

## 星島日報健康專欄《保健至專》- 智力障礙與精神健康

有智力障礙的兒童或年輕人，很多時是能明白身邊所發生的事情，而有時候亦會對自身能力限制感到失意和煩惱，當他們與其他小朋友比較時，便會感到傷心或憤怒，甚至自卑。但是由於其理解和溝通能力有限，故可能難以向他人表達自己的想法。而語言溝通的困難，亦令到身邊人更難明白其感覺和需要。此外，智障人士的家長和家人，很多時既不懂得跟智障小朋友溝通，亦不能適應他們的行為，導致難以了解這些小朋友的需要。

其次，智障人士的兄弟姐妹亦會受影響，他們或會妒忌智障小朋友得到家人額外的關注。此外，許多時會因智障兄弟姐妹的行為，帶來一些尷尬情況，而成為同學取笑的對象，同時他們亦可能將照顧智障兄弟姐妹的責任放在自己身上，而增加其精神壓力。事實上智障並不是精神病，但卻有較高風險患上焦慮、發展障礙，甚至增加患上自閉症、專注力不足多動症等風險。

青山醫院精神健康學院鄒敏茵醫生

(轉載自星島日報 | 保健至專 2012-07-09)

**智力障礙與精神健康**

周一：精神科/視光學


**保健至專**

有智力障礙的兒童或年輕人，很多時是能明白身邊所發生的事情，而有時候亦會對自身能力限制感到失意和煩惱，當他們與其他小朋友比較時，便會感到傷心或憤怒，甚至自卑。但是由於其理解和溝通能力有限，故可能難以向他人表達自己的想法。而語言溝通的困難，亦令到身邊人更難明白其感覺和需要。此外，智障人士的家長和家人，很多時既不懂得跟智障小朋友溝通，亦不能適應他們的行為，導致難以了解這些小朋友的需要。

其次，智障人士的兄弟姐妹亦會受影響，他們或會妒忌智障小朋友得到家人額外的關注。此外，許多時會因智障兄弟姐妹的行為，帶來一些尷尬情況，而成為同學取笑的對象，同時他們亦可能將照顧智障兄弟姐妹的責任放在自己身上，而增加其精神壓力。事實上智障並不是精神病，但卻有較高風險患上焦慮、發展障礙，甚至增加患上自閉症、專注力不足多動症等風險。

整理：Chris

今日顧問  
青山醫院精神健康學院  
鄒敏茵醫生



註：明日由中大耳鼻喉頭外科學系唐志輝教授