加者包括708名年齡介乎15至25歲的內地及香港青年，所有參加者均患有失眠

症，並伴有亞臨床抑鬱症狀。研究團隊將參加者平均及隨機分為介入組及對照組，前者通過手機接受為期六周的數碼化CBT-I介入程式治療，後者則接受手機健康教育科普。

結果證明，數碼化CBT-I介入程式對失眠症及抑鬱症有「一舉兩得」的療效。介入一年後，失眠緩解率接近60%，抑鬱發病率與對照組相比低逾四成，介入組的抑鬱症發病率僅約10%，而對照組則為18%。

## 突破青年精神治療瓶頸

是次研究第一作者、中大醫學院精神科學系博士後研究員陳斯婧表示，治療效果令人滿意，證明數碼化CBT-I介入程式可有效預防抑鬱症，相較於面診治療，數碼自助化治療方式更易於被稱為「網絡

原住民」的青年接受，突破青年精神健康治療的瓶頸。

卓敏精神科學教授、中大醫學院精神科學系主任兼李朝江家族睡眠檢查室主任榮潤國補充，在未來，醫學界需要探討如何在基層醫療等方面，將數碼化治療失眠方案與臨床實踐相結合，並研究如何改良此嶄新治療方案，促進個人化預防和早期治療在社區中的發現及應用。



# 教大：善用儲備 引入新科技提升效率

【大公報訊】記者華夢晴報道：香港教育大學校長李子建及一眾學校管理層，昨日分享教大最新發展動向。對於政府擬削減大學撥款，教育大學校長李子建表示，會研究如何開源節流，大學願與社會「風雨同舟」。

## 只可承受輕微削減撥款

面對宏觀經濟挑戰，李子建坦言，政府縮減撥款無疑會對教大帶來影響，校方只能承受輕微的撥款削減幅度，但一定會做好自己，並會在資源緊張的情況下排好優次，開源節流，包括開拓多元學科等。另外，教大會妥善運用財政儲備，並引入新科技提升行政效率，確保各項規劃得以順利落實。

李子建強調，削減人手是最後一步，暫時未有想過減少人手，「一間大學是需要人，人工智能無論有多強，都取代不了教授和行政人員，無法取代由人所建立的溫度和氛圍。」

教大副校長（研究與發展）陳智軒表示，教大屬於新興大學，有別於其他「老牌」大學，學科以及項目需要內部的資金去建造，削減資助有一定的壓力。校方亦強調，教大會持

續投資未來發展，不會因為一時的財政波動而改變長遠策略。

## 集中資源研究人口老化等

陳智軒續指，在財政緊張的情況下，會將更多資源集中在解決現今世代問題的研究，包括人口老化及言語大模型等，傳統學科會放在較後位置考慮。



▲香港教育大學校長李子建與一眾管理層分享教大最新發展動向。  
大公報記者華夢晴攝

早前，有教大碩士因假學歷被判囚3個月，教大副校長（學術）鄭美紅表示，在非本地生申請的過程中會再一次核實申請人提供資料的真偽；並會向申請人原居地學校或發出證書的學校或機構核實；面試時亦會再一次核對申請人身份和資料真偽。未來，校方計劃利用AI幫助辨認文件真偽。她續指，如發現假學歷問題會轉交警方處理。

至於非本地生收生情況，鄭美紅指出，2024至2025學年教大共錄取319名非本地生入讀政府資助課程，其中有237人讀首年學士學位課程，按年增長超1倍。另外，非本地生源除內地外，亦有澳洲、哈薩克斯坦、緬甸、巴基斯坦、印度及越南等地學生。

另外，上月教大傳出有超過900名學生未有提交簽證紀錄，並有學生簽證已逾期但仍然在學。

教大副校長（行政）方永豪回應指，上月已要求900多名非本地學生提交簽證紀錄，僅極少數同學因個別理由已終止學業。少數學生補交資料後，經入境處批核後已恢復學籍，期望日後不會再發生類似事件。



▲理大與北大醫學部簽署合作備忘錄，探討雙方在醫學技術領域的合作，包括聯合研究及師生交流等。

【大公報訊】記者郭如佳報道：香港理工大學與北京大學醫學部（北醫）簽署合作備忘錄，探討雙方在醫學技術領域的合作，包括聯合研究及師生交流等。合作備忘錄由理大常務及學務副校長黃永德和北京大學醫學部副主任王嘉東代表雙方簽署，黃永德表示，理大致力發展醫工交叉學科，校際合作對於雙方的學科建設和專業發展都大有裨益，希望兩校在未來能夠有更多合作項目。

是次合作將結合理大醫療及社會科學院和北醫醫學技術研究院的科研實力及教學資源，攜手促進醫學技術領域的科研發展及交叉學科建設。簽署儀式由理大常務及學務副校長黃永德和北京大學醫學部副主任王嘉東代表雙方進行，多位校領導參與見證。

## 設立科研種子基金

黃永德表示，校際合作對於雙方的學科建設和專業發展都大有裨益，他希望此次簽署合作備忘錄能拓寬雙方合作空間，設立科研種子基金，為醫學技術的發展貢獻力量。

王嘉東對雙方前期合作表示肯定，他強調合作的重要性，並建議雙方藉此機會深化合作，加強學科建設、拓寬科研合作。

簽署儀式後，雙方就醫學教育、科研合作及學生培養等方面進行深度討論，並介紹各自教研發展和學科建設情況。理大代表團還參觀了北醫醫學技術研究院教學實驗室等設施，深入了解北醫在醫學技術及臨床教育方面的設施和經驗。

除北醫外，理大一直與多間內地大學和醫院建立合作夥伴關係，並正就籌辦第三所醫學院積極開展籌備工作，以滿足香港及大灣區的醫療需求。

# 理大夥北大探討醫學科研合作

# 五年制雙學位課程 培育多元人才

【大公報訊】記者華夢晴報道：教育大學校長李子建回顧教大過去一年的重要工作，重申教大的核心使命是培育才德兼備、了解國家，同時具備國際視野的未來教師和專業人才。

李子建表示教大將以「教育未來 多元專才」為發展方向、裝備學生應對不斷轉變的社會需求。同時，教大將繼續拓展本地、內地及國際的聯繫，為香港建設國際教育樞紐及打造「留學香港」品牌作出貢獻。

教大副校長（學術）鄭美紅表示，教大現有的13個五年制教育學士學位課程將全線成為雙學位課程，讓學生深化教育主科知識的同時，具備多元知識，於日後成為教師時可將相關知識授予學生。同時，教大將增設三個本科新課程，「數碼中國文化與傳意榮譽文學士」、「言語病理學及康復榮譽學士」以及

「個人理財學士」。

另外，超過一半教師教育雙學位課程會提供中及小學實習機會，畢業生將掌握跨年級的教學技能。同時，雙學位課程所修讀的學分與現時教育學士學位課程相同，鄭美紅解釋相關教學內容沒有減少，而是減少通識科並將學分集中在主修以及教育相關的內容。

鄭美紅續指，新學年將引入全新的學士課程元素，包括國家安全與法律教育、國情體驗、創業與創新及數碼能力。

至於教育局去年取消71名教師的註冊資格，鄭美紅表示會在教師課程加強師德培訓，教導學生正確理解和闡釋教師專業操守指引。學生實習期間亦會與校方和業界密切留意學生的專業操守。同時，學生畢業時必須完成「出關」要求，包括滿足教師專業操守與道德要求

## 九個授課型碩士課程

- 1 高級管理專業人員人工智能理學碩士
- 2 新興科技賦能的未來人力文學士
- 3 數碼管治法學碩士
- 4 新媒體和社交媒體文學士
- 5 電子競技運動管理文學士
- 6 學習科學理學碩士
- 7 跨文化傳意及翻譯文學士
- 8 文化傳承教育與管理文學士
- 9 中國價值領導教育文學士

的評核。

為配合科技發展及行業變化，教大將推出9個全新授課型碩士課程，其中5個課程與人工智能和新興科技相關（詳見表）。

# 經民聯倡設大灣區航天教育基地

【大公報訊】記者陸九如報道：全國兩會下月將在北京召開，經民聯昨日（20日）舉行記者會，介紹逾20份將提交予兩會的建議和提案，涵蓋推動香港融入國家發展大局、粵港澳大灣區建設、共建「一帶一路」等議題，並提出包括創科、電商、金融、航運、物流、專業服務等眾多範疇的改革倡議。

經民聯今年提出《粵港澳合作打造大灣區航天教育基地》全國政協聯名提案，並獲得多名全國政協常委支持。該提案建議中央支持粵港澳三地政府共同推動打造「橫琴航天教育基地」，充分利用橫琴粵澳深度合作區的區位、政策

與資源優勢，打造具規模的國家航天教育基地，以加強對港澳學生航天教育、科技教育、愛國教育，成為加強港澳青少年對國家認同的重要平台。

剛獲特區政府再度委任為旅發局主席的全國政協常委林建岳倡議「深化大灣區影視合作」，將「香港國際電影節」打造成世界第四大國際電影節，為優秀國產電影走向國際建立大平台。他又建議中央將香港定位為國家跨境電商產業「外循環」支點，給予政策上的支持，並推動更多內地企業使用香港的「外循環」平台。此外，林建岳亦建議中央將香港打造成「雙循環」產業互聯

網交流平台，深入連結國內外產業鏈供應體系。

## 建議設知識產權評估中心

港區全國人大代表梁美芬則建議成立大灣區知識產權評估中心，採用香港總部負責國際評估，深圳總部負責銜接內地法律的「雙總部」架構；成立試點「大灣區科研白名單」機制，令名單上科研物資可加快通關；推動制定《粵港澳大灣區數據流通管理條例》；推動香港建立大灣區企業重組中心，探索「一次檢驗、兩地認可」的規則銜接模式，提升跨境破產與重組效率。



▲全國兩會即將在北京召開，經民聯昨日舉行記者會，介紹逾20份將提交予兩會的建議和提案。

另一名港區全國人大代表吳永嘉就為。去年內地出現冒牌產月餅問題，建議全國政協委員劉業強則建議香港構建北部都會區「雙循環」跨境物流中心，以此建立全球供應鏈服務集聚區。