

为精神病患筹款并挑战自我 七国大生将赴印尼爬10火山

国大杨潞龄医学院的七名学生将到印度尼西亚，挑战以10天登爬10座海拔3000多米的火山，希望加深公众对精神病的认识，并为心理卫生协会筹得2万5000元。

■ 苏德铭 tohtm@sph.com.sg

每逢周末起早摸黑，赶在早上7时许到武吉知马自然保护区或其他地点训练体能至少两个小时，七名新加坡国立大学杨潞龄医学院的学生不只是为了强身健体，而是要为接下来更艰巨的公益登山任务做准备。

这组学生参与的登山任务是

由他们学长发起的“精神挑战”(Mental Muscle)计划下的其中一项活动，旨在加深公众对精神病的认识，进而更体谅精神病患，同时也为新加坡心理卫生协会(简称SAMH)筹款。

这七名医学院学生将在今年5月至6月间到印度尼西亚，以10天的时间登爬10座海拔3000多米的火山，希望以此挑战打动

人心筹集善款，为心理卫生协会筹得2万5000元。

从去年10月开始，他们每个周末其中一天都会聚集，进行爬梯级、跑步和攀爬等综合性的训练，为登山做足准备。

今年念大三的黄钟政(21岁)受访时指出，学长们于2015年发起“精神挑战”计划时，是想通过挑战体能的活动来唤起公众对精神病的关怀，该计划的名称也由此而生。

“艰巨的体能挑战正好能象征精神病患在生活中所面对的困

难，由于许多人对精神病的误解与歧视，他们在生活中也需要极大的毅力。”

2015年，黄钟政的四名学长到非洲南部的沙漠跑步250公里，筹得6万元。隔年，另六名学长到尼泊尔山间远足200公里，筹了5万元。

黄钟政说，今年的团队不只比上两届人数稍多，还首次有女生参加。“计划发起两次挑战活动后相信达到了一定的宣传效果，吸引更多学生参加，为精神病患尽一分力。”

他也透露，今年除了有“台前出力”的登山团队，也有另九名学生自愿在幕后协助宣传等方面的工作，进一步扩大“精神挑战”计划的影响力。

该宣传团队已针对在精神病治疗中心的医护人员进行一系列访问，让他们分享与精神病患的交流与接触，也谈所面对的困难以及公众对他们的误解。有关文章将通过社交媒体与公众分享。

黄钟政也忆述，曾在社区帮忙居民进行健康检查时碰到一名患精神分裂症的病患，他因为不得人谅解40年来一直无法向人倾诉，也担心被发现患病，生活非常痛苦。黄钟政因此更下定决心帮助精神病患。

“虽然校园生活忙碌，为登山训练和安排及参加各种活动需要投入一点时间，但如果能让公众更谅解精神病患，这一切都是值得的。”



新加坡国立大学杨潞龄医学院的七名学生每个周末都抽空锻炼体能，准备到印度尼西亚登10座火山，为新加坡心理卫生协会筹款。(朱睿彬摄)