

情緒病距離子女有多遠

文：羅耀祖

注意孩子精神上的培育

相信大多數家長都對自己子女的前途寄予厚望，但在這個以物慾掛帥的新世代，眾多在職場打拚的家長，似乎已無暇顧及或不大重視吸收必要的知識，為子女心智發展作正確引導。因缺乏知識，引導就顯得有心無力。久而久之，家長在飽嘗挫折後，索性任其自然發展。

在高度商業化的城市裏，生活上充斥着各種各樣的商品促銷，大家的共同話題都在比拚生活上的豪華與先進，孩子們受到濡染，在朋輩間亦形成一種對物質的追求意識。因家長較少注意孩子精神上的培育，而側重於物質的供應，現今的孩子們已表現出“物質豐富，精神空虛”的普遍現象。與上一代不同，由於家庭經濟比以前充裕，現今的孩子大多較少遇到生活上的艱辛，較少受到生活挫折的磨練，心靈相對脆弱。

當然，生活在社會低下層的孩童也遇到經濟上的壓力，為了生活，父母需長時間在外工作，令家庭生活條件惡劣，影響孩童的心智發展。

並非不可治癒

即使在人類進入太空時代的21世紀，今天人們對“精神病”一詞仍諱莫如深。它的可怕之處不單在於這種病本身，更在於人們因對它不了解而對病者投以奇異的眼光，這對病者傷害至深。對於發生在腦部——這個極其複雜器官上的病變，科學界雖鑽研多年，但對其成因尚未有一個絕對一致的答案，只能推斷為與先天的遺傳和後天的精神鬱結或精神壓力有關。

為了逃避可怕的奇異目光，患者家人通常不讓別人知道自己家中有一個讓自己感到“羞恥”的病人。由於這個緣故，社會上甚少有人談及此事，以致大家都不知道事情有多麼嚴重。危機意識越是薄弱，罹患的機會就越大；知識越是缺乏，病徵出現時就越是手足無措。

精神病雖然是一種難於捉摸和控制的疾病，但經醫學界多年的努力，現在已不是不可治癒的。此病可通過藥物對神經傳導素加以調節，使腦部對訊息的接收回復正常狀況。而在病情穩定的情況下施以良好的心理、環境及職業治療，此病是有望治癒的。但要知道，治療必須盡早，越早接受治療，治癒的機會越大，若病情拖延過久，病者及家人將終生受到此病帶來的禍害及影響。針對一般人因恐懼而產生逃避的心態，醫學界創造了“思覺失調”一詞，結果相當成功，讓很多出現初期徵狀的病人，因不害怕接受治療而得以康復。



預防工作應從孩童時候開始

身為精神病人家屬及家長教師會幹事的筆者，深知此病所帶來的痛苦，亦深知家長們對認識精神病多麼的不感興趣。可惜並非因為我們不去理會精神病，它就會遠離我們一點。現時本澳的精神病患者就診人數比起五年前已急增三成半，而且發病年齡漸趨年輕化。青少年正面臨各式各樣的足以引致情緒病的衝擊，如來自家長或自己讀書與升學的壓力、戀愛的失意、個人理想的失落、賭敗的惆悵、濫藥的殘害、互聯網上是非莫辨的模糊價值觀等等。

有專家認為，精神病的預防工作應從孩童時候開始，因精神病的主要誘因是精神上的長期鬱結，或脆弱的心靈突然受到沉重打擊。給孩子一個溫暖和諧的家庭、良好的生活環境、正確的人生觀，讓孩子得到意志的磨練，這些正是抵禦各種心靈衝擊的有效“防波堤”，亦是預防其他各種青少年問題的最佳方法。

教青局和您子女就讀的學校，經常會舉辦協助您成為良好家長的講座或工作坊。子女是我們的至親至愛，多回憶他們孩提時候的可愛模樣，千萬不要放棄。請切記，能給您真正快樂的是家庭之樂，而不是如過眼雲烟的物質享受。



（作者：澳門民康精神健康促進會理事長）