

## 關注兒童心理健康

RBC 兒童心理健康計劃主席

David Wolfe醫生

很多父母都能夠出奇地又快又準的，判斷出子女身體不適的嚴重程度。在大多數情況下，我們只要快速的查看「一下」，問幾個重點問題，便能掌握足夠資訊去決定下一步該怎麼辦。

但對於那些影響孩子心理，而非生理的問題，我們又是否同樣英明，能夠確定和評估其性質呢？很不幸，答案就是「我們並不稱職。」

人們常誤以為，精神病只是「成人的問題」，與兒童無關。但事實上，我們的社會過往一直都避談兒童的精神健康問題，情況實在令人困惑不安。幸而，現在我們都承認，兒童及青少年精神健康問題是一些經常出現，備受全球關注的重大社會問題。

目前，加拿大有120萬名兒童及青少年受到精神病的困擾。最近的研究顯示，每五名兒童及青少年之中，便有一人所罹患的精神病，嚴重程度足以造成顯著的痛苦，並損害身體機能。而且有越來越多的證據指出，很多（如非大多數）終身精神失常的病患者，初次發病都是在兒童或青春期。

### 加國現有120萬名兒童及青少年患上精神病

雖然「兒童精神病」一詞涵蓋多種不同的精神疾病，但一般來說，可歸納為兩大類：行為失常及情緒失常。

事實上，隨著兒童不斷成長，他們都會有短暫時期的行為及情緒問題；這亦是生命成長的一部分，不足為怪。但當這些問題，開始妨礙兒童在家或在校的正常作息時，父母便應深入了解問題所在。作為父母，我們可以問自己一些基本的問題：這樣的行為對孩子有壞影響嗎？這樣的行為已維持了多久？與同齡兒童比較，這是「正常」的嗎？

現在，兒童精神病的治療方法和服務質量，日見改善。但很可惜，許多兒童本應可從這些服務得益，卻偏偏因為兒童精神健康問題的標籤效應，反而得不到應有的照料。事實上，底線就是：如果我們希望更多兒童獲得適切醫治，我們作為社會一分子，就應克服目前對精神健康問題的既定標籤。總之，忽視精神病的各種徵狀，只會帶來反效果；及早處理，才是成功的關鍵，而克服標籤效應，更是過程中的重要一環。

欲知更多詳情，請瀏覽 [www.rbc.com/childrensmentalhealth](http://www.rbc.com/childrensmentalhealth)。