

自杀及抑鬱者亲友获支援

2012-05-25 23:23:00 来源: 香港成报

核心提示：「自杀学之父」爱德温史纳曼曾指出，每有一人自杀，便会影响身边最少六个亲友，可能令其产生自杀念头，可见自杀不只是个人问题。有非牟利机构除了提供 24 小时预防自杀热线外，也大力帮助自杀者的亲友及抑鬱症患者的照顾者，协助纾缓他们的压力及情绪问题。



「自杀学之父」爱德温史纳曼曾指出，每有一人自杀，便会影响身边最少六个亲友，可能令其产生自杀念头，可见自杀不只是个人问题。有非牟利机构除了提供 24 小时预防自杀热线外，也大力帮助自杀者的亲友及抑鬱症患者的照顾者，协助纾缓他们的压力及情绪问题。记者陈冬敏报道

生命热线高级经理刘少贤接受访问时表示，生命热线每年平均收到逾三万个求助电话。当中包括有自杀倾向或抑鬱症的人士，亦有照顾他们的亲友及自杀者的亲友。前者有需要的话，将转介至有关政府部门，後者则为中心的主要服务对象。

生命热线年接逾三万求助

中心的注册社工李思敏在同一场合补充，自杀或抑鬱症患者有多少，出现在其亲友身上的情绪问题也就更多，他们也需接受心理辅导。她认为，很多人对于有亲友自杀感到难以启齿，她鼓励人们向社区机构求助，或找可信赖的人倾诉。「身边的人突然自杀，他们会出现自责、愤怒或寻根究底的情绪反应。曾经有一位女士内疚得认为自己是杀人兇手，幸好后来她到中心求助，情绪才得以纾缓下来。」

另外，抑鬱症患者的亲友也承受着巨大的压力。照顾者的心情随着抑鬱症患者的病情而大起大跌，又因抑鬱症患者大多不能工作，而承受着经济压力。所以难免身心俱疲，情绪绷紧，更有部分也出现疑似抑鬱症的徵状。

社工李思敏指出：「我们为抑鬱症患者的家人提供支持，给予心理承託，令他们明白自己不是孤身作战；並提醒他们要好好照顾自己，不要只忙着照顾抑鬱症患者。」

现时，中心有「释心同行」自杀者亲友支援计划，提供专业社工面谈及同路人互助小组，协助自杀者亲友度过哀痛。

望政府提供多些配套协助

另外，中心亦设有「与鬱同行」同路人互助小组，支援抑鬱症患者的照顾者的情绪健康，並会教导如何帮助抑鬱症患者，避免他们的病情恶化。

李思敏又称，生命热线乃非牟利机构，需自行筹募基金，最大困难莫过於资源不足。有时求助电话太多，来电者只能至转驳至留言信箱。另外，她希望政府可提供多些配套协助他们，以深化对情绪病患者的治疗。