



## 媒體報導

日期： 2013年8月25日(星期日)  
資料來源： 新報 - 港聞 - A6  
標題： 近半學生酒醉解千愁  
參考網址： [請按此](#)

A6 2013年8月25日 星期日



■ 青少年精神健康推廣及治療中心主任周倩儀指出，在處理的120個學生個案中，85%有焦慮及情緒困擾。

### 近半學生酒醉解千愁

【新報訊】常言道一醉能解千愁，但原來近半中學生在遇到焦慮時亦選擇飲酒去逃避煩惱。一項大型研究發現，近半中學生近期有焦慮情緒，而指容易或經常感到焦慮者亦有19%；在經常有焦慮情的學生中，47%會以飲酒紓緩，11%會吸煙，更嚴重的是，約5%學生會以吸毒應付問題。

#### 焦慮因功課壓力大

理工大學與基督教家庭服務中心在2011年至今年期間，訪問1.1萬名中學生，發現48%人在受訪前兩星期內，曾出現焦慮症狀，包括緊張不安，不能控制地擔憂等，而18%受訪者容易或經常感焦慮，原因包括功課壓力大、不滿意成績或成績比其他同學差等。

調查顯示，在經常出現焦慮的學生中，75.5%差不多每天都感到低落或絕望；80.9%覺得自己差勁、是個失敗者，而且，當中49.2%學生表示頻密有自殺或自殘念頭。相對其他學生，只有2.4%經常感到低落、沮喪或絕望，有自殺傾向有佔1.2%。

結果又發現，經常焦慮的受訪者，較多出現極端行為，如吸煙、飲酒，及吸毒的情況。10.6%的學生表示自己曾經吸煙；47.2%的學生表示自己曾經飲酒；4.7%的學生表示自己曾經吸毒，相比起其他學生多一倍。

#### 注意學生精神狀態

理大護理學院助理教授麥艷華指，焦慮症是最常見的精神病之一，家長及學校要留意青少年的情緒健康，例如持續兩個星期經常出現容易或過度疲累、煩躁、難以集中精神、睡眠習慣改變等問題，因為嚴重的焦慮症狀不但影響日常集中力，甚至有機會導致憂鬱症或其他精神問題。

基督教家庭服務中心「青少年精神健康推廣及治療中心」建議，政府應對全港兒童及青少年進行定期情緒健康調查，協助制訂即時健康政策。而且，學校應持續與社區的青少年精神健康服務機構合作，在校內定期推行與精神健康有關的活動，以提升青少年對精神健康的關注及認識。



常言道一醉能解千愁，但原來近半中學生在遇到焦慮時亦選擇飲酒去逃避煩惱。一項大型研究發現，近半中學生近期有焦慮情緒，而指容易或經常感到焦慮者亦有 19%；在經常有焦慮情的學生中，47%會以飲酒紓緩，11%會吸煙，更嚴重的是，約 5%學生會以吸毒應付問題。

### 焦慮因功課壓力大

理工大學與基督教家庭服務中心在 2011 年至今年期間，訪問 1.1 萬名中學生，發現 48%人在受訪前兩星期內，曾出現焦慮症狀，包括緊張不安，不能控制地擔憂等，而 18%受訪者容易或經常感焦慮，原因包括功課壓力大、不滿意成績或成績比其他同學差等

調查顯示，在經常出現焦慮的學生中，75.5%差不多每天都感到低落或絕望；80.9%覺得自己差勁、是個失敗者，而且，當中 49.2%學生表示頻密有自殺或自殘念頭。相對其他學生，只有 2.4%經常感到低落、沮喪或絕望，有自殺傾向有佔 1.2%。

結果又發現，經常焦慮的受訪者，較多出現極端行為，如吸煙，飲酒，及吸毒的情況。10.6% 的學生表示自己曾經吸煙；47.2%的學生表示自己曾經飲酒；4.7% 的學生表示自己曾經吸毒，相比起其他學生多一倍。

### 注意學生精神狀態

理大護理學院助理教授麥艷華指，焦慮症是最常見的精神病之一，家長及學校要留意青少年的情緒健康，例如持續兩個星期經常出現容易或過度疲累、煩躁、難以集中精神、睡眠習慣改變等問題，因為嚴重的焦慮症狀不但影響日常集中力，甚至有機會導致憂鬱症或其他精神問題。

基督教家庭服務中心「青少年精神健康推廣及治療中心」建議，政府應對全港兒童及青少年進行定期情緒健康調查，協助制訂即時健康政策。而且，學校應持續與社區的青少年精神健康服務機構合作，在校內定期推行與精神健康有關的活動，以提升青少年對精神健康的關注及認識。

- 完 -

