

如何協助精神病友重返社區

◎秀傳紀念醫院 精神科主治醫師 王文隆

自一九五〇年代起開始有人倡導精神醫療環境的改革，讓精神病友朝回歸社區的理想前進。基於這種理念，美國亦在一九六三年頒佈心理衛生中心法，實施脫機構化的方案。其主要的工作內容，乃建立各社區心理衛生中心，來照顧自精神醫院或綜合醫院出院的精神病患並且追蹤治療，希望他們能回歸社區內過正常人的生活，以避免因長時間住院而造成慢性退化致日後更難復歸社會去生活；此外，可以降低病患住院天數及佔床率而降低醫療費用。爾後，其他國家亦朝此目標規劃前進。但是，若無完善的配套措施，此份理想恐不易達成。除了病患無法適應社會生活外，病患也可能會成為家屬的負擔或被社區居民所排斥而形成更複雜的家庭及社會問題；而當病人經三番兩次地再被送回醫院去以後，住院期可能會愈來愈長，預後也變得更差，而導致必須長期住院因而終究難以落實其理想。儘管如此，推展社區化的精神復健仍是未來的必然趨勢。然而如何協助精神病友重返社區便是當前社區精神醫學最重要的挑戰。衡諸我國精神衛生工作之發展，不僅較其他先進國家起步晚，並且在財源、土地、人力資源條件上更為不足，因而精神復健工作將更為艱辛。在此提供幾點意見以因應當前環境的需要：

- 一、去污名化。宣導精神病與其他病一樣，需要大家的關心及積極治療，毋需覺得羞恥，因而提高病患就醫意願。事實上，沒有積極復健的結果，反而會耗費更多直接及間接的社會成本。
- 二、直接由醫院來辦社區復健中心。大小醫

院皆可承辦綜合性精神醫療業務，毋需再成立各社區之心理衛生中心，並藉以提高病患就醫治療及復健的便利性。

三、由醫院提供更多、更完整之多元教育及就業機會。首先，醫院不應是慢性收容單位，而是治療及復健單位；因此，必須調整慢性病房住院天數規定，而改由日間病房或居家治療來積極復健照護。此外，要多增加日間病房的功能，提供多元化的教育課程及職業訓練，並協助病友找尋院內及院外的就業機會。讓病患覺得上醫院就像上學、上班一樣，既不像病人，也不會跟社會脫節。不願來醫院的病友，可透過居家訪視或電話訪問來追蹤個案情形；假若其病情出現不穩定時，醫院可迅速協助家屬，讓個案儘早返院就醫。

四、政府應設置相對之醫院衛星工廠、庇護性工廠、希望工廠等，協助解決病患之就業問題。

未來，期待社會各界能更關懷及協助精神病友回到社區過正常的生活，重新找回尊嚴、找回希望、找回信心，不再淪於弱勢的一群或成為社會的負擔，而能早日落實社區精神醫學理想的目標。

