



公民黨就政府加強精神健康服務及措施的意見書

現今香港不少市民面對很多壓力又未能解決，以致出現不同程度的精神問題，如思覺失調、抑鬱症、精神分裂症等。公民黨建議政府需從治療性、預防性及發展性三方面徹底地處理有關問題及滿足市民在精神健康方面的需要，以達致真正的和諧社會。

1. 治療性

- 1.1 增加精神科服務的醫護人手，如醫生、醫務社工、社康護士等；
- 1.2 增加對精神病患者服用新藥的經濟補貼。

2. 預防性

- 2.1 壓力與精神病是孖生兄弟，絕大部份構成精神病的原因均是一般市民不懂處理生活上的壓力，故令市民認識壓力的成因、後果及處理方法是非常重要的；
- 2.2 將壓力(STRESS)六個英文字母分析作為每個減壓元素的英文字首：
 - Self awareness(自我認識) — 包括優缺強弱、性格、自我形象、價值觀等
 - Time management(時間運用)
 - Relaxation(鬆弛) — 包括嗜好、娛樂
 - Exercise(運動)
 - Supporting system(支持系統) — 包括家人、朋友、同學/同事等
 - Spiritual(精神/心靈富足) — 包括信仰、精神寄託、人生意義等
- 2.3 加強對精神病患者/康復者之照顧者在經濟及心理上的支援。
- 2.4 加強各部門間的溝通機制，減少出現誤會情況；

3. 發展性

- 3.1 加強公眾教育，讓市民正確認識有關精神病的知識，消除誤解及歧視；
- 3.2 加強教育市民在鄰里互助的意識，在社區上發揮守望相助的精神；
- 3.3 建立真正民主的政治制度、訂定完善及公平的社會政策(包括醫療、教育、房屋、勞工、交通、經濟、社會福利等)、合理的工資水平及工作時間等。

深信政府若能採納上述之建議，必定會大大改善現時精神健康問題的面貌，社會將更和諧及健康地發展。

2011年5月24日