

2017 年世界衛生日-「抑鬱症」

目的

本文件旨在介紹衛生署為響應 2017 年世界衛生日而舉行的宣傳及公眾教育運動，並呼籲區議會及各社區夥伴支持本運動。

背景

2. 每年的 4 月 7 日是「世界衛生日」，以慶祝世界衛生組織(世衛)於 1948 年成立的周年紀念日。世衛每年都為世界衛生日選定一個主題，藉以提高國際間對重要公共健康課題的關注，並動員世界各地人士採取行動。2017 年世界衛生日運動的主題是抑鬱症，其目標是在全球促使更多的抑鬱症患者尋求及獲得協助。

3. 抑鬱症是一種疾病，主要特點是持續悲傷，對通常喜歡的活動失去興趣，同時沒有能力從事日常活動，而這些現象持續至少兩周。此外，抑鬱症患者通常還具有以下一些症狀：精力減退、食欲改變、睡眠更多或更少、焦慮、注意力下降、猶豫不決、坐立不安、感到一無是處、內疚或絕望；以及有自殘或自殺的念頭。

4. 抑鬱症影響各年齡及各行各業人士。根據世衛的資料，全球有超過三億人患有抑鬱症，佔全球人口的 4.4%。抑鬱症是世界引致殘疾的首要原因，也是導致全球疾病負擔的重大因素。

抑鬱症在香港

5. 根據一項本地研究，成年人的抑鬱症一周患病率為 2.9%，風險隨年齡增加，當中 66 歲至 75 歲人士的患病率達 4.7%。抑鬱症是引致自殺最常見的疾病之一。於二〇一五年，約有三成自殺個案是 65 歲或以上的長者，而有本地研究顯示，有抑鬱症病徵的長者的自殺死亡風險是沒有抑鬱症病徵的長者的 2.2 倍。

衛生署的宣傳及公眾教育運動

6. 為了響應二零一七年世界衛生日的主題，衛生署於 4 月 7 日聯同各政策局／政府部門及支持機構展開了一項全港性的宣傳及公眾教育運動。是次運動的口號為「抑鬱你我齊面對 同心同行衝過去」。我們希望藉著是次運動實現以下目標：

- 讓公眾更了解抑鬱症，其原因以及可能的後果(包括自殺)，同時了解目前預防和治療的方法；
- 鼓勵抑鬱症患者尋求協助；及
- 讓抑鬱症患者的家人、朋友和同事能夠提供支援。

7. 是次運動將帶出兩個重要信息，並根據「好心情@HK」計劃所倡導的三大元素(SME)，即「與人分享」(Sharing)、「正面思維」(Mind)及「享受生活」(Enjoyment)，提出建議。第一個信息是「抑鬱症是可以治療的」，走向康復的第一步是跟信賴的人說出感受，患者亦應尋求專業協助及持續運動，運動已被證實能有效預防及控制抑鬱症。第二個信息是「當你身邊的人患上抑鬱症，你可以協助他們康復」，在支持抑鬱症患者的同時，你亦應妥善照顧自己。

8. 本署為二零一七年世界衛生日建立了專題網頁(http://www.chp.gov.hk/tc/view_content/47929.html)，該專題網頁提供一系列健康教育資源給市民。本署更特別推介兩套短片：

- 一套由「好心情@HK」計劃宣傳大使鄭秀文小姐拍攝的宣傳短片 - 鄭秀文小姐在短片中呼籲大家要正面面對抑鬱症
- 一套名為“齊來認識抑鬱症”的動態短片 - 這套短片讓大家認識懷疑患上抑鬱症或身邊的人有抑鬱症時的處理方法

這兩套短片已上載本署衛生防護中心的 YouTube 頻道(<https://www.youtube.com/c/ChpGovHkChannel>)。

社區推廣活動建議

9. 單靠政府的力量並不足以應付抑鬱症。社會各界必須攜手合作，並需要各層面包括個人、家庭、機構以致整個社區的共同參與。

10. 本運動的成功有賴區議會及社區團體的積極支持。機構可以舉辦有關抑鬱症的活動，例如健康講座、展覽、各類遊戲、問答比賽、健康節及「認識抑鬱症日」等，鼓勵更多的抑鬱症患者尋求並獲得協助。

11. 歡迎區議會及社區團體運用上文第 8 段提及於世界衛生日專題網頁內的各項教育資源，亦可向本署提供所舉辦活動的有關資訊以上載於專題網頁內。

徵詢意見

12. 請議員閱悉本文件的內容，並支持本署為響應 2017 年世界衛生日舉行的宣傳及公眾教育運動。

衛生署
2017 年 4 月