

自殺者親友受困 易有抑鬱焦慮

香港每年平均有一千人自殺身亡，每個自殺個案都對其親友造成巨大衝擊。輔導機構「生命熱線」指，每名自殺離世者保守估計會令六至十名親友情緒受困，引起不同程度抑鬱、焦慮等負面情緒，自殺風險亦較一般人高三倍，呼籲市民如遇情緒困擾，甚至萌生自殺念頭，應盡早尋求協助。

本報記者

港大社會工作及社會行政學系副教授周燕雯分析由前年十二月至去年九月，共九十四個「自殺者親友支援計劃」個案，發現不論親友與死者的關係、死者自殺的方法及親友是否發現遺體，均會對他們造成極大創傷。她補充，

失去配偶者會較容易出現抑鬱反應，而失去子女則會特別感到創傷，如至親燒炭自殺身亡，以及由親友親自發現遺體，都會更容易出現較嚴重的抑鬱、焦慮及失喪。

親屬經九月輔導走出陰霾

化名Bonnie的伴侶自殺離世，事件對她及其家人造成創傷，她本人亦曾有自殺念頭，最後她透過「自殺者親友支援計劃」接受輔導，紓緩負面情緒，花了九個月時間走出陰霾，更出任義工幫助其他有需要人士。

「生命熱線」執行總監吳志崑希望透過「自殺者親友支援計劃」，了解親友個別的需要，為他們提供適切的情緒紓緩及輔導服務，又呼籲有情緒受困及自殺念頭的人盡快尋求協助，避免悲劇發生。

