

心理卫生学院研究： 孩子若患抑郁或焦虑 家长更可能有相同问题

研究对象是 44 名患病孩童的 58 名家长，其中 19 人是父亲，其余是母亲。研究结果显示，38.5% 的母亲和 10.5% 的父亲一生中曾患重郁症、强迫症或焦虑症等心理疾病，家长患病比率比全国平均高。

■ 叶伟强 yapwq@sph.com.sg

研究显示，本地家长的孩子若患抑郁症或焦虑症，他们比其他家长更可能有相同的心理问题。专家因此建议为这群父母进行例行检查，避免他们患了病却没接受治疗。

研究对象是 44 名患病孩童的 58 名家长，其中 19 人是父亲，其余是母亲。研究结果显示，38.5% 的母亲和 10.5% 的父亲一生中曾患重郁症、强迫症或焦虑症等心理疾病，家长患病比率比全国平均高。

心理卫生学院 2016 年的调查数据显示，每七名国人当中，就有一人在一生中曾患上重郁症或强迫症等六种不同的心理疾病，相当于 14% 国人面对这些问题。

负责这项研究的，主要是杜克—新加坡国立大学医学院助理教授宋莎朗 (Sharon Cohan Sung) 博士。

她参与撰写的研究报告提

到，英国有一个类似的研究发现，57% 的母亲和 33% 的父亲一生中曾患上重郁症，而 68% 的母亲和 45% 的父亲一生中曾患焦虑症。

宋莎朗受访时说，两国的研究方式其实稍微有别，不能直接进行比较，但既然我国的研究显示家长患病率比全国平均高，本地医疗人员在为孩童看诊时，可考虑也顺道问家长一些例行问题，以便能及早测出哪些家长也需要援助和扶持。

“好消息是，目前针对情绪失调和焦虑症等的疗法非常有效。如果我们能判断哪些家长需要帮助，我们就可以为他们带来显著改善情况的希望。”

数个国立健保集团综合诊所提供心理健康服务

也在心理卫生学院和竹脚妇幼医院担任资深临床心理学家的宋莎朗说，心理卫生学院目前已有这方面的安排，建议某些家长做一些心理健康检查。

这些家长可选择到心理卫生学院，或到数个提供心理健康服务的国立健保集团综合诊所求助。这些综合诊所位于宏茂桥、后港、大巴窑、兀兰和义顺。

宋莎朗也指出，患病家长应该向医疗人员求助并接受治疗，除了因为这对他们的健康有益，国外研究也显示，家长开始治疗情绪失调症后，孩子的情况也会跟着改善，因为情绪失调会影响家长和孩子的相处。家长若接受了治疗，就能更好地照料孩子，这对家长、孩子乃至社会都有益。

这份研究报告今年 2 月刊登在《新加坡医学专科学院学刊》。研究团队成员包括来自美国佛蒙特大学和新加坡科技研究局属下新加坡临床科学研究院的研究员。

好消息是，目前针对情绪失调和焦虑症等的疗法非常有效。如果我们能判断哪些家长需要帮助，我们就可以为他们带来显著改善情况的希望。

——心理卫生学院
和竹脚妇幼医院
资深临床心理学家宋莎朗