



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
社區服務諮詢委員會
Conselho Consultivo de Serviços Comunitários

離島區社區服務諮詢委員會

議程前發言

施妮娜

2020年3月3日

促進全民心理健康，開展前線支援計劃迫在眉睫

隨著新冠肺炎疫情發展，前線人員日以繼夜投入防疫工作，保障全澳市民生命及健康安全，值得肯定。另一方面，鑑於天然災變、公共衛生事件引發心理衝擊亦需加以關注，社會問題讓市民對心理健康的需求增加，促請政府部門加強心理健康工作之拓展。

澳門大學健康科學學院研究團隊在國際權威期刊《柳葉刀·精神病学》發表題為《中國 2019-nCoV 新型冠狀病毒肺炎精神心理干預迫在眉睫》的論文，根據以往全球範圍內病毒爆發的流行病學經驗，提及奮戰的前線人員，面臨更多的心理困擾，會出現焦慮、失眠等精神科的問題，儘管情況相對普遍，但目前絕大多數在隔離病房工作的醫務人員並沒有接受過精神科和臨床心理方面的專業訓練，不知道如何進行有效應對。

為此，有以下幾個建議：

1. 目前應變協調中心抗疫專頁裏，分別有「抗疫支援」及「心理舒緩」兩個欄目，提供多條心理輔導熱線予市民致電；建議增設網上心理健康評估、壓力小測驗等，普及相關知識，同時協助大眾了解自身壓力程度。
2. 發展初級預防體系，加強醫務人員及前線人員的心理支援服務，為他們提供適當的精神心理干預和支持措施，降低工作壓力，增加身心免疫力。
3. 加強培訓醫護及前線人員的心理健康知識，同時運用科技強化和開發多元心理健康服務，加強自助助人的韌性。
4. 研究「全民心理健康促進計劃」的可行性，讓市民、機構、政府組成自助、互助、公助的鐵三角模式，全面提升市民情緒免疫力，為未來更複雜的社會問題及氣候異變提早作準備。