



東區尤德夫人那打素醫院
Pamela Youde Nethersole Eastern Hospital

天空海闊

家友站會員通訊

第十期

編者的話

天空海闊 V - 關愛社區

延續篇

「天空海闊 V - 關愛社區」啟動禮已

於2011年10月22日於小西
灣社區會堂順利舉行。這

個精神健康推廣活動試著為參加者帶來各樣體驗，包括社工讓我們用新角度欣賞我們的90後，又有藝術戲劇治療師帶領大家放送與別不同的紙飛機，更有愛笑瑜珈導師帶動全場學習「笑得真」的體驗，從而帶領大家思考從關愛自己及身邊的家人朋友出發，推動社區關愛文化。

啟動禮完成了，卻原來意味著另一邊箱忙錄了。由去年12月初至現在，本院精神科聯同浸信會愛羣社會服務處、利民會及東華三院以及筲箕灣明愛家庭綜合服務中心、香港家庭福利會、路德會富

欣花園長者中心、香港培英中學及聖公會呂明才中學積極推展一系列關愛社區的活動，參加者既要從自己的組群動動腦筋，將潛能發揮又要進而走進社群，以話劇演員、非洲鼓導師、心靈綠洲導賞大使及秘密天使的身份與各合作機構及地區人士來個破天荒的合作，就是要為我們社區樹立關愛文化。我們的康復者願意走在前方，出動個人力量推動關愛，你也願意參與其中嗎？只有更多人的參與才可孕育關愛社區種子的成長。

如有興趣索取閉幕禮入場門票或了解更多本活動詳情，歡迎致電2595 4008 精神健康資源中心（東區醫院東座一樓）查詢。

天空海闊 V - 關愛社區
籌備工作委員會

天空海闊家友站通訊處

地址：柴灣樂民道3號東座一樓 社區及病人資源部 精神健康資源中心 電話：2595 4008

編輯小組：楊位爽醫生、黃敏櫻、鄭美莉

出版日期：2012年1月

精神科新服務介紹 「思治診所」

問：「思治診所」的服務目標？

答：期望透過診所服務促進港島東聯網人口的精神健康，亦能協助「思覺失調」患者保持及改善生活質素。

問：「思治診所」有那些專職同事？

答：我們的團隊包括有醫生、護士、職業治療師及醫務社工，為15-64歲初次患有思覺失調症人士提供跨專業服務。

問：「思治診所」的服務內容包括那些？

答：服務內容包括：

1. 為懷疑患上早期「思覺失調」的人士提供評估服務，包括癥狀、認知能力、社交及工作能力各方面。
2. 為早期「思覺失調」患者提供合適的治療方案，包括藥物治療及管理、心理治療、及早期復康計劃等。
3. 提供「思覺失調」的教育講座，讓更多人認識及早治療的重要性。

問：「思治診所」診所地點？

答：東區尤德夫人那打素醫院東座7樓精神科門診部，為港島東聯網的市民服務，如想接受此服務的市民必須經由註冊醫生轉介(查詢電話：2595 7590)。

重點推介

思覺健康講座 - 「我思 我覺 我自在?! 系列 之 家+人」

日期：2012年2月27日(星期一)

時間：晚上7:00-9:00

地址：鰂魚涌社區會堂(鰂魚涌基利路1號鰂魚涌社區綜合大樓地下(太古站B出口))

講座題目：1. 正確認識思覺失調

2. 我們的80、90後

3. 家庭共成長

歡迎青少年及其家人、教師、青少年工作者參與

報名及查詢請電2595 7590

一人有一個故事 (我的康復路)

會員姓名：阿C (家友站會員)

病名：思覺失調

被訪日期：23/12/2011

起初自己被診斷患上精神病，你的感受是：
接受不到，亦不信自己會患上此病

現在見你比往日好，回想起來，感受是：

1. 沒有了對患病的擔心
2. 已接受自己患上此病

在康復過程中，你覺得最重要是：

1. 對自己康復要有信心
2. 定時食藥
3. 需要時尋求家人及專業人士的協助

一句鼓勵康復者的說話：

加油！定能挨過這段日子，要如傷風感冒般準時食藥，開心過每一天

一句鼓勵照者 / 家屬說話：

病人其實很感謝家人的照顧及支持，只是未有說出口

文字整理：社工鄭姑娘

「思覺失調」知識庫

「思覺失調」狀態的成因是甚麼？

可分先天和後天因素。先天因素包括遺傳；後天因素包括誘發性因素，如壓力、誤用藥物、過往生活經驗等。

早期發現和介入「思覺失調」的重要性？

如果及早識別「思覺失調」，治療過程和治療效果會比較理想。而且，當患者並未作出過任何傷害自己及影響他人的行為，日後他康復重投社區的成功率會較高。相反，如果患者早期未被識別和治療，已發展到一些精神病時，治療可能需要較長時間。即使徹底治療，由於患者從前作過一些負面行為，又被人知道，可能影響其重投社區，過正常生活。

資料來源：醫院管理局思覺失調服務計劃
<http://www3.ha.org.hk/easy/chi/info.html>

家

友站

新書推介



故事從家開始
李維榕
2011年7月初版



我為什麼還是很憂鬱?
Jim Phelps
2009年6月初版



戰勝躁鬱症
陳俊欽醫師
2010年4月初版



擁抱快樂
靜雪
2010年10月初版

- 註：1. 借用費用全免，借用期為兩星期
2. 借閱地點：本院東座一樓精神健康資源中心 / 東座七樓精神健康資源站
3. 借閱詳情，可致電2595 4008查詢

如想進一步了解精神病，可參閱下列資料

有關精神健康資訊的網頁

醫院管理局 智友站 http://www21.ha.org.hk/smartpatient/tc/morediseases_conditions.html
醫院管理局 思覺失調服務計劃 <http://www.ha.org.hk/easy>
天空海闊家友站 http://www.healthykec.org/centers/pyneh/psychological/beyond_bounds/
東華三院 友心情網上電台 <http://www.radioicare.org/php/schedule.php>

有關精神健康熱線電話

醫院管理局 精神健康熱線電話 (24小時) 2466 7350
浸信會愛群社會服務處 精神健康諮詢熱線 2535 4135
利民會 展望熱線 (24小時) 6992 2433
香港撒瑪利亞防止自殺會 (24小時) 2389 2222

東區尤德夫人那打素醫院
社區及病人資源部
精神健康資源中心