

可能 您覺得好像有點不對勁...

可能 您認識的人的行為跟以前不同...

## 這可能是精神病 – 而我們可以提供協助

我們的服務對象是個人及其家人。

我們的醫生及精神科醫生是在菲沙衛生局各成人社區精神健康中心和兒童及家庭發展廳內工作。他們都受過特別訓練，經驗豐富，專責服務和治療青少年及年輕成人的精神病患者及其家人。

我們的目標是協助受精神病困擾的人，促進其身心健康，減少他們孤立離群的行為，並協助他們回復患病前的狀態。

我們的服務也包括在不同地方舉辦小組課程，由小組治療師督導進行。這些小組讓患者能在一個安全的環境下，接觸跟他們有類似經歷的人。課程中您可以透過錄影片段、課堂講解、書本筆記和小組討論，學習與精神病有關的知識。

小組類別：

- 青少年小組
- 年輕成年人小組
- 家庭教育及支援小組
- 南亞家庭教育小組 (以旁遮普語及印度語進行)
- 兄弟姊妹教育小組
- 家庭治療
- 朋輩康樂活動

### 教育及訓練

為年青人服務的專業人士 (例如教師及輔導員) 和社區機構，在認識精神病狀況、計劃轉介和持續性支援服務方面，都扮演著重要的角色。

我們的 EPI 計劃提供有關精神病、早期發現、成因、轉介及治療的教育講課、工作坊和資訊，也為持續性的支援服務提供工具和資源。

請聯絡您所屬區內 EPI 計劃的教育導師。

[earlypsychosis.ca](http://earlypsychosis.ca)



## 精神病

是可以治療的

## 及早求助

精神病早期介入服務

為患上精神病的青少年及年輕成人及其家人提供各項服務和支援。



[earlypsychosis.ca](http://earlypsychosis.ca)



[www.fraserhealth.ca](http://www.fraserhealth.ca)

Catalogue #265548 (July 2016) Chinese Traditional  
To order: [patienteduc.fraserhealth.ca](mailto:patienteduc.fraserhealth.ca)



Chinese Traditional

我覺得有人在  
跟蹤或監視我

我聽到聲音  
但那裡卻沒有人

我在電視、收音機和  
互聯網上，發現一些針對我的  
隱藏信息

我覺得有人正在  
密謀陷害我

我相信我有  
特殊能力或  
超能力

我持續  
數天沒睡覺  
但完全覺得很精神

## 聽來

## 似曾相識？

找出這是什麼狀況

[earlypsychosis.ca](http://earlypsychosis.ca)



# 早期介入

是有效的

## 什麼是精神病？

當一個人遇到困境但不懂應付時，可能以不同的方法去表達。焦慮、抑鬱或壓力往往是身處困境的跡象，但...精神病也可以是其中一個徵兆。

‘精神病’是一種影響腦部的醫療狀況，思想將實況與夢境或幻想混在一起，令人看到和感到一些不真實存在的東西，但其所見所感實在感覺太真實，令患者可能也不知道自己其實已患上精神病。

精神病的癥狀可以包括：

- 看到、聽到或感到一些根本不存在的東西 (幻覺)
- 相信一些明顯是錯誤的想法 (妄想)
- 對其他人極度及無理地不信任 (恐懼症)
- 思想混亂，語無倫次

不是每個精神病患者都有相同或有齊所有這些癥狀。病癥因人而異，每次發作情況也可以不同。

每 100 人中有 3 人(3%) 在一生中的某個時間會經歷一次精神病發，而首次病發通常發生在青少年期間或成年初期。來自不同文化和不同社會階層的男女都可能患上精神病。

精神病可以由上代遺傳，或由健康醫療狀況引致，另外濫用藥物、退用藥物或嚴重壓力也可以是誘發原因。

- ▶ 對很多人來說，首次病發也是他最後一次病發。
- ▶ 盡早接受治療，越早開始越有效。
- ▶ 成功康復的關鍵是‘早期介入’。

## 何謂‘epi’?

‘E P I’ 是 ‘Early Psychosis Intervention’ 的縮寫，即精神病早期介入服務。

我們的 EPI 計劃旨在幫助人們及早察覺精神病的癥狀，讓患者能盡早獲得支援和治療。

我們專注改善給年輕的早期精神病患者提供的各項服務。我們的計劃銜接青少年和成人的精神健康服務，也聯繫醫院和社區之間的服務。

## 早期介入計劃的服務對象是誰？

- ▶ 任何年齡介乎 13 至 30 歲的人士，並且……
  - 正在經歷第一次精神病發或懷疑有精神病患者
  - 有家族成員曾患精神病，且近期在學業、工作或家庭上感到難以應付者
- ▶ 任何屬上述人士之家庭成員

註：即使出現精神病癥狀的青少年或年輕成人有濫藥的問題，也可以向 EPI 計劃尋求協助。

## 如何參加這個計劃？

請不要害怕為自己或您認識的人去尋求協助。

我們歡迎任何人作轉介。

首先我們以電話聯繫，我們將問您一些問題，看看是 EPI 計劃還是其他社區服務最能幫助到您。

# epi

Early Psychosis Intervention

## 致電給誰？

如果您留意到自己或您認識的人出現任何以下情況，請致電您所屬區內的 EPI 計劃：

- 思想或行為出現異常變化
- 孤立離群
- 感到多疑、抑鬱或焦慮

白石、蘭里、三角洲、素里

604.538.4278

本拿比、三聯市、楓樹嶺、二埠

604.777.8386

智利域、阿博斯福、米遜、阿加斯、希望鎮 (Hope)

1.866.870.7847

如果您的英語會話或理解能力不足以讓您解釋清楚您的健康狀況，請用英語說出您的姓名、電話號碼和您所說的語言，我們在找到傳譯員後將立即回電給您。

非辦公時間？請在電話留言。



earlypsychosis.ca