

## 自序

寫這本書，是埋藏心中多年的願望。可惜，時間總是悄悄逝去，年復一年，正感慨之際，再度燃點寫書動機，決定整理自己多年來跟精神障礙患者的接觸和關懷復元者的經歷，撰寫成書。

1986年，筆者推動首間政府醫院設立院牧服務，在上帝的奇妙帶領下，進駐了瑪嘉烈醫院和葵涌醫院（現稱「瑪葵院牧事工」），展開關顧與牧養精神病者之步伐。當時的困難包括缺乏專業訓練，沒有可諮詢的同道，更沒有臨牀的經驗。還記得在窘迫情況下，硬着頭皮邊做邊學，不斷請教醫護人員，買幾本書惡補知識，然後從失敗經驗中汲取教訓。如是者，接觸患者多了，整理經驗多了，卻發覺患者是多麼單純和真誠，而且每個人的故事都不一樣，跟他們傾談接觸多了，更察覺他們的處境不妙，因社會的冷漠和誤解往往窒礙了他們康復的進程。

1989年初，一位從精神障礙中康復過來的弟兄，跟筆者多次交談，深感自己和其他康復者前景黯淡、支持者稀少，目睹病情復發的人愈來愈多。我們都渴望能成立屬於精神復元者的團契，以協助康復者重投社會和教會生活，並且能建立有效的支持系統。我們禱告後便開始分工，他負責找同路人，我負責找基督徒護士、社工和醫生。感謝上帝的帶領，屬於精神復元者的團契「基督教愛協團契」不久便誕生了。基督教愛協團契並非政府機構，乃屬宗教性的專業團體，宗旨為協助精神障礙患者踏上康復之路。讀者可瀏覽機構網頁 [www.ohip.org.hk](http://www.ohip.org.hk) 了解詳情。

到了1990年，筆者轉往青山醫院推動成立院牧服務（當時屯門醫院正在興建中），那時的挑戰更是巨大，因病人眾多，病情也較嚴重，環境簡陋。筆者辦公室門口經常「客似雲來」，天天都有患者環繞着我，有路過的；有駐足的；有轉圈踱步的。雖則如此，這境況更加深筆者對服事他們的肯定。葵涌醫院和基督教愛協團契的寶貴經驗，對筆者那段日子的事奉，實有莫大裨益。

然而，更重要的是如何令社會對精神障礙患者及復元者有更大的包容、接納、關愛與共融，這個念頭激發起筆者撰寫本書之熱誠，冀盼本書對精神障礙患者及復元者之心靈關顧與牧養的探討，能擴闊讀者對復元者的關懷胸襟與視野，令社會不同持分者對弱勢羣體付出更多支持，使他們感到社會是個有情有愛的大家庭。

同時，筆者亦察覺坊間對精神科的書籍，多集中講述病情、癥狀和治療等知識，鮮有談及精神障礙患者和復元者的靈性，因而鼓動筆者將他們所需的關顧與牧養寫下來，這也是寫書之另一動機。

本書得以順利出版，要感謝基督教愛協團契梁夢熊導師、黃錦雄幹事、陳金英傳道等同工悉心協助，提供不少寶貴資料和經驗分享，使本書內容更為充實。另亦感謝基督教文藝出版社翁傳鏗社長之鼓勵，蘇淑芳姊妹悉心編輯和其他同事協助，使本書得以付梓，呈現於讀者眼前，筆者致以衷心謝意。

願上帝使用本書惠及多人，並令更多讀者關愛精神復元者。讓我們一起建構充滿愛心的社會！

# 引言篇

人類如此死守手中的那點東西，  
難怪會失去靈性。

梭羅 (Henry D. Thoreau)



香港作為國際大都市，秉承「一國兩制」優勢，享受着上一代港人努力打拼的成果，繼續在國際經濟舞台上大展拳腳，散發着東方之珠的魅力。

在這塊令人嚮往的土地上，卻有不少令人擔憂的事，其中一項就是精神障礙患者（包括嚴重精神病者和一般精神病患者）之醫療服務和康復療程。這項議題需要社會全面關注，原因至少有兩點：首先是精神障礙患者和精神復元者（即正式出院或離開中途宿舍的精神康復者）的數字正不斷上升，人數逾百萬人，而且仍在增加中。

其次是潛伏的危機，倘若我們忽視精神障礙患者和復元者所面對的複雜問題，很可能引發社會、家庭、經濟和醫療等連鎖性潛伏危機，包括社會資源的分配、經濟生產的負面影響、家庭中的人際衝突和醫療系統的沉重負擔等。其實這些潛伏問題也直接影響社會上的其他問題。

因此，若要有效解決精神障礙患者的困難，就要靠政府部門、醫院管理局（簡稱「醫管局」）、專業團體、教會和團

契等聯合起來，共同提供全人醫治、康復與關顧。一方面防止患者病情復發；另一方面則讓他們獲得整全的康復，這也是今天我們須要努力達成的目標。

早些日子，筆者發現康復計畫較側重藥物、門診、住院服務及其他治療療程等環節，這無疑是十分重要的。然而，在整全康復進展中，較易受忽略的，就是心靈（即靈性）的關顧與牧養，原因可能包括：

1. 康復範疇太大。
2. 心靈需要較抽象。
3. 較難評估心靈關顧。
4. 受過專業訓練的院牧及牧師人手不足。
5. 心靈輔導資源奇缺。

正因為出現上述難題，我們不能坐視不理，因心靈的力量亦是驅動復元者康復的動力，亦正是全人康復所指的身心社靈的重要結合。為這緣故，筆者嘗試探討他們的心靈需

要，以及我們在關顧與牧養範疇應做的事，以鼓勵社會關懷精神復元者，並以具體行動幫助他們！

# 第一章 香港現況

我凡事給你們作榜樣，  
叫你們知道應當這樣  
勞苦，扶助軟弱的人，  
又當記念主耶穌的話，  
說：「施比受更為有福。」

徒二十 35





精神障礙患者亦稱為精神病患者，在近年香港社會中，數字不斷上升。根據香港特別行政區政府食物及衛生局於 2017 年出版的《精神健康檢討報告》，估計香港患上精神障礙的人數約 110 萬至 180 萬，<sup>i</sup> 佔全港人口約七分一。精神障礙患者分作兩類：嚴重精神病者和一般精神病者。

嚴重精神病者需要的醫療服務，包括住院服務、日間醫院服務和專科門診服務，而且需求日益增加。目前，接受醫管局治療的精神病患者人數，由 2011-12 年度約 18 萬 7 千人，增至 2015-16 年度逾 22 萬 6 千人，<sup>ii</sup> 五年間，增加約四萬名患病者。

一般精神病者方面，報告書指「年齡介乎 16 至 75 歲的華裔成人當中，一般精神病的患病率為 13.3%。最常見的精神病是混合焦慮抑鬱症 (6.9%)，其次是廣泛性焦慮症 (4.2%)、抑鬱症 (2.9%) 及其他類型的焦慮症，包括驚恐症、各類恐懼症和強迫症 (1.5%)」。<sup>iii</sup> 一般精神病症也稱為輕性精神病，多不用住院服務，只需要專科門診服務。一般精神病者 (年齡介乎 18 至 64 歲)，現佔整體精神科醫療服務約六成。因此，醫管

局在規畫成人精神健康服務時，採取了及早介入和積極治療的方針，尤其針對有復發和住院風險的患者。

目前，在壓力繁重和生活緊張的香港社會裏，不論是嚴重精神病者，或是一般精神病者，人數正不斷上升。再者，精神障礙患者更多出現在兒童及青少年組羣和成人組羣。故此，我們須多關注這兩類組羣的情況與需要，藉此加深了解和作出適切的關懷行動。兩大組羣剖析如下：

## (一) 兒童及青少年的精神障礙

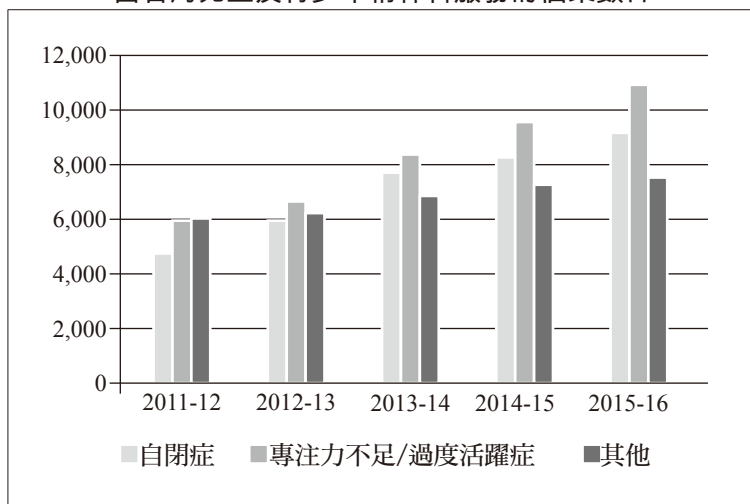
在香港人口的年齡分布中，0 至 19 歲的兒童及青少年，佔總人口大概 16%，人數逾一百萬人。而兒童及青少年患者的數字有增無減，從醫管局所統計的個案數目中，由 2011-12 年度之 18,900 宗增加至 2015-16 年度的 28,800 宗，五年間之增幅逾五成之多。<sup>iv</sup>

上述情況實令人擔憂，根據政府的研究發現：「高達 50% 成人所患的精神病，都是在患者 14 歲之前開始出現的」，<sup>v</sup> 由此可見社會有必要關注兒童及青少年時期之心理健康，以防止成人患上精神障礙。

兒童及青少年常出現的精神障礙，包括焦慮症、對抗行為障礙、注意力不足、過度活躍症、行為失常、嚴重抑鬱、濫用藥物及自殺傾向等。當中的成因很多，包括缺乏父母關愛、朋輩影響、家長管教十分專制、環境出現極大轉變、成績挫敗、長期生活在惶恐中、父母過度操控等。若是處理不善，或疏忽正視問題，都會構成兒童及青少年產生精神障礙的誘因。因此，家長和老師須留意兒童及青少年心理健康之現象與需求。

下列圖表顯示醫管局從公營精神科服務所獲得之兒童及青少年精神障礙之個案數字：<sup>vi</sup>

醫管局兒童及青少年精神科服務的個案數目



有些患者在同一年度被分類在多於一組的病症內。

資料來源：醫管局

正因兒童及青少年時期處於關鍵的年紀，除了家長和老師關注和互相配合外，政府亦十分重視他們的健康成長，採取了一系列教育、預防和評估計畫。一旦發現兒童及青少年心理健康出現問題，會及早提供介入治療服務，包括專科護理、跨專業團隊的合作、積極的治療服務。另外，政府亦開設關注兒童及青少年精神健康之社區支援服務，以便及早識別他們在情緒

上受困擾的問題，並提供介入服務。至於教育方面，政府在學校制定了知識、價值觀、態度及技能並重之全面課程，以提升學生心理健康和推廣精神健康的教育。

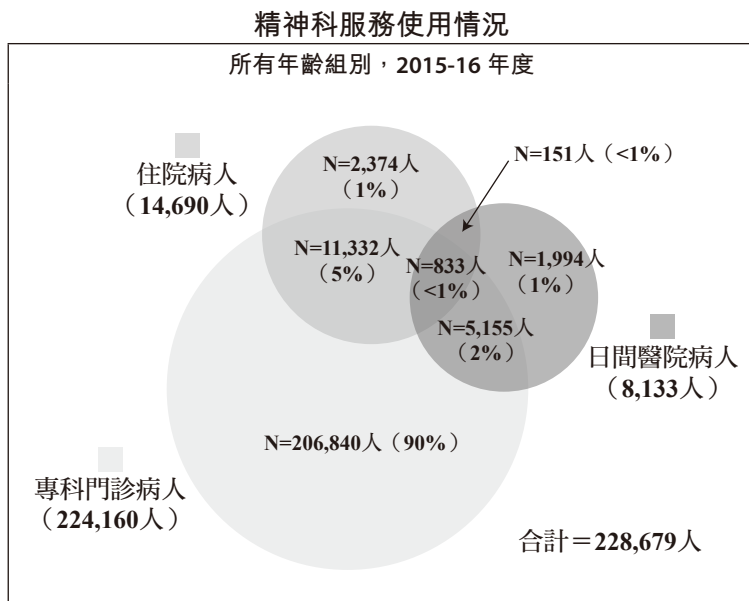
## (二) 成人的精神障礙

如上文所述，本港精神障礙患者人數正在增加，佔全港人口約七分一之多，數字亦逾百萬人，當中除了少部分屬兒童及青少年外，其餘大部分均是成人精神病患者。醫管局精神治療服務統計，在接近十五萬名年齡介乎 18 至 64 歲正接受醫管局治療的患者中，嚴重精神病佔約 30%，例如精神分裂和躁狂抑鬱等，而一般精神障礙（即輕性精神病）則佔了 60%，如焦慮和驚恐症等。<sup>vii</sup>

有關成人精神障礙之治療途徑，醫管局提供的服務範圍，包括住院服務、專科門診、日間醫院和社區外展（即精神科社康服務）服務。當中患上嚴重精神病者，例如精神分裂症，則須較長時間的住院治療，若然患者出現精神病復發，他們亦須

接受住院治療服務。近年政府在制定方針時，特別重視患者的康復過程，給嚴重精神病患者提供「思覺失調」服務計畫、「個案管理」計畫，並且採用較新而副作用較少的藥物，以減少留院治療時間，同時亦減低病牀使用率。

目前，本港精神科服務的使用情況，可參考醫管局所提供之資料：<sup>viii</sup>



資料來源：醫管局策略發展部統計及人力規畫組

上述情況得以改善，除了因為醫管局推行一連串重點服務外，社會福利署（簡稱「社署」）亦推出重要的配合措施，例如派遣更多醫療社工駐守醫院和專科門診診所，協助解決患者、復元者和家人所面對的經濟和住屋問題；同時，社署亦設立了多間精神健康綜合社區中心，推行朋輩支援服務先導計畫，又設精神病康復者家屬資源中心、宿舍照顧服務和日間訓練職業康復服務等。

醫管局與社署合作，令醫療與社會服務得以結合，再加上非政府機構的配合，提供醫療、心理和社交等服務，讓精神障礙患者和復元者可得到較為多元化之協助。然而，該等服務仍欠缺心靈關懷方面，未能稱為全面的復元計畫，這也是筆者認為對精神障礙患者所制定的服務框架仍欠缺的元素。若然加上對復元者心靈之關顧與牧養，就能達致上述框架的目標——即給予復元者希望、自主和機會的核心信念。

## 註釋

- i 香港特別行政區政府食物及衛生局（2017）：《精神健康檢討報告》，頁 103。
- ii 同上，頁 3。
- iii 同上，頁 3。
- iv 同上，頁 11。
- v 同上，頁 35。
- vi 同上，頁 48。
- vii 同上，頁 107。
- viii 同上，頁 105。



## 討論問題

1. 你認為導致精神障礙患者人數不斷上升的原因為何？

---

---

---

2. 你認為青少年患上精神障礙的成因為何？

---

---

---

3. 試舉嚴重精神病的其中一種病類。

---

---

---

4. 試舉一般精神病的其中一種病類。

---

---

---

5. 醫管局與社署在幫助精神科疾病患者方面有何合作？

---

---

---

生命教育系列 8

## 亂中靈思：精神復元者心靈關顧與牧養

作者 陳一華

編輯 蘇淑芳

封面和內頁照片 蘇淑芳

製作 鄭堅徒 郭思穎

發行人 翁傳鏗

出版 基督教文藝出版社有限公司

總辦事處：香港九龍柯士甸道140-142號14樓

電話：2367 8031 傳真：2739 6030

電郵：info@cclc.org.hk 網址：www.cclc.org.hk

發行：新界沙田火炭黃竹洋街9-13號仁興中心702室

電話：2697 0286 傳真：2694 7760

電郵：warehouse@cclc.org.hk

承印 陽光（彩美）印刷有限公司

二零一八年七月初版

經文引自《新標點和合本》，版權屬香港聖經公會所有，蒙允准使用。  
版權所有

*Life Education Series 8*

## Pastoral & Spiritual Care for Mental Rehabited Patient

**Author** Chan Yut Wah

**Editor** So Shuk Fong

**Cover & Inside Photos** So Shuk Fong

**Production** Cheng Kin To, Charis Kwok

**Publisher** Yung Chuen Hung

**All Rights Reserved**

First Edition July 2018

**Chinese Christian Literature Council Ltd.**

14/F, 140-142 Austin Road, Kowloon, Hong Kong

Tel: 2367 8031

Fax: 2739 6030

E-mail: info@cclc.org.hk

Website: www.cclc.org.hk

Cat. No. 3039.08

2m90

ISBN 978-962-294-311-7