

## 附件8.2 精神疾病知多啲影片文字版

精神疾病是一種腦部功能不穩定的疾病，所牽涉的器官是腦部。當人患上精神疾病時，他們大腦的某部分受損，可能出現各種病徵。他們的認知功能、思想、情緒、感知、行為及生理功能可能出現異常，並會影響一個人在生活上各方面，包括學習或工作和社交的表現。

事實上，精神疾病比很多人估計的更為普遍，每一個人都有機會患上精神疾病。除了成年人外，精神疾病也可以在兒童及青少年不同階段出現。在兒童及青少年階段中，較常見的精神疾病種類包括：焦慮症、抑鬱症和強迫症。兒童及青少年患有焦慮症並非罕見，大約一百個兒童或青少年中，就會有三至四個案例。雖然抑鬱症在兒童階段比較少見，但在青少年階段，即中學時期，便漸漸增加，而且一般女性比男性多。另外，亦有較嚴重的精神病，一般會在青少年後期至成年人階段出現，例如：思覺失調、躁鬱症等。

至於甚麼因素會導致患上精神疾病呢？和大部分其他器官的疾病一樣，精神疾病是由外在及內在的因素一起造成的。「內在因素」主要是與生理及心理有關的。生理因素包括遺傳、長期病患、腦部感染或受創，以及酒精或藥物影響等。心理因素是指個人的性格特質或思維模式等，例如：個性敏感、看待自己和周遭世界的方式有偏差、解難能力較弱等。而「外在因素」主要來自生活壓力、重大轉變或創傷經歷等，例如：朋輩欺凌、家庭不和、學業負擔。精神壓力會引致體內產生過量的「壓力荷爾蒙」，從而損害腦部。

內在和外在因素是互相影響的。若一個人的腦部先天上，基於遺傳因素在生理功能上較脆弱，而當生活上面對外來壓力，又未能得到適切支援的話，他的腦部到了不能再承受的程度時，就容易觸發精神疾病。