

也许您似乎有点不对劲...

也许您认识的人举止和以前不太一样

这可能是精神病 – 我们能提供帮助

我们的服务面向个人及其家庭。

我们的临床医生和精神病医生在 Fraser Health 成人社区心理健康中心以及儿童与家庭发展厅工作。他们在治疗青少年及年轻成人精神病患者以及帮助其家人方面训练有素，经验丰富。

我们的目标是促进精神病患者的安康，减少他们的社会隔离行为，并恢复他们以前的机能水平。

我们的服务还包括在不同地点由小组治疗师主持的小组活动。在这些小组中，您可以安全地与有过类似经历的其他人见面。在小组活动中，您通过视频、讲座、书面材料和小组讨论来了解精神病。

小组类型：

- 青少年小组
- 年轻成人小组
- 家庭教育和支持小组
- 南亚家庭教育小组（以旁遮普语和印地语提供）
- 兄弟姐妹教育小组
- 家庭治疗
- 同侪康乐活动

教育和培训

从事青少年工作的专业人员（比如教师和咨询师）和社区机构在精神病认知、计划转介和持续支持上发挥重要作用。

我们的 EPI 计划提供有关精神病、早期发现、病因、转介和教育的教育讲座、研讨会和信息。我们还提供各种用于持续支援的工具和资源。

请联络所在社区 EPI 计划的教育工作者。

earlypsychosis.ca



Early Psychosis Intervention

精神病 可以治疗 尽早获取帮助

早期精神病干预

为患有精神病的青少年和年轻成人及其家人提供服务与支持。



earlypsychosis.ca



www.fraserhealth.ca

Catalogue #265547 (July 2016) Chinese Simplified
To order: patienteduc.fraserhealth.ca



Early Psychosis Intervention

Chinese Simplified

我觉得有人在跟踪我或偷窥我

我听到有声音却没有听到人

我发现电视、广播和网络上有针对我的暗语

我觉得有人暗中设计害我

我相信我有特殊能力或力量

我好多日子不睡觉但精神好得很

听起来耳熟？
弄清楚是怎么回事

earlypsychosis.ca

早期干预 效果好

什么是精神病？

一个人在应对调适方面遇到困难时，可以有不同的表现方式。焦虑、忧郁或压力往往是遇到困难的征兆。但是，精神病也可能是一种征兆。

“精神病”是影响到大脑的病症。头脑会将真实的事物与梦幻中的想象混淆在一起。患者会看到和感觉到并非真实存在的东西。其感觉非常真实，患者甚至并未意识到自己患上了精神病。

精神病症状可包括：

- 看见、听见或感觉到并非实际存在的东西（幻觉）
- 显然虚假的信念（妄想）
- 极端且毫无理由地不信任别人（偏执）
- 思想和语言混乱

并非所有精神病患者都会经历相同的或全部的症状。症状因人而异，因发病期而异。

约 3%的人在人生的某个阶段会有一次精神病发病期。首次发病期通常发生在青少年或年轻成人阶段。所有文化和社会阶层的男女人士都可能得精神病。

精神病可以遗传，或由某种疾病引发。它也可由物质滥用、物质停用或严重压力而触发。

- ▶ 对许多人而言，首次发病也是最后一次。
- ▶ 尽早开始治疗，效果最好
- ▶ 成功康复的关键是“早期干预”。

什么是 epi？

EPI 是 Early Psychosis Intervention 的缩写，意思是早期精神病干预。

我们的 **EPI 计划**旨在帮助早期发现有精神病征兆的人士，使其尽早获得支持和治疗。

我们的重点是改进对处于精神病早期阶段的青少年的服务。我们的计划在各项青少年和年轻成人心理服务之间以及医院与社区之间搭起桥梁。

此项 epi 计划面向哪些人？

- ▶ 年龄介于 13 到 30 岁，并且
 - 经历精神病首次发病或疑似患有精神病
 - 有精神病家族史，而且学习、工作或家务能力最近在减退
- ▶ 上述人士的家人

请注意：即便经历精神病征兆的青少年或年轻成人正在吸毒，也仍能从 EPI 计划获得帮助。

如何参加此计划？

不要害怕为自己或为自己认识的人求助。我们欢迎任何人转介。

首先，我们通过电话取得联系。我们会问几个问题，看看“EPI”计划或另一项社区服务是否是最适合的。

epi

Early Psychosis Intervention

您给谁打电话？

如果您注意到自己或认识的人有以下任何征兆，请致电所在社区的 EPI 计划：

- 思维或行为异常改变
- 社会隔离
- 多疑、忧郁或焦虑

White Rock, Langley, Delta, Surrey
604.538.4278

Burnaby, Tri-Cities, Maple Ridge,
New Westminster
604.777.8386

Chilliwack, Abbotsford, Mission,
Agassiz, Hope
1.866.870.7847

如果您的英语口语或听力不够好，无法谈论自己的健康问题，请用英语说出您的姓名、电话号码和您使用的语言。在有译员能帮助我们与您交谈时，我们会给您回电话。

下班后来电？请留言。



earlypsychosis.ca