

# 相关服务需求日益增加

## 更多全科医生报读心理健康毕业文凭课程

近年来社会对心理健康重要的意识不断推高，医疗专业人员对掌握更多心理健康知识和培训兴趣也越来越大。过去12年，共有231名全科医生完成课程。数据显示，过去三年报读的学员中，以30多岁居多，共有41人，占总数近六成。

傅丽云 报道  
pohlh@sph.com.sg

心理健康服务需求不断增加，越来越多全科医生，尤其是年轻医生意识到及早诊断心理健康问题，并给予适当治疗或推荐给专科医生的重要，因此自愿进修相关课程。

这些医生报读的是心理卫生学院的心理健康毕业文凭（Graduate Diploma in Mental Health）课程。课程项目主任兼心理卫生学院紧急与危机护理部门精神科高级顾问医生巴努古普塔（Bhanu Gupta）告诉《联合早

报》，过去12年，共有231名全科医生完成课程，学员介于20多岁到50多岁。

自2010年开办的课程为期一年，从每年9月到隔年10月，因冠病疫情停办一年，目前在招募第14届学员。根据心理卫生学院提供的数据，从第九届至第13届，每届学员约有23人，比第四届至第八届的每届约15人多。

针对增长趋势，巴努认为，这与近年来社会对心理健康重要的意识不断推高，以及医疗专业人员对掌握更多心理健康的知识和培训的兴趣越来越大有关。

过去三年，他也看到不少年轻医生对课程感兴趣而决定报读。数据显示，第11至第13届的71名学员中，以30多岁居多，共有41人，占将近六成（58%），其次是20多岁学员，共12人（17%），40多岁和50多岁者分别为13人和5人。

### 管理精神病患信心指数 从课前34%增至课后94%

第12届学员刚于去年10月完成课程，其中20人参与课程反馈调查。调查显示，约49%表示在上课前有信心诊断精神疾病，完成课程后，这个比率增至100%。

另外，20人认为更有信心管理精神病患，上课前后的信心指数从平均34%增至94%。

巴努说，社会对心理健康问题的重视日益增加，人们对及早诊断和治疗的重要也有更深入了

解，尤其是在疫情后，心理健康服务的需求进一步增加。

这门课程旨在赋予前线全科医生所需技能，能针对常见的心理健康状况尽早作出适当干预，并识别须由专家介入的病例。

课程分六个单元，涵盖识别和诊断常见的精神疾病、儿童和青少年心理健康、老年心理学和成瘾、不同疗法的原则、不同心理健康障碍的评估法，以及管理和开基本精神科药方。

### 心理健康问题 被列为国家重要议程

国会今年2月通过推进心理健康动议，把心理健康问题列为国家重要议程，并制定全国措施，为更多有需要的人提供援助，关键措施包括在所有综合诊所和900多家全科诊所推出心理健康服



巴努古普塔医生：过去三年，不少年轻医生对心理健康毕业文凭课程感兴趣，决定报读。

（心理卫生学院提供）

务，在公共医疗领域增加三四成的精神科医生和心理学家等。

巴努相信，在满足社区心理健康状况管理的需求方面，像心理健康毕业文凭课程的项目将发挥至关

### 线上线下双渠道 帮助有需要者

巴努医生建议有心理健康问题的人，可拨打心理健康热线或联系家庭服务中心。若需医疗建议，可到邻里诊所或综合诊所，由全科医生进行初步评估，看是否需要治疗，或推荐给重组医院（包括心理卫生学院）的专科医生。

- 新加坡心理卫生协会：1800-283-7019
- 银丝带机构：6386-1928
- 心理卫生学院：6389-2222

重要作用，“我们正与各方合作，更广泛地宣传课程和接触医生”。

他说，过去五年，全科医生共推荐878起个案给心理卫生学院，每年约176起。

## 提升全科医生能力 处理病人复杂心理问题

两名完成心理健康毕业文凭课程的医生认为，课程内容不仅提升他们的专业能力，也让他们更有信心处理有复杂心理健康问题的患者。

牛车水全科医疗诊所（Family Medicine Clinic Chinatown）医生姚承勋（44岁）说，课程内容涵盖本科和研究生学习没涉及的内容，例如上瘾和人格障碍等广泛主题，还包括一些心理治疗形式的培训。

他希望通过课程加深对各种精神疾病的知识，提高治疗精神疾病患者的专业技能。“总的来说，课程帮助我们掌握更好的技能，让我们更有信心去处理较复杂的心理健康问题。”

Meenara诊所的医生伊莉雅纳齐（Eliyanachii Narasinghan）向来对心理健康课题感兴趣，报读课程主要是为了更新知识，为患者提供更好的护理，同时更了解

本地心理健康服务的结构。

完成课程后，她觉得很受用，因为课程涵盖不同心理健康方面的讲座和临床实习，还包括由各个专门领域的精神科医生及其他医疗保健专业人员，比如心理学家、社工和辅导员主持的研讨会和讲座，“一起上课的同行非常友好和开放，使学习变得有趣”。

姚承勋说，多数病人多年来与他建立了良好关系，更愿意向他倾诉较敏感的心理问题。

他观察到，过去几年，有心理健康问题的患者呈增加趋势，“我每周至少看三四名患某种心理健康问题的病人者，最常见的情况是抑郁和焦虑，通常伴随着失眠”。

伊莉雅纳齐每周看两三名有心理健康问题的患者，他们常见的问题包括因工作、照顾他人，或是工作与生活失衡引起的焦



姚承勋观察到，过去几年，有心理健康问题的患者呈增加趋势。

（心理卫生学院提供）

虑、抑郁和与压力相关的问题。

“有时患者因其他问题就诊，进一步交流后才透露他们的心理和情绪困扰。”

伊莉雅纳齐每年推荐五到10名病人给精神科医生，姚承勋则约两三名。

他们指出，患者需精神科医生的可能原因包括：对全科医生提供的治疗毫无反应、同时患多种复杂的心理健康问题、对自己或他人构成风险，以及病况需药物治疗和跨学科团队的支持。