



特首：將優化治療精神健康服務 醫界倡培訓家庭醫生補位 康復者嘆支援不足 疫情礙跟進



▲市民獻花悼念不幸遇害的兩名死者。
香港文匯報記者萬霜靈 攝

▶獻花者絡繹不絕。
香港文匯報記者劉友光 攝



「揮之不去」恐傷神 專家：停看相關報道影片

鑽石山兇案轟動全城，案件的目擊者，以及不少收看案發影片的市民情緒或受影響，社署、醫管局及各關注團體設立專線為受影響市民提供協助，其中紅十字會的心理健康熱線，截至昨日傍晚6時已接獲逾70宗求助。精神科專科醫生兼香港心理衛生會執行委員黎守信向香港文匯報表示，市民若持續在腦海浮現相關的情景，導致失眠及驚恐等，就必須與家人傾訴，有需要應致電各支援熱線及尋求專業人士協助。

紅十字會接逾70宗求助

黎守信表示，部分市民在目擊兇案或看到相關影片，有可能出現「創傷後壓力症」，出現不安、驚恐及不開心等反應，一些人難以入

睡，並出現焦慮及低落等負面情緒，腦海不由自主浮現案件的情景。

香港心理學會臨床心理學組引用外國研究指，多於20%的人會因從媒體報道中接觸暴力事件的相關資訊而出現身心壓力反應，包括心跳加速、肌肉繃緊、胸口鬱悶、呼吸不順、睡眠欠佳、食慾不振、精神不集中等。黎守信建議，市民應暫停觀看相關報道和影片，嘗試以合適方法如呼吸練習等放鬆情緒。

同時，市民亦可嘗試用文字、圖像、音樂、運動、宗教儀式等方法抒發及表達感受，倘發現身邊人持續出現壓力反應，可嘗試安靜耐心陪伴，多聆聽和肯定對方感受，若壓力反應強烈並持續逾一個月，甚至影響日常生活，就必須及早向專業人士求助。

紓緩負面情緒——

部分政府部門及機構支援熱線

醫管局精神健康專線：2466 7350

社會福利署（熱線服務）：2343 2255

紅十字會心理支援熱線：5164 5040

利民會《即時通》精神健康守護同行計劃：3512 2626

生命熱線（熱線服務）：2382 0000

撒瑪利亞會熱線：2389 2222

香港心理衛生會「輔員得正」線上支援服務：
於GooglePlay/AppStore搜尋手機應用程序「輔員得正」



◆昨日警員在荷里活廣場加強巡邏。香港文匯報記者劉友光 攝



◆社署在荷里活廣場地下設立流動服務站，向受事件困擾的市民提供支援。香港文匯報記者劉友光 攝

精神健康貼士

整理：香港文匯報記者劉明
資料來源：醫院管理局、社會福利署、香港心理衛生會「陪我講」網站

對應患者／其家人

病情惡化徵兆：

- 患者失眠、焦慮、多疑、精神難集中、社交退縮
- 不願意上學或上班、活動量減少，情感表現平板或麻木，對周圍發生的事情欠缺情緒反應
- 思想及言語紊亂、妄想

紓困措施：

- 參加正常社交
- 定時定量服藥及定期覆診
- 有負面情緒持續應向社工等尋求協助

對應目擊者／受影片影響市民

情緒受困徵兆：

- 身體：心跳加速、肌肉繃緊、胸口鬱悶、呼吸不順、睡眠欠佳、食慾不振、精神不集中等
- 情緒：心緒不寧、忐忑不安，緊張、擔心、驚慌等
- 行為：坐立不安、不想與人接觸
- 思想：相關的圖片、影像或報道在腦海中揮之不去、發噩夢、出現錯覺等

紓困措施：

- 暫停觀看相關報道及影片
- 向信任的朋友或家人傾訴
- 嘗試以合適的方法放鬆自己，如呼吸練習
- 負面情緒持續應向社工等尋求協助

鑽石山荷里活廣場日前發生的謀殺案震驚全港，據悉39歲疑兇患有俗稱「思覺失調」的妄想型精神分裂症，需定期覆診，詎料未等到本周二(6日)覆診就發生悲劇。身為過來人的精神病康復者阿文(化名)坦言，定期覆診無法適時辨識患者的病情變化，必須有社工緊密跟進。有精神科醫生表示，3年疫情使公立醫院的精神科服務不時要延期，是香港精神健康變得脆弱的近因，遠因是整個支援服務不足，建議加強家庭醫生對處理精神病的培訓，以及協助精神病康復者融入社會。特區行政長官李家超昨日表示，政府將優化精神科治療和康復流程；檢視香港精神健康，以及加強社區中心的精神健康支援服務。

◆香港文匯報記者 劉明

51歲的阿文20歲起就接觸毒品，曾為購買毒品而干犯爆竊罪，被判囚32個月。2017年，他在羈留期間患上精神病，「可能是受毒品影響，出現幻覺及幻聽。」他強調，絕大多數精神病患者沒有攻擊性，「有的只會傷害自己，我羈留期間使用筆插喉，被懲教員發覺所以救返。」

他在懲教院所內成功戒毒及接受精神科治療，於2018年刑滿釋放，疫情期間覆診期為每半年一次，卻一直無社工跟進情況，「我都有定期覆診，但一直無社工跟進情況，政府支援薄弱咗啲。」他的父母早已離世，幸有胞姊的關懷和接納，才無須依靠政府提供其他支援。

被問及會否擔心鑽石山兇案加重市民對精神病康復者的歧視時，他表示並不擔心，認為只要做好自己就足夠，但他亦坦言不會向他人透露自己是精神病康復者，「唔想聽到他人的閒言閒語。」

部分新症見醫生要等兩年

在疫情期間，香港公院集中資源抗疫，包括精神科等非緊急服務受影響，立法會醫療衛生界議員林哲玄對香港文匯報表示，在這段期間，精神科病人覆診有困難，部分患者更不敢覆診怕染疫，政府支援服務亦不足。最大問題是人手不足，全港僅有400多名精神科醫生，卻要照顧90多萬服務人次，部分新症要輪候近兩年才能見醫生，故應加強對家庭醫生的訓練，以協助處理有關個案。

林哲玄強調，最重要的治療是讓精神病康復者融入社會，故有必要加強對職業治療師的培訓，而精神健康諮詢委員會的「陪我講Shall We Talk」網站正提供各項支援的資訊，應加強推廣，相信隨著基層醫療的發展，有關情況可以改善。

公立醫院去年有5萬多個精神科預約新症，但九龍東醫院聯網最長要輪候近兩年才能見醫生。精神健康諮詢委員會委員、香港大學臨床醫學院精神醫學系講座教授陳友凱向傳媒表示，公立醫院精神科醫生長期不足，西方國家及地區每10萬人約有20名精神科醫生，但本港只有約六七名精神科醫生，令覆診時間很難頻密，故應讓私營醫療機構的醫生參與精神科培訓，增加醫患比例。

支援者人手不足

精神科專科醫生黎守信向香港文匯報表示，三年疫情對所有市民的生活、社交、工作和經濟帶來影響，不少人都感到壓力，對精神病患者及康復者來說尤甚，部分人疫情期間因未能接受治療而出現病發突變，其中有些人因怕染疫未有前往覆診。社署的精神健康綜合社區中心亦曾暫停運作，部分康復治療要改為網上或以其他非面對面形式進行，惟部分康復者不懂有關科技或經濟原因未能接受網上康復治療，對他們造成影響，他亦認為政府對精神病患者及康復者的支援有不少改善空間，但在人手不足下有困難。

李家超昨日在出席一公開活動後主動會見傳媒，表示會因應是次事件加強四方面的工作，除了加強警方巡邏外，醫務衛生局和醫管局會檢視和優化精神科病人治療及康復服務和流程；醫管局將盡快召開精神健康諮詢委員會會議，探討更綜合、安全、全面應對本港精神健康事宜；社署將通過24間精神健康綜合社區中心加強支援服務。



◆市民悼念。香港文匯報記者鄭福強 攝

醫管局精神病人數及輪候時間

1. 今年公院精神科新症及輪候時間(中位數)

緊急新症：
2,563宗 (5%)
◆港島東、九龍中、九龍西為少於一周；港島西、九龍東、新界東和新界西為一周

半緊急新症：
10,096宗 (20%)
◆港島東、九龍東和新界西為3周；港島西、九龍中、九龍西和新界東為4周

穩定性新症：
38,608宗 (75%)
◆港島東、九龍中為18周；九龍西為29周；港島西為41周；九龍東為52周；新界西為55周；新界東為65周

2. 患者總數

2017-2018年

251,300

49,800

2018-2019年

261,800

50,400

2019-2020年

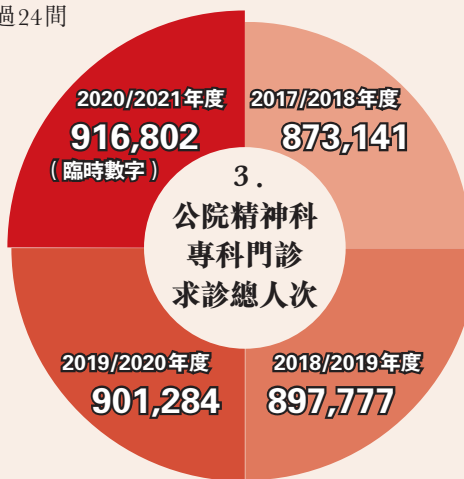
270,700

50,500

2020-2021年
截至2020年12月31日的推算數字

271,700

50,400



慘劇「再播」致不安 社署設服務站輔導

香港文匯報訊（記者 吳健怡）「真的忍不住眼淚，為何會發生這種事？」梁先生雖然在案發時並非置身現場目擊案發經過，但社交平台及傳媒鋪天蓋地的報道令他感到不安，每當憶起相關情景也不禁落淚，故昨日到社會福利署設於港鐵鑽石山站C2出口的流動服務站，接受情緒輔導。社署表示，由於黃大仙日前發生的暴力事件對市民情緒可能造成困擾，會於案發現場附近設立流動服務站，向受事件困擾的市民提供支援。流動服務站設於港鐵鑽石山站C2出口，即荷里活廣場入口外的公共交通匯處空地，服務站會向市民派發單張，講解處理情緒困擾的方法，現場亦會有社署臨床心理學家為有需要的市民提供情緒輔導。

想到有人隨機行兇 提心吊膽

梁先生坦言，情緒受事件影響，「這樣就沒有兩個家庭

(幸福)，我覺得很慘。」有市民希望警方盡快找出兇動機，當區居民黃先生說：「市民當然擔心，行吓吓突然有人從後衝上來刺你數刀，你說不害怕是欺騙你的。我認為警方需要盡快調查，究竟為何發生這事情。」荷里活廣場昨日Facebook專頁已換上黑白頭像，同時會為職員及租戶提供心理支援，以及暫停舉辦推廣活動一星期。位於三樓近中庭位置的案發現場已解封。為令市民安心，警方加強巡邏，重案組探員到多間店舖了解情況和調看閉路電視。香港文匯報記者昨日在現場所見，雖然有鄰近現場店舖未有關門，但至下午商場人流開始多起來，不少人仍如常行商場，但案發現場的走廊人流較疏，後樓梯通道內擺放多束鮮花，其間不斷有市民到場獻花，悼念兩位死者，更有人帶燈及燒香祭祀。

前來獻花的林女士表示，自己同樣作為母親，每想到

兩個家庭一夜間痛失年輕成員，就感到難過，「看到社會悲劇發生，整晚很不安樂，今(昨)早起床後很想買花，聊表小小心意。」李先生說：「覺得兩名死者比較無辜，很可憐，需要做一些事情。」

死者方曉彤的一位男友人昨晚到場獻花，表示一年多前經朋友介紹認識曉彤，與對方的家人也稔熟。印象中，曉彤為人樂觀及喜歡幫助朋友，每當有朋友遇上困難很樂意提供意見。他前晚接獲曉彤家人通知她出事感到好詫異，想到去年底一位女友人在屯門公路不幸遇上車禍喪命，令他深感生命無常。

在荷里活廣場一間店舖工作的曾小姐表示，覺得兩名女死者好無辜，想到自己每日上班也會經過3樓，前日案發前10分鐘更曾經到3樓買東西，若延遲10分鐘便可能「係我出事」。她坦言，事發後一直好驚，「成晚都瞓唔到。」