

緊急狀況下的心理衛生和社會心理支持

Mental Health and Psychosocial Support in Emergencies

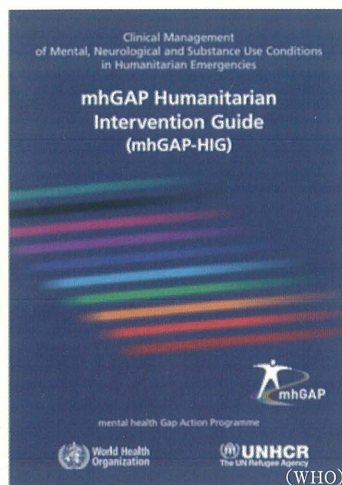
文/醫療部 楊繡瑛 編譯

世界衛生組織在緊急情況下心理衛生和社會心理支持工作的目標族群，是指任何暴露於極端壓力下的人口，例如：難民、境內流離失所者、災難倖存者和恐怖主義、戰爭、種族滅絕有關的暴露人群。

世界衛生組織的心理衛生和物質濫用部門強調，暴露於極端壓力下的人數眾多，而暴露於極端壓力下是造成心理衛生和社會問題的危險因素。該部門在緊急情況下的心理衛生工作主要集中於資源匱乏國家，這裡生活著遭遇天然災害和戰爭的眾多人口。

人道主義緊急情況涵蓋範圍廣泛，同時包含了由武裝衝突和天然與工業災難的人口，受到由天然災害和武裝衝突所引起的人道主義緊急情況的影響，例如：發生在中非共和國、南蘇丹、敘利亞、葉門和尼泊爾的情況。聯合國估計這些人口中的5%~10%會出現諸如憂鬱症等因緊急狀況而起的心理衛生症狀。

心理衛生障礙者很少有機會可以求助於在疾病評估和處理方面接受過訓練的專業醫療衛生工作人員。世界衛生組織和聯合國難民事務高級專員公署(United Nations High Commissioner for Refugees, UNHCR)因而制定了一份《心理衛生差距行動方案人道干預指引》(Mental health Gap Action Programme Humanitarian Intervention Guide, mhGAP-HIG)，因而非專業的醫療衛生工作者能夠更好地辨識、評估和處理心理衛生需求。



這份指引針對心理、神經和物質濫用情形提供實用的第一線處理建議，內容包含用於緊急壓力、哀傷、中重度憂鬱症、創傷後壓力症候群、癲癇和有害使用酒精、藥物的評估和處理模組。

人道主義危機除了帶來一連串的挑战，同時也為醫療健康照護的提供者帶來獨特的機會。這些機會包括增加政治意願和資源去解決和改善心理衛生醫療服務。至於挑戰則包含：

- » 強調優先順序和分配稀少資源的急迫性。
- » 在有限時間內培訓醫療衛生照護的提供者。
- » 為了訓練、監督、指導、轉介或諮詢目的而接觸專家的機會有限。
- » 由於平常的供應鏈被破壞而使得藥品的取得受限。

《心理衛生差距行動方案人道干預指引》也是為了因應這些人道主義緊急情況中的特殊挑戰而發展出來的。

人道主義緊急情況中的心理衛生

大多數的人(成人和孩童)都會經驗哀傷和急性悲傷，但是緊急情況也同樣會引發如憂鬱症、創傷後壓力症候群或延遲性哀傷反應而嚴重損壞個人的日常生活功能。原先就罹患嚴重的精神病、智能不足或癲癇的人更容易受到影響。

這類情況的處理為醫療衛生人員帶來諸多挑戰。在天災中，如近日發生的尼泊爾震災，人民流離失所、房屋設施遭受破壞、醫療藥品供應受限。醫療衛生工作人員為了能在極短的時間內能盡量看診更多的病患而往往面臨人力不足且承受巨大壓力。而只有少數的專業機構會接受轉診。這份新指引將提供醫療衛生響應者著手解決這些需求的能力。

新指引使一般的醫療衛生工作者能提供心理衛生照護

WHO和UNHCR希望所有的人道主義合作夥伴使用這份指引去幫忙減輕有心理衛生需求的成人和兒童所遭受的痛苦，並提升他們因應人道主義緊急情況的能力。

新指引將應用在敘利亞，該國四年的戰爭衝突使得超過760萬人在敘國國內流離失所，另有4百萬人前往鄰國尋求庇護。

世界衛生組織從2012年開始針對敘利亞的非專業醫療衛生人員開始進行培訓，而從那時候起已培訓超過五百位的醫療衛生工作人員。這份新的指引將會幫忙提升和擴大敘利亞境內或其他緊急情況中心理衛生照護的可及性。

心理衛生差距行動方案是世界衛生組織

尋求解決心理、神經和物質濫用人們缺乏照護的規劃，於2010年時出版了《心理衛生差距行動方案人道干預指引》，該項指引是基於證據而發展並在非專業醫療機構被廣泛應用於處理病患上述情形的手冊，尤其是在中低收入國家。新的《心理衛生差距行動方案人道干預指引》是原有指南改編而成的，已經過實際現場試用和檢測，它是專門為參與人道主義緊急情況工作者而撰寫的。

《心理衛生差距行動方案人道干預指引》的內容涵蓋了：

- » 給臨床管理者的忠告。
- » 適用於人道主義緊急情況下的一般原則，包含：
 - ◆ 依據IASC針對緊急情況中心理衛生和心理社會層面提供多領域的支持 (IASC,2007)。針對難民的心理衛生和心理社會支持方案的運作指引 (UNHCR, 2013)，以及其他緊急情況相關的工具。
 - ◆ 運用於評估和處理的簡潔模組：
 - ◆ 急性壓力。
 - ◆ 悲傷。
 - ◆ 中重度抑鬱症。
 - ◆ 創傷後症候群。
 - ◆ 精神病。
 - ◆ 癲癇。
 - ◆ 智力失能。
 - ◆ 酒精和藥物的有害性使用。
 - ◆ 自殺。
 - ◆ 其他有意義的心理衛生抱怨。