

(文章於二零一九年五月二十七日刊登 am730)

抑鬱患者憑禪繞畫走出陰霾 「藝術復康」助重建自信

以前瞓唔著，試過一晚食 30 粒安眠藥，我都好奇點解自己咁都死唔去。」曾患嚴重抑鬱症的文迪因童年時親人離世及母親離家出走的經歷，每當入睡時，回憶便浮現腦海，讓她難以入睡。雖然成年後，曾在義工協助下與母親團聚，但仍未能解開心結。她四處尋求心理醫生幫助不果；後來更因「情緒爆煲」加上心跳急劇加快，需入急症室及留院治理，經醫生轉介下到九龍醫院職業治療部參與藝術復康，從此一畫便愛上，也因為畫畫，讓文迪重生。

圖、文：陳敏琪

冀傳播正能量 助人助己

經過 8 個月的治療，雖然抑鬱症未愈，但仍可重投社會工作的文迪，選擇回到九龍醫院職業治療部做義工，開班教授禪繞畫，「我以前成日都好想死，但而家一都唔想死，我想將呢份正能量帶俾其他人」。

九龍醫院高級職業治療師盧惠如指，利用手工藝作為職業治療媒介已沿用多年，在參與手工藝製作的過程中，康復者能夠培養興趣，也可發掘個人長處，從而提升個人自信。手工藝班一般為 6 至 8 人一班，大部分以小組形式進行；過程可以讓康復者互相合作交流和分享，藉此減低他們的社交焦慮。部分表現出色的康復者會擔任朋輩導師，將所學或自己擅長的手工藝開班教授其他組員，文迪便是其中一名導師。

中風患者也適用 老翁穿珠為愛妻

代理高級職業治療師陳秀敏補充，藝術復康職業治療除了適用於情緒康復者，中風康復者也適用；她指因中風後遺症會導致手腳腫大，難以令手眼協調。為增強其靈活度，治療師會安排中風康復者穿珠，由大珠至小珠，改善情況。司徒伯伯於 14 年中風後，初時連藥丸都拿不起，需要妻子幫助。但經過穿珠訓練後，現已可以自理，雖然他笑稱自己初時都不習慣「男人老狗玩穿珠」，但現時可以幫妻子清潔打掃家居，「幾辛苦都值得」。

醫管局今年4月設立「手藝遊樂園」網上平台，供社會各界人士欣賞到九龍醫院及葵涌醫院康復者的精湛手藝及工藝作品，更可以下單購物。詳情可瀏覽網頁：
www.ha.org.hk/patienthandicraft

####

不願露面的文迪表示，現將禪繞畫畫在保鮮袋上，冀傳播正能量予其他人。

牆上大部分畫作出自文迪手筆。

司徒伯伯(中)每次上手工藝堂都有妻子陪伴(右)，成為他們日常生活的樂趣。

穿珠成品。

盧惠如(中)指，手工藝作職業治療已沿用多年。

27.05.2019

(承 am730 准予轉載，謹此鳴謝)



抑鬱患者憑禪繞畫走出陰霾

「以前訓唔著，試過一晚食30粒安眠藥，我都好奇點解自己咁都死唔去。」曾患嚴重抑鬱症的文迪因童年時親人離世及母親離家出走的經歷，每當入睡時，回憶便浮現腦海，讓她難以入睡。雖然成年後，曾在義工協助下與母親團聚，但仍未能解開心結。她四處尋求心理醫生幫助不果；後來更因「情緒爆發」加上心跳急劇加快，需入急症室及留院治理，經醫生轉介下到九龍醫院職業治療部參與藝術復康，從此一畫便愛上，也因為畫畫，讓文迪重生。圖、文：陳敬琪

藝術復康助重建自信

中風患者也適用 老翁穿珠為愛妻

代理高級職業治療師陳秀敏補充，藝術復康職業治療除了適用於情緒康復者，中風康復者也適用；她指因中風後遺症會導致手腳腫大，難以令手眼協調。為增強其靈活度，治療師會安排中風康復者穿珠，由大珠至小珠，改善情況。司徒伯伯於14年中風後，初時連藥丸都拿不起，需要妻子幫助。但經過穿珠訓練後，現已可以自理，雖然他笑稱自己初時都不習慣「男人老狗玩穿珠」，但現時可以幫妻子清潔打掃家居，「幾辛苦都值得」。

醫管局今年4月設立「手藝遊樂園」網上平台，供社會各界人士欣賞到九龍醫院及葵涌醫院康復者的精湛手藝及工藝作品，更可以下單購物。詳情可瀏覽網頁：www.ha.org.hk/patienthandicraft

冀傳播正能量 助人助己

經過8個月的治療，雖然抑鬱症未愈，但仍可重投社會工作的文迪，選擇回到九龍醫院職業治療部做義工，開班教授禪繞畫，「我以前成日都想死，但而家一啲都唔想死，我想將呢份正能量帶俾其他人」。

九龍醫院高級職業治療師盧惠如指，利用手工藝作為職業治療媒介已沿用多年，在參與手工藝製作的過程中，康復者能夠培養興趣，也可發掘個人長處，從而提升個人自信。手工藝班一般為6至8人一班，大部分以小組形式進行；過程可以讓康復者互相合作交流和分享，藉此減低他們的社交焦慮。部分表現出色的康復者會擔任朋輩導師，將所學或自己擅長的手工藝開班教授其他組員，文迪便是其中一名導師。