

## 本地研究： 三分之一成人 因疫情感焦虑

王熾婷 报道  
gladysyt@sph.com.sg

本地研究员分析针对近29万人进行的68项调查后发现，每三名成年人当中，就有一人因冠病疫情而压抑和焦虑，年轻人、女性和社会经济地位较低者尤其如此。

疫情蔓延，严重危害公共健康，全球各地实施的各种介入措施，例如封城、隔离以及安全距离措施，也对人类的心理健康造成影响，加重焦虑、抑郁、创伤后压力心理障碍症与失眠等心理疾病。不过，成年人更易受疫情影响心理健康的因素，至今还鲜为人知。

杜克—新加坡国立大学医学院研究员分析19个国家在疫情期间收集到的调查数据，结果发现女性、年轻人、社会经济地位较低、居住在乡郊地区、学历和收入较低、无业以及染上冠病风险较高的人，更有可能感受到疫情所造成的心理压力。

领导研究团队的杜克—国大医学院医疗卫生保健系统与服务研究教授佳珫（Tazeen Hasan Jafar）解释，疫情持续演变，了解这些风险因素对于策划预防活动，以及分配资源至关重要。

“这些因素可用来识别哪些群组遭遇心理痛苦的风险更大，向他们提供针对性远程和面对面的介入方案。”

这项分析结果显示女性比男性更有可能面临精神压力，说明焦虑和抑郁症在女性当中更常见。研究员认为，一些国家女性的社会地位相对更低，她们获得医疗保健的机会也较少，这很可能是女性心理压力被放大的潜在原因，精神健康服务的推广活动因此更应针对女性。

不过，家庭和社会的大力支持可降低产生心理压力的风险。佳珫说：“公众和医疗人员应当意识到疫情带来极大的心理负担，不仅有必要透过教育正面应对疫情，也要鼓励病患寻求援助，并且在获得适当转介后，寻求心理健康辅导服务。”

杜克—国大医学院研究高级副院长凯西（Patrick Casey）则说：“即使在疫苗方面已取得巨大成就，但世界也已意识到，冠病将长期伴随我们。”