

4.精神健康(參考答案)

目錄

4.1	精神健康的意義	P.2
4.2	精神健康的重要性	P.3
4.3	影響個人精神健康的因素——個人層面	P.4
4.4	影響個人精神健康的因素——社會環境層面	P.6
4.5	壓力	P.8
4.6	壓力的來源	P.9
4.7	對壓力的反應	P.10
4.8	減壓的策略 - 處理壓力的技巧	P.11
4.9	精神病的分類	P.13
4.10	識別主要精神疾病——抑鬱症	P.14
4.11	識別主要精神疾病——恐懼症	P.16
4.12	識別主要精神疾病——創傷後壓力症	P.17
4.13	識別主要精神疾病——精神分裂症	P.18
4.14	精神健康問題和壓力可引致的後果	P.19
4.15	精神健康服務	P.21
4.16	社區醫療服務	P.22
4.17	復康服務	P.23

4.精神健康

4.1 精神健康的意義

(a) (2 分)

精神健康不僅是指一種「無精神障礙」的狀態，在精神健康的狀態中，每個人認識自己的潛能，能夠應付正常的生活壓力、有效地工作及對其社區作出貢獻。

(b) (4 分)

- 做到有生產效益的活動，包括工作、娛樂或其他事情。
- 在人際關係方面圓滿且得到滿足
- 令人們思想、溝通和學習，有能力適應環境的改變和應付逆境。
- 正面地對待每件事情，令人們的情緒得以成長，並賦予人們反彈力及自尊。

4.精神健康

4.2 精神健康的重要性

(i)個人層面 (4分)

- 令人們在日常生活中能有效地運作，以及作出有效益的活動，例如工作、運動和享受閒暇等。
- 提升心智健康，幫助思考、溝通和學習，具有良好的智性素質，例如理解、推理、分析、記憶及決策能力，能作負責任的決定。
- 有能力應付各項的生活事件如工作和學業所帶來的壓力，並能認識、正確表達和處理情緒，以健康的方式減壓。
- 從心理的角度，精神健康的人會有較高的自尊感和自我概念。

(ii)人際關係層面(2分)

- 人們能認識、正確表達和處理情緒，較易與別人建立親密社交關係，滿足情感的需要，容易受到肯定。
- 能與社區建立健康的社交關係，容易得到社交支援，對社區產生歸屬感，人們亦主動關懷社區的事務。

(iii)社會層面 (3分)

- 良好的精神健康能減低精神病、精神障礙和心理健康帶來的醫療負擔，反之會大幅增加醫療和復康服務的開支。
- 青少年和成年人是精神障礙的高危群組，精神病負擔減低勞動人口，會削弱社會的生產力和經濟活力。
- 精神病患者容易成為家庭的負擔，帶來經濟壓力，照顧者易生負面情緒，缺乏社交和個人發展的機會，自尊心下降，嚴重的會發生家庭危機，例如自殺、虐待行為和家庭暴力等。

4.3 影響個人精神健康的因素——個人層面

(i)生理因素 (2分)

- 當患有嚴重的疾病和慢性病，會導致焦慮和抑鬱的情緒。
- 受孕婦女體內的女性荷爾蒙增多，引起情緒波動，因小事會大發脾氣。若家人不理解，她會感到更煩躁不安，發展成產前和產後抑鬱症。

(ii)心理因素 (3分)

- 青少年面對變化和生活事件而產生壓力，這會令情緒波動，若處理不當，會產生負面情緒。
- 長時間充滿負面情緒可能導致情緒病，嚴重的會有自殺傾向。
- 具低自我概念和自尊心的人易生負面的思考模式，處事悲觀，常感憂愁不快，是患情緒病的風險因素

(iii)社交因素 (3分)

- 缺乏社交技巧的人較少獲得朋輩和家人的支持，容易被排擠和孤立，導致焦慮和抑鬱的情緒。
- 社交支援低導致需獨自面對各種困難，失敗和挫折經驗累積，易生負面情緒和思考模式，是患情緒病的風險因素。
- 人際關係佳令人感到安全、自尊和認同，易生正面情緒和思考模式。社交支援網絡成為解決和過度困難的資源，幫助處理危機所帶來的壓力。

(vi)對生活事件的回應 (2分)

- 生活事件帶來改變，改變帶來壓力，未能適當處理壓力會引起負面情緒。
- 長時間累積負面情緒的人可能患上情緒病，嚴重的會有自殺傾向。

(v)危害健康的行為 (4分)

- 酗酒並非正確減壓方法，反令負面情緒湧現，雖能入睡，但睡眠質素變差，會引發家庭暴力和財困等新壓力源。
- 長期過量飲酒引起幻覺、妄想、記憶衰退和成癮徵狀。
- 吸毒令腦部長期受損，嚴重破壞精神健康。
- 吸毒令人產生幻覺、妄想、抑鬱和精神錯亂，嚴重的會發展成精神分裂症。

4.精神健康

(vi)個人採取的生活方式 (3分)

- 酗酒並非正確減壓方法，反令負面情緒湧現，雖能入睡，但睡眠質素變差，會引發家庭暴力和財困等新壓力源。
- 長期過量飲酒引起幻覺、妄想、記憶衰退和成癮徵狀。
- 吸毒令腦部長期受損，嚴重破壞精神健康。
- 吸毒令人產生幻覺、妄想、抑鬱和精神錯亂，嚴重的會發展成精神分裂症。

4.4 影響個人精神健康的因素——社會環境層面

(i)家庭的社教化 (4分)

- 支援子女的情感需要
- 傳承正確處理壓力和情緒管理技巧
- 培育高自我概念和自尊感的子女，易生正面的思考模式。
- 提升子女應付問題的能力和抗逆能力，故良好的家庭社教化令人較易維持精神健康。

(ii)學校的社教化 (4分)

- 學童學習正確處理壓力和情緒管理技巧。
- 教育能提升個人應付問題的能力和抗逆力。
- 學習社交技巧，容易獲得朋輩的支援，減少負面情緒。
- 學習遠離危害精神健康的行為(酗酒、吸毒等)
- 學習實踐健康的生活方式(經常運動、適當閒暇使用、均衡飲食等)

(iii)社會文化(3分)

- 男兒志在四方、男尊女卑等觀念支持男性是強者和不能示弱的社會文化，令男性受壓時較少表達感受，故未能處理壓力和管理情緒，長時間充滿負面情緒可能導致情緒病。
- 有些群體文化的論述合理化了一些錯誤的減壓方法如飲酒和賭博行為，甚至認為這是男性勇敢的表現，但卻嚴重影響精神健康。
- 社會重視個人主義如私隱和自主權會淡化關懷性的溝通，家庭和鄰里關係減弱，當個人有需要時便缺乏支援，影響精神健康。

(vi)社交關係 (2分)

鄰里關係與社群、社區的聯繫能支援個人面對困難，增加安全感，提供物質、心理、經濟和資訊的支援，幫助處理壓力和負面情緒，令人對社群、社區產生歸屬感，較易維持精神健康。

(v)社會結構性問題 (4分)

貧窮、弱勢社群、家庭暴力、不公平及資源剝削等結構性問題為人們帶來沉重且持續的生活、經濟和心理壓力，而問題一般難於靠個人短期內解決，故長期充滿負面情緒可能導致情緒病，嚴重的會有自殺傾向。較難維持精神健康。

4.精神健康

(vi)經濟環境(2 分)

- 經濟環境轉差導致貧窮、失業、投資失利和破產等問題，帶來沉重且持續的生活、經濟和心理壓力，負面情緒累積，增加患抑鬱症和焦慮症等情緒病、自殘及自殺的風險。
- 都市化和工業化帶來貧窮、污染、不固定長時間工作和改變原有生活方式等問題，令社交支援變弱，生活壓力和負面情緒累積會影響人們的精神健康。

(vii)社會政策、社會支援系統(1 分)

精神健康服務、社會保障制度、福利工作、正規照顧、非正規照顧、醫療政策和社會關懷政策等社會支援系統能直接讓市民舒緩來自生活事件、經濟和心理的壓力，處理負面情緒，幫助他們面對逆境，促進精神健康。

4.5 壓力

(a) (3分)

- 壓力是任何需要人們去調節和適應的「改變」，這些「改變」會引發生理、心理和行為上的反應。
- 壓力也是個人可用資源與要求的比較而產生的主觀感受，若人們內在或外在環境的要求超越了個人能力及其可動用資源，壓力便會產生。
- 當人們主觀地視「要求」為具正面作用的挑戰時，壓力便是推動力，有助提升個人表現。反之，特別是「要求」遠高於個人能力及資源時，個人便感到無法達到要求，產生負面情緒。累積的壓力會降低個人表現，影響精神健康。

(b) (1分)

- 又稱正面壓力或「好壓力」，是指適當壓力水平、短暫壓力或面對感興趣的挑戰時的壓力。

(c) (3分)

- 適當壓力水平令身體的壓力荷爾蒙*上升。有助提高警覺、發揮潛能、提升解決問題的能力和改善工作效率，令身體進入最佳的狀態以面對壓力。
- 人們面對短暫的壓力也可因上述的生理調節而變得提高警覺，令人能過度困難和危險，故人類在危急時往往能發揮高水準表現。
- 人們遇到感興趣的事情或挑戰時，也產生一種良性壓力去激發鬥志，推動人們達到目標。

(d) (1分)

- 又稱負面壓力或「壞壓力」，是指過量壓力、長期受壓或面對感苦惱的生活事件時的壓力。

(e) (3分)

- 過量壓力令壓力荷爾蒙長期處於高水平，這不正常的狀況令精神緊張，集中力、記憶力和工作效率下降。導致表現欠佳。
- 長期受壓引發高血糖、血脂及血壓水平，容易引發心臟血管毛病和糖尿病等慢性病。
- 嚴重的會出現抑鬱症、焦慮症等情緒病，影響精神健康。

4.精神健康

4.6 壓力的來源

(i)生活事件(3分)

生活事件預知或不可預知的生活事件會導致關係上、生理上或生活環境上的變化，任何變化皆可能帶來負面壓力，成為壓力源。例如喪親、裁員、懷孕、斷肢、結婚和小學升中學等。

(ii)突發災難(3分)

火災、地震和海嘯等突發災難為傷亡人士及其家人及朋友帶來巨大的負面壓力。

(iii)工作壓力(3分)

工作環境和條件與員工個人特質互相影響時便會產生負面壓力。例如工時過長、工作量大和高危險性工作等。

(vi)學業壓力(2分)

若學業要求超越個人能力及其可運用支援，便產生來自學業的負面壓力。例如功課量大、面對考試和內容艱深等。

(v)環境問題（物理環境和社會適應）(6分)

物理環境：

噪音、光污染、空氣污染和擠迫及污穢的居住環境。

社會適應問題：

貧窮、少數族裔的文化適應和各種社會歧視行為等，會產生負面壓力。

(vi)個人層面(2分)

個人層面個人對任何事情採取負面思考模式，充滿無助感或怨氣，感覺無力控制而產生負面壓力和情緒。個人沒有資源或沒法妥善運用資源去應付環境的要求和改變，產生負面壓力。

4.7 對壓力的反應

(18分)

反應	生理反應	心理反應	行為反應
意義	身體對壓力源的生物變化	在壓力源下人們內在活動的變化	人們在壓力源下所採取與壓力有關的行為變化
範疇	呼吸、心血管、腸胃、肌肉、皮膚、骨骼、免疫反應等。	思想、情緒、價值觀、人生觀、自尊心、自我概念等	不自主反應行為、減壓行為、自殘行為、特殊失常行為等
例子	心跳加速、心悸 血壓上升 頭昏腦脹、偏頭痛 食慾不振 消化不良、胃痛 手腳震顫 頸梗肩酸、背痛 失眠、疲倦 小便頻密、口乾 腹瀉或便秘 風濕性關節炎 呼吸急促、哮喘 暗瘡滋長、冒汗 食道收縮影響吞嚥	易發脾氣 沮喪 自卑 精神不集中 焦慮 厭煩 坐立不安 冷漠 畏縮 自信心低 憂鬱 害怕 悲傷 恐懼	較常吸煙 較常飲酒 過度飲食 吸毒行為 咬手指 不自主地眨眼 自毀、自殘行為 缺勤率高 工作容易出現錯誤 容易與人爭執、衝突 對日常事情失去興趣 減少性行為 情緒失控的行為 專注力弱下的行為

4.精神健康

4.8 減壓的策略 - 處理壓力的技巧

(a) (5分)

目標：接納和表達生活事件所帶來的負面情緒，培養正面思想。

要點：

- 接納失敗經驗和無法改變的生活事件
- 認識及善於描述個人情緒，讓別人能明白自己。
- 適當表達情緒，不過分發洩和壓抑。例如向家人和朋友傾訴、諮詢專業人士如社工和心理學家的幫助、利用運動、音樂等個人興趣來表達情緒。
- 常以樂觀和積極正面的態度面對逆境，培養正面思想。

(b) (5分)

目標：暫時性離開壓力源，透過具體的活動減低壓力後的不良反應。

要點：

- 充足休息和睡眠能令人精神充沛，幫助應付挑戰，舒緩壓力。
- 適量運動能釋放能量，舒緩壓力所累積的負面情緒。
- 適當使用閒暇，參與娛樂及個人興趣活動。
- 簡單的深呼吸和肌肉鬆弛練習來減輕肌肉緊張和焦慮情緒。
- 利用意念鬆弛方法，安靜默想，進入一些輕鬆的情境，例如瑜珈、默想和香薰按摩等自然療法。

(c) (4分)

目標：保持積極正面的思考模式來面對壓力源

要點：

- 凡事向積極正面的一方看，例如生活事件可能令人們得到以往沒有的東西，學習新事物也可以讓個人得到發展。
- 視壓力源是一項挑戰或發展機會，而不是對個人的威脅。
- 切勿每事均奢求完美無瑕，需要正面地接納失敗經驗。

(d) (4分)

目標：強化個人能力及其可動用的社會資源，成為自尊自信的人。

要點：

- 發掘及欣賞個人的長處，認識並善用應付問題的個人資源，重視個人可以發揮和控制的因素，提升自我形象。
- 訂立切合個人能力的目標，決定工作優次，制定工作時間表，按部就班地完成工作。
- 懂得處理人際關係，加強與社會的連繫，使之成為個人可動用的社會資源，良好的人際關係和社交支援網絡令人感到自尊自信。

(e) (2分)

目標：有效利用社會支持作為個人的可動用資源去應付問題，以及減低壓力對身心的不良影響。

(f) (4分)

負責醫療、法律、心理輔導、專業評估、會計、財務等有關機構，例如醫院、法律援助署、社會福利署和銀行等。

(g) (5分)

伴侶、家人、朋友、同事、鄰居和老師等

(h) (12分)

社會支援	例子
情感支援	了解情緒、情緒處理、接納、關懷、聆聽自己、尊重、同感(明白自己處境) (任何二項)
社交支援	加強歸屬感，重建與別人、團體和社會的關係 (任何二項)
物質支援	居所、食物和金錢等 (任何二項)
專業支援	醫療、法律、心理輔導、專業評估、會計財務等 (任何二項)

4.精神健康

4.9 精神病的分類

(a) (1 分)

資料一

(b) (2 分)

具有部分心理及精神障礙， 但基本意識、認知及邏輯健全。

(c) (3 分)

精神衰弱、焦慮症、抑鬱症、強迫症、恐慌症

(d) (2 分)

具有的心理及精神障礙令人失去基本意識、認知及邏輯能力， 甚至喪失對自己的認識。

(e) (2 分)

資料一：抑鬱症

資料二：精神分裂

(f)

(i)生理因素 (2 分)

- 遺傳：家族有精神病的人患病機率較高，可能是基因承傳了腦部異常。
- 腦部化學傳遞物質(多巴胺和血清素等)失調

(ii)心理因素 (2 分)

- 經歷：不愉快經歷、創傷經歷、危險經歷。
- 性格：執著、悲觀主義、完美主義、過度憂慮和緊張、容易暴躁、內疚、自責、高無助感、孤僻。

(iii)社會因素 (2 分)

經濟壓力、工作壓力、貧富懸殊、社會變遷、戰爭、失業、家庭關係差(離異、暴力)、校園欺凌、人際關係差、吸毒、污染(噪音、光污染)、酗酒(孕婦酗酒影響胎兒)。

4.10 識別主要精神疾病——抑鬱症

(a)

1.生理層面 (2分)

家族遺傳、
腦部化學傳遞物質失調

2.心理層面 (2分)

執著、完美主義者、
過度憂慮和緊張、高無助感

3.社會層面 (2分)

壓力(學業、工作、經濟)、人際和家庭關係差、失戀。

(b)

1.生理方面 (2分)

失眠、體重和食慾異常增加或下降、性慾下降。

2.情緒方面 (1分)

情緒持續極度低落，持續期最少達兩星期。

3.思想方面 (2分)

對任何事物失去興趣、負面、悲觀、自殺念頭、感覺自己無用、不能集中精神、常自責。

4.行為方面 (2分)

行為激烈
行為呆滯

4.精神健康

(c) (3 分)

- 藥物治療：
抗抑鬱藥、鎮靜劑
- 心理治療：
糾正錯誤的負面思想，改善情緒及行為模式。增加正向思維，令患者改變應付問題的方式。
- 腦電盪治療：
麻醉後進行，用於以上方法不奏效的嚴重抑鬱症患者。
- 強化各項社會支持：
家人、朋友和社區的關懷，安排有規律的生活，鼓勵合宜的社交。

4.11 識別主要精神疾病——《恐懼症》

(a) (1分)

一般成因未明。心理學家一般認為恐懼症是由有關該事物的不愉快童年經歷所引發。

(b) (6分)

1. 情緒：恐懼、恐慌、極度焦慮 (任何二項)
2. 生理：心跳加速、呼吸困難、胸口不適、流汗和昏眩 (任何二項)
3. 行為：驚惶失措、盡快逃避相關事物 (任何二項)

(c) (1分)

用暴露療法(Exposure Therapy)

(d) (2分)

需要患者在恐懼的事物或情境下仍保持放鬆，且不許逃避相關事物，循序漸進地克服恐懼。

(e) (1分)

幽閉恐懼症。

(f) (6分)

恐懼症的類型	特徵
社交恐懼症	對社交或公開場合感到恐懼或憂慮的精神疾病，患者害怕因自己行為失態引起羞辱或難堪，對處身公開場合有明顯的抗拒和恐懼。
廣場恐懼症	廣場恐懼症是害怕處於一個可能無法離開、或無法得到幫助的地方。
懼高症	患者身處一定程度以上的高度感到恐懼，症狀為在高處時陷入恐慌，呼吸加速手足無措。

4.精神健康

4.12 識別主要精神疾病——創傷後壓力症

(a) (2分)

屬焦慮症的一種，人們在經歷精神創傷事件後，其所引發的壓力徵狀長期持續，猶如在創傷過程中停滯不前，形成創傷後壓力症。

(b) (3分)

除一般壓力反應如情緒低落、焦慮、悲傷等，其三項主要病徵包括：

● 回閃：

腦海中不斷重播創傷情境，發相關惡夢，在日常疑似情境中產生猶如創傷過程中的生理、情緒和行為反應。

● 逃避：

逃避創傷事件相關的情境、思想甚至字眼，忘記事件的內容，個人變得感情麻木和孤僻。

● 戒備情緒及身體反應：

長期失眠、暴躁、易發脾氣、精神不集中、長期處於戒備狀態或過激反應。

(c) (3分)

成因未有充分定論。事實上，不是所有遇到創傷性事件的人皆會患上創傷後壓力症。研究顯示，對於經歷精神創傷事件的人，以下因素與發病與否可能有關。

● 生理：曾患情緒病的人士風險較高。

● 心理：性格脆弱、應付問題能力低、曾有創傷性經歷。

● 社會：人際支援網絡弱、家庭關係差。

(d) (1分)

「認知行為治療」

(e) (2分)

幫助患者以不同角度面對重播的創傷情境，減少痛苦情緒，亦要學習鬆馳技巧來增強控制焦慮不安，不再用逃避的方法。

4.13 識別主要精神疾病——精神分裂症

(a) (5分)

正性徵狀(陽性徵狀)：

異常感官和思想的經驗

例子：幻覺、幻聽、妄想、怪異行為、思想紊亂、語無倫次、自言自語。

(b) (5分)

負性徵狀(陰性徵狀)：

失去正常的思想、動力、感受和意志力。

例子：封閉自己、不願社交和工作、對事物失去應有的興趣、感情麻木、遲緩、不清潔梳洗。

(c) (3分)

成因未有充分定論，以下只是一些研究所指出的可能成因，注意因素是因人而異，或綜合多個因素才導致病患。

● 生理：

家族遺傳、腦部化學傳遞物質失調、腦部發育異常

● 心理：

患者性格孤僻

● 社會：

壓力(學業、工作、經濟)、吸毒(物質濫用)、酗酒

(d) (2分)

藥物治療是最有效的治療，抗精神病藥有效減少甚至消除幻覺、幻聽、妄想、思想紊亂等正性徵狀。

(e) (2分)

自我照顧訓練、職業治療、工作能力康復訓練

4.精神健康

4.14 精神健康問題和壓力可引致的後果

(a) (4 分)

女性(60.8%)

60 歲及以上(47.0%)

從未結婚/喪偶/分居/離婚(58.7%)

中學或預科教育程度(34.6%)

(b) (4 分)

- 家庭成員出現情緒困擾：例如因對未來的不確定性而持續強烈焦慮，因被孤立、歧視、排擠和負面標籤等「社會壓力」而自卑和退縮等。嚴重的會出現精神健康問題。
- 帶來家庭的經濟負擔：一方面精神病已減低患者的工作能力，長期用藥的開支也不少。另一方面家人也可能因需要全時間投入照顧患者而放棄工作，家庭收入減少。
- 家庭成員出現社交限制：因別人對精神病患者的負面標籤和誤解，照顧者可能採取與社會隔離的生活方式，令個人及患者的社交受到限制。
- 家庭出現角色衝突：家庭成員需要填補患者的角色，或成員間互換或兼任角色來達到照顧患者的效果，若成員間不能適應這些調整，會引起角色衝突及其帶來的家庭危機。

(c) (3 分)

- 精神健康問題會增加醫療和復康服務的開支，帶來經濟負擔。
- 青少年和成年人是精神障礙的高危群組，精神病負擔減低包括患者及其家庭照顧者在內的勞動人口，令社會的生產力和效率下降，削弱經濟活力。
- 精神病患者容易成為家庭負擔，其引發的家庭危機如家庭暴力和貧窮等會帶來社會福利的經濟負擔。

(d)

(i)生理健康 (2 分)

長期受壓引發高血糖、高血脂及高血壓水平，容易引發心臟病和糖尿病等慢性病。而腸胃、呼吸、皮膚和肌肉也會有異常反應，人體的免疫能力也會減弱，患癌機會大增。

(ii)心智健康 (2分)

精神健康和壓力問題嚴重影響學習能力及進度，理解、推理、分析、記憶及決策能力等智性素質得不到正常發展。

(iii)情緒健康 (2分)

未能應付持續且巨大的生活壓力，精神健康問題的人通常沒有直接控制病徵的能力，故難以認識及正確表達情緒，反而會帶來情緒障礙。

(iv)社交健康 (2分)

精神病患者一般被社會孤立、歧視、排擠和負面標籤，也被誤解為危險人物，故與別人及社區的關係欠佳，他們對社會有疏離感，甚至採取逃避和不參加社會活動的方式過活。

4.精神健康

4.15 精神健康服務

(a) (2 分)

青山醫院

葵涌醫院

(b) (1 分)

院舍服務能幫助精神病患者得到醫院專業人員的全面照顧

(c) (4 分)

- 精神病患者與社會的分隔導致他們日後難於重新適應社會運作
- 病者減少與家人和朋友接觸，欠缺正常的社交活動。
- 即使生理上得到康復，過度院舍化令病者增加重投社會時面對人們的恐懼和羞恥等負面情緒。
- 院舍化下必須使用大量資源建設龐大的精神病醫院，未必符合經濟效益。

4.16 社區醫療服務

(a) 智障精神科 (2分)

- 為智力障礙人士提供評估及診治服務。
- 幫助智力障礙人士減輕在溝通、面對壓力和解決問題的能力上的障礙。
- 幫助他們重返社會和減輕照顧者的負擔。

(b) 物質濫用服務 (2分)

- 為濫用依賴的物質如：尼古丁、甲基安非他命、酒精、海洛英、安眠藥、搖頭丸…等人士提供診治服務。
- 幫助誤用藥物人士戒除對藥物依賴，重新建立健康生活。

(c) 圍產期精神科 (2分)

為產前產後婦女，提供輔導及心理健康教育。

(d)

優點 (2分)

- 病人康復後較容易融入社會，不致和社會脫節。
- 減輕因住宿院舍而被標籤或歧視的機會。
- 療病期間仍可享有家庭和社交生活。

(以上任何兩項)

缺點 (2分)

- 對病人的病情的治療和監控會不及院舍嚴謹。
- 不能保證非專業的照顧者服務的穩定性和質素。

4.精神健康

4.17 復康服務

(a)(6 分)

- 減低精神病患復發的機會。
- 幫助他們適應社會的運作和生活。
- 幫助他們發展各項維生的能力，應付生活的需要。
- 學習與別人和社區建立的良好關係。
- 適當使用閒暇，正確處理壓力和負面情緒。
- 支援家屬面對精神病康復者所帶來的問題。

(b) (4 分)

- 透過家訪提供復康服務，例如健康評估、家居評估、藥物指導、適當護理、續顧服務及處理危機訓練等。
- 推動家屬參與精神病人的康復計劃，例如讓家人學習藥物、護理和與病患者相處的知識。
- 支援精神病康復者及其家屬的互相適應和社會適應。
- 提供熱線諮詢及危機處理服務，減低病者因復發而引致的危險。

(c) (2 分)

1. 庇護工場

- 透過特別的訓練環境，為精神病康復者提供職業訓練，讓他們盡量發展社交及經濟潛能。
- 增強其工作能力，讓他們盡量轉往輔助就業或在公開市場就業。

(d) (1 分)

日間訓練

職業康復服務

(e) (2 分)

1. 中途宿舍

- 為精神病康復者提供「過渡時期」的住宿照顧，訓練他們獨立生活和社交技巧，學習合理程度的技能，得以重新融入社會。
- 可以在社區內工作，或分擔宿舍內的工作項目。

(f) (1 分)

住宿服務