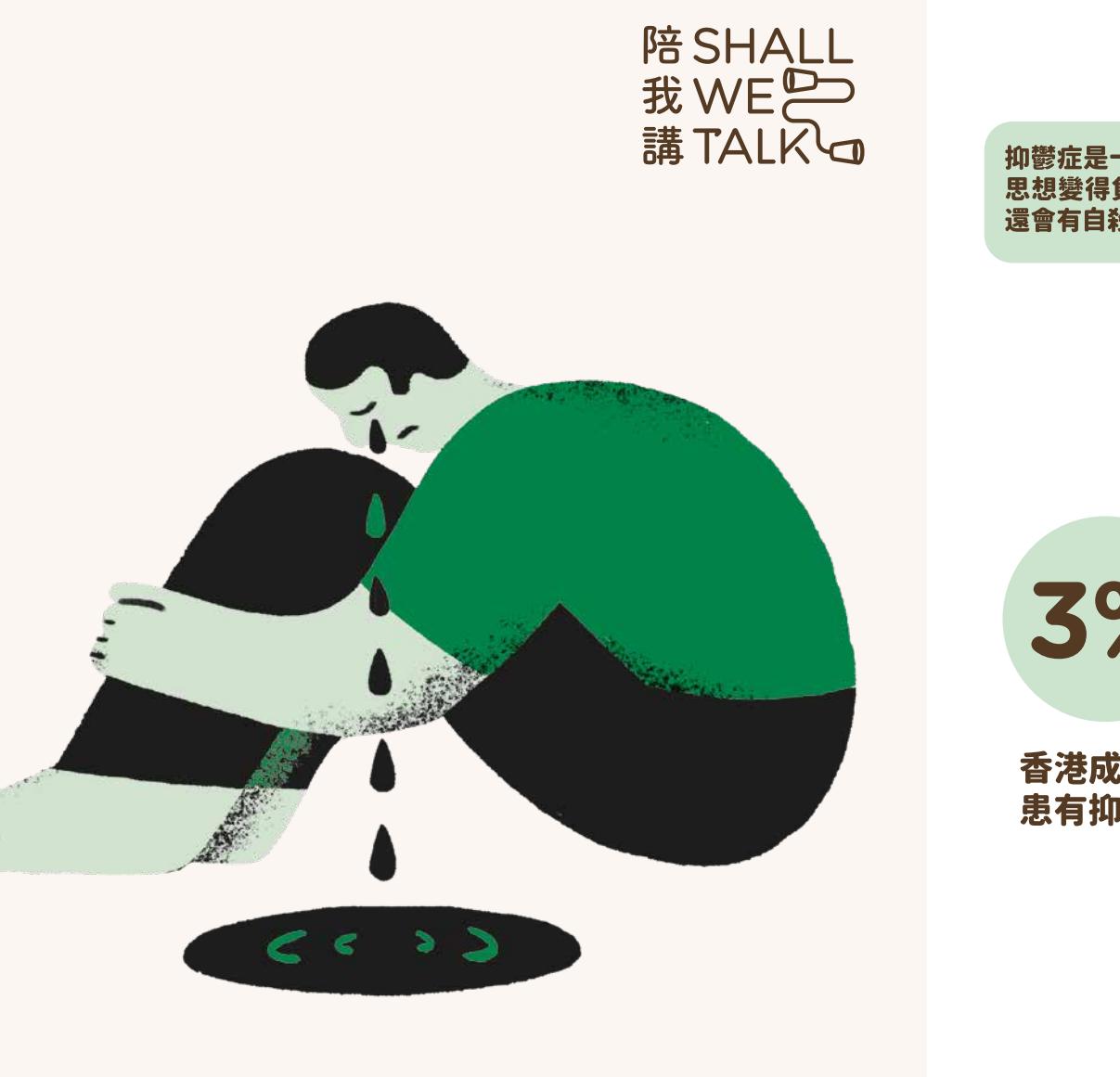


不止傷心那麼簡單！  
認識抑鬱症



抑鬱症是甚麼？

SHALL  
WE  
TALK

抑鬱症是一種常見的情緒病，特徵包括情緒持續低落，對事物失去興趣或動力，思想變得負面等。這些徵狀會擾亂患者的生活，例如工作和社交活動，嚴重時還會有自殺風險。

抑鬱症有多普遍？

女性佔 3.5%

男性佔 2.2%

香港成年人患有抑鬱症

受抑鬱症困擾的機會隨著年齡增加

若同時有多種徵狀，感覺日常生活或工作、學習受到影響，並持續超過兩個星期，請及早尋求醫生或臨床心理學家的專業評估，並視乎需要接受適切的治療，以盡早改善情況，防止惡化。

抑鬱症是可以醫治的。如果你懷疑自己患上抑鬱症，便應尋求協助。

認識抑鬱症

2020年製作



抑鬱症有甚麼徵狀？

抑鬱的主要徵狀：

情緒  
• 持續的情緒低落

生理  
• 經常感到疲倦

思想  
• 認為自己十分無用，感到絕望

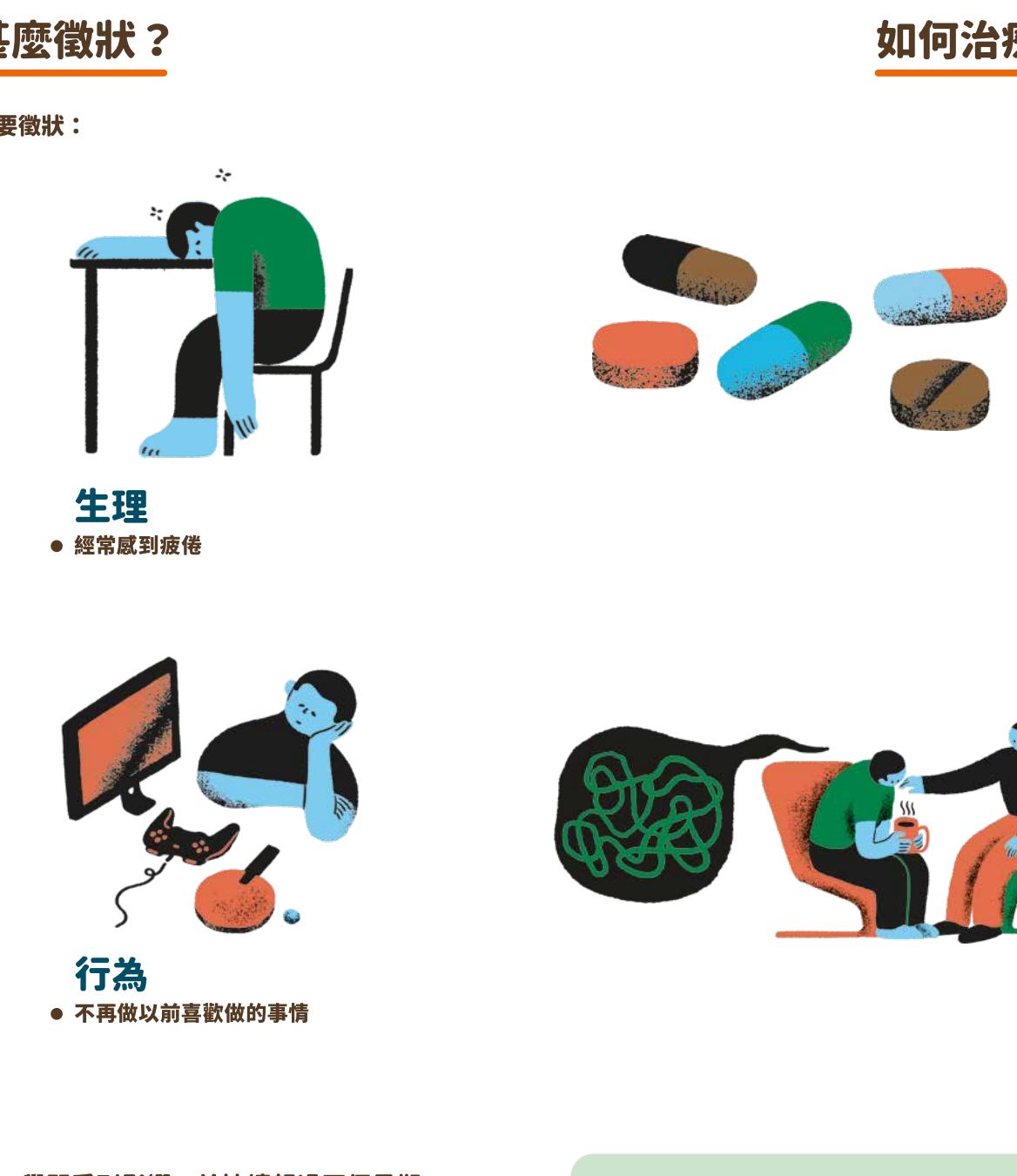
行為  
• 不再做以前喜歡做的事情

若同時有多種徵狀，感覺日常生活或工作、學習受到影響，並持續超過兩個星期，請及早尋求醫生或臨床心理學家的專業評估，並視乎需要接受適切的治療，以盡早改善情況，防止惡化。

抑鬱症是可以醫治的。如果你懷疑自己患上抑鬱症，便應尋求協助。

認識抑鬱症

2020年製作



如何治療？

A 藥物治療

抗抑鬱藥透過調節腦內影響情緒的神經傳遞物質，包括「血清素」及「去甲腎上腺素」的活動失調，以改善抑鬱的情緒，並有效預防抑鬱症復發。

包容患者的徵狀

鼓勵患者參與社交活動

多聆聽支持患者

留意患者病情變化

欲了解更多有關資訊：

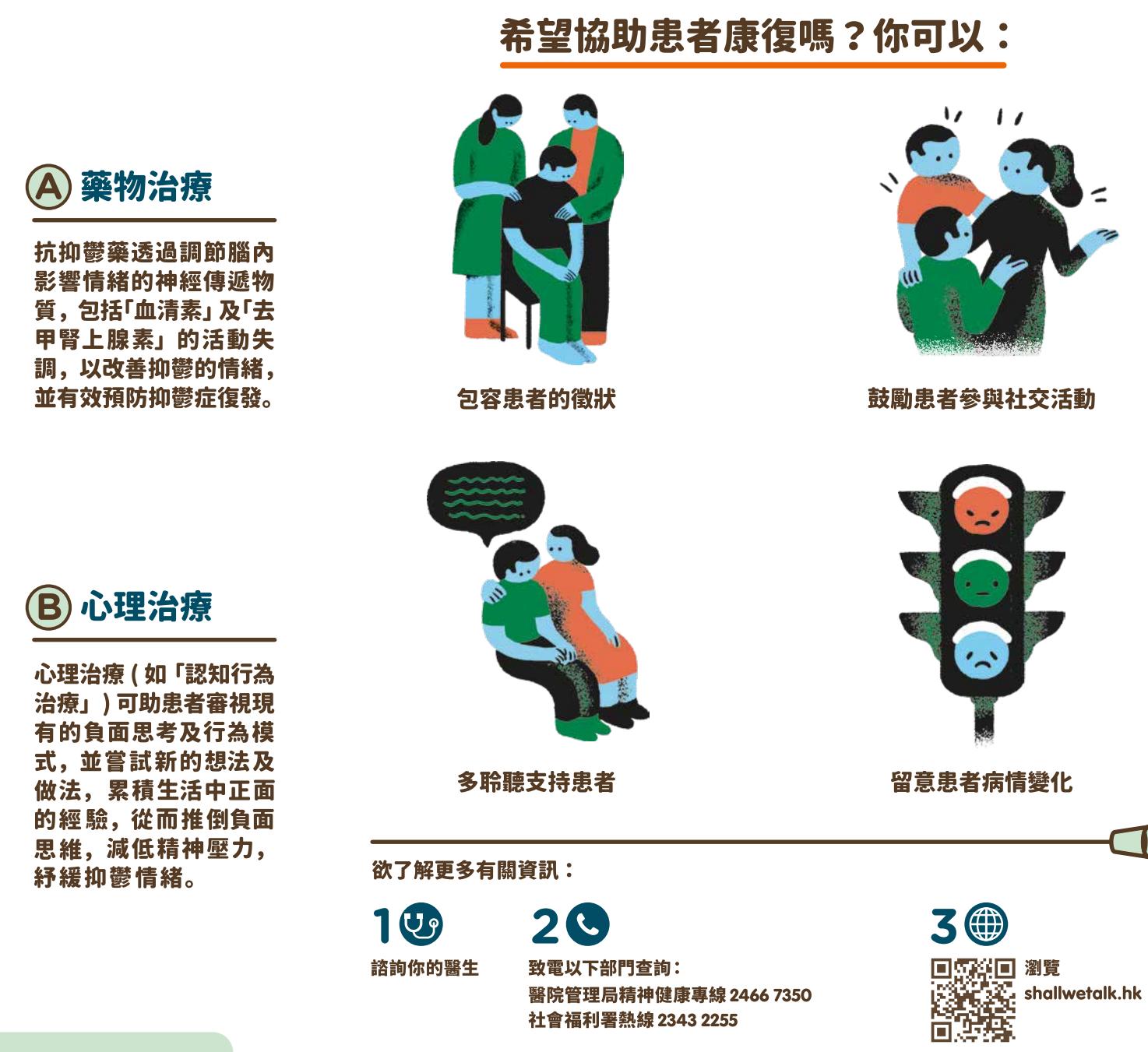
1 諮詢你的醫生

2 數電以下部門查詢：  
醫院管理局精神健康專線 2466 7350  
社會福利署熱線 2343 2255

3 認識抑鬱症

精神健康諮詢委員會  
Advisory Committee on Mental Health

衛生署  
Department of Health



希望協助患者康復嗎？你可以：

A 藥物治療

抗抑鬱藥透過調節腦內影響情緒的神經傳遞物質，包括「血清素」及「去甲腎上腺素」的活動失調，以改善抑鬱的情緒，並有效預防抑鬱症復發。

包容患者的徵狀

鼓勵患者參與社交活動

多聆聽支持患者

留意患者病情變化

欲了解更多有關資訊：

1 諮詢你的醫生

2 數電以下部門查詢：  
醫院管理局精神健康專線 2466 7350  
社會福利署熱線 2343 2255

3 認識抑鬱症

精神健康諮詢委員會  
Advisory Committee on Mental Health

衛生署  
Department of Health

2020年製作