

參考資料

如欲閱讀原文參考資料及在英國之求助組織，請瀏覽以下網頁：
http://www.rcpsych.ac.uk/PDF/Checklist_professionals.pdf

有用地址或電話

《譯者註：以下是香港資料，提供在港人士使用》

醫院管理局精神科電話諮詢服務： 24667350

社會福利署熱線： 23432255

香港心理衛生會健康諮詢服務： 27720047

衛生署中央健康教育熱線： 28330111

香港精神健康家屬協會：
九龍中央郵箱72368號（傳真：27604407）

原作：英國皇家精神科學院
翻譯者：青山醫院精神健康學院
出版人：青山醫院精神健康學院
地址：新界屯門青松觀路十五號
電話：2456 7111
傳真：2455 9330
網址：www.ha.org.hk/cph
www.imh.org.hk



青山醫院 12/2007

© 本刊物任何部分之資料，如未獲版權持有人允許，不得用任何方式（包括電子、機械、影印或記錄）抄襲、翻印、儲存在任何檢索系統上或傳輸。

青山醫院精神健康教育 《結伴同"療"·齊創新局面》

〈原文由英國皇家精神科學院撰寫印製，香港青山醫院獲該院特許進行中文翻譯〉

醫護人員與「父母有精神健康問題」的青少年溝通的要旨

《此單張乃中文譯本，旨在提供精神健康的資訊。原作是建基於英國的醫療健康服務情況，為保持原作者意見，譯者盡量原文照譯。因此，內文關於醫療健康服務的資料，因各地醫療制度不同，未必完全適用於香港。如有疑問，請與你的醫生商討，或聯絡本地之醫療健康服務部門。》

簡介

本單張的內容是經諮詢有需要照顧家中父母有精神健康問題的青少年而制訂，旨在幫助醫護人員與他們溝通時較容易掌握重點，使青少年能得到最有用的資訊。

每個個案都有其獨特性，所以並不是所有的個案都需要涉及以下所有的範疇，這溝通要旨，只可作為一個參考。

如何運用本溝通要旨：

- 要考慮溝通對象的年齡、理解能力、文化及信仰。
- 青少年不應被要求擔當成年人的角色，但他們對事情的理解及看法應被尊重。
- 青少年大多能夠察覺家庭成員的精神健康出了毛病，但他們卻不一定能理解一些徵狀的性質；這可能令他們覺得害怕、苦惱、憂慮，甚至有罪疚感。除非有適當的機會去表達，他們可能只會將這些感覺壓抑著。
- 有些時候，為了照顧父母，這些年輕人要負上與年齡不相稱的任務，他們需要的支援亦更多。
- 你可以和青少年分享的資料，可能會受到病者本人意願所限制；有一些父母會認為孩子知得愈少愈好，但一般來說這並不真確。在此情況下，給青少年一些一般性的資料對他們會有好處。
- 對於保護兒童的指引，你應有一定的認識。假若與青少年溝通的過程中，你對他們的安全或受到的對待有懷疑，應立即尋求適當的協助。孩子的利益，是我們首要的考慮。不過，除非父母可能增加兒童的危險，否則應讓他們參與決定有關孩子的事宜。

資訊的分享

在與青少年溝通前應預先：

- 與病者有共識他想你透露多少資料給孩子
- 令病者明白你會定時與他跟進資料的發放
- 將病者的意願清楚紀錄在案

你可以分享一些一般性的資料（例如有關抑鬱症的資訊，而非病者的病情）以保障病人的私隱。

保密

在與青少年面談前，他們應明白你不一定可以將他們透露的資料保密。父母也並非理所當然地有權知道青少年和你談話的內容；但一般來說，假如孩子少於16歲，父母的知情權應受到尊重。假如你覺得孩子應接受一些服務，但他並不能理解或年齡少於16歲，在一般情況下，應與父母商討，除非你擔心有虐兒的情況。

有關精神健康的問題

應探討青少年對精神健康問題的認識及誤解。不要假設他們不希望知道。以下是一些有用的資訊：

- 他們的親人有甚麼精神健康的問題？
- 這些問題對他們的行為和情緒有甚麼影響？
- 這些問題的成因是甚麼？
- 有甚麼可以幫助他的親人？
- 他們的情況會改善或變壞嗎？
- 有甚麼安全事項要留意？
- 有需要時他可聯絡誰？

與青少年切身的事情

青少年對家庭成員患上精神病許多時都會感到憂慮或害怕，但他們卻不一定向人傾訴。很多時他們的憂慮其實是不必要的。他們可能會擔心：

- 我會不會也患上精神病？
- 是不是我做錯了甚麼令父母生病？
- 我長大後有多大機會也患上此病？

如果遺傳因素在特定的個案較為明顯，醫護人員應給予適當的意見，例如告訴他們要保持健康的生活模式，有困難盡快求助，正確地抒發自己的情緒，不要濫用物質，當懷疑精神健康出現問題應盡快求助等去減少病發的機會。

- 「我可以做些甚麼令他們好一些？」
應避免告訴青少年：「你為他們努力做人罷！」之類的說話，不要讓他們覺得要為親人的健康負責。

青少年的感受

對於家庭成員患上精神病，青少年會感到：

- 害怕
- 對病者感到憤怒
- 內疚
- 尷尬
- 挫敗或"無能為力"
- 孤單

- 備受壓力
- 疲乏
- 困惑

青少年可能需要幫助去探索及表達這些感受。最重要是讓他們明白有這些複雜的感受其實很正常，應留意他們能否處理這些情緒，有沒有人會聆聽他們的感受（例如其他家人、可信賴的成年人、朋友）。

有關照顧及治療

- 他們的親人會得到甚麼治療？
- 這些治療對他們有甚麼影響？
- 這些治療會維持多久？
- 這些治療會令他們康復嗎？
- 還有甚麼人員會提供協助這些人員會做些甚麼？

青少年與治療

無論青少年人表現得如何有能力，他們都不應被要求負上與他們年齡不符的責任例如向父母解釋或監督父母服藥。他們必需知道當他們擔心家人的情況時應向誰求助。應考慮：

- 要照顧患病家人會為青少年的生活帶來甚麼影響？
- 他們自己有甚麼感受？
- 他們可怎樣與醫護人員聯絡？
- 有否和患者商量有關保密的問題？

藥物

青少年人不應被要求監督病者服藥，有關家庭可能需要其他支援及幫助。醫護人員應考慮：

- 青少年對家人服用的藥物需要知道甚麼？
- 假如家中有年幼小孩，如何妥善存放這些藥物？

入院治療

- 患者需要入院嗎？入哪一間醫院？住多久？
- 父母入院後，孩子的照顧解決了嗎？
- 孩子能探病嗎？是否需要特別安排？

青少年照顧者自身的需要

如果青少年向家人提供心或身的照顧，他們可能已是照顧者。醫護人員應考慮要照顧患病的父母：

- 對青少年的生活有甚麼影響，例如人際關係、學習或消閒等？
- 對他們的情緒有甚麼影響？
- 有甚麼支援可提供？需要社工介入嗎？

(在英國，照顧者有權接受為他們個人而設的評估或照顧計劃。)

對青少年的支援

- 有沒有機構已提供支援？需要接觸學校或其他青少年服務嗎？
- 需要社工介入嗎？
- 學校適應如何？（例如功課跟得上嗎？會不會因為要照顧父母而缺課？有沒有被欺凌？）他們是否希望你跟學校談一談？
- 青少年的身體狀況如何？誰可以幫助他們？
- 青少年有需要時可聯絡甚麼人？
- 有緊急求助的服務嗎？
- 青少年可如何作出投訴？