

疫情後遺症 美國青少年心理健康亮紅燈

駐紐約辦事處教育組

美國各大城市疫情雖然好轉，但疫情帶來的後遺症也逐漸顯露，兒童與青少年雖然感染比率較低，但因學校停課、保持社交距離等防疫措施，讓他們不同程度出現被社會孤立、課外活動缺乏等問題；紐約史泰登島利士滿大學醫學中心(RUMC)指出，當地8歲至18歲青少年心理健康已亮起紅燈。

紐約史泰登島利士滿大學醫學中心行為健康服務助理副總裁皮德洛(Joanne Pietro)表示，疫情後需要心理治療的兒童從數量、病情嚴重程度都出現明顯上升，尤其是8歲到18歲的青少年自殺率增加了28%，而且轉院至該醫院的大部分為新患者。

根據該醫院統計，疫情期間出現自殺或者自殘的青少年增加了20%，有殺人或傷害他人想法的青少年增長了10%，需要服心理治療藥物的青少年也成倍增長；該醫院的幼兒心理健康總監庫柏(Jane Cooper)表示，青少年通常需要確保穩定的生活結構來維持心理健康，當這種結構被疫情破壞，且需適應新的環境結構，例如保持疏遠社交距離等，就會容易出現焦慮、強迫甚至攻擊行為。

專家強調該問題並非紐約史泰登島獨有，而是普遍出現，不久前科羅拉多州也因為當地兒童醫院對於心理健康需求增加了90%，而宣布進入緊急狀態；令人擔憂的是，當地每周都出現三到四例自殺以及自殺未遂案件。

皮德洛表示，家長及時意識到兒童與青少年精神疾病症狀，以及尋求治療尤為重要，呼籲家長在日常照顧孩子生活中，如果發現孩子的行為模式和睡眠出現變化，要予以重視，積極與孩子保持溝通與交流，並定期評估孩子的狀態；多詢問孩子情緒是否出現悲傷、焦慮或憤怒，如果問題沒有好轉或難以解決，應該及時尋求專業醫療幫助。

撰稿人/譯稿人：駐紐約辦事處教育組

資料來源：世界日報 2021年6月2日報導

<https://www.worldjournal.com/wj/story/121382/5502734>