

抗疫醫師自殺... 醫護心理健康現警訊

記者鄭敖天 / 洛杉磯報導 2020年05月04日 06:09



數日前，在紐約市曼哈頓醫院急診室主持抗疫工作的羅娜·布里恩醫師（Dr. Lorna M. Breen）自殺的消息，震驚了全社會。她的父親表示，女兒是因為在抗疫第一線長期工作，直接面新冠疫情造成的種種悲劇，導致精神上不堪重負，最終自殺了卻痛苦。這一悲劇事件也引起了大眾對抗疫人員心理健康的關注。KACIE策略諮詢公司舉行線上圓桌會議，邀請專家共同探討疫情下抗疫人員的心理健康問題。

曾任洛縣警局長的麥唐諾（Jim McDonnell）在會上表示，相比於可以選擇居家避疫的普通市民，第一線抗疫人員，包括警察、醫療人員和消防員，於職業責任必須堅持在最前線工作，這種捨我其誰的職業責任感，除了為抗疫人員帶來榮耀感之外，也為他們帶來巨大心理壓力。

麥唐諾說，對於警員和消防員來講，他們的職業訓練都是面對火情與犯罪這種「看得見的敵人」；但當面對新冠疫情這種「看不見的敵人」時，一種無從下手的無力感就會出現。同時，由於第一線抗疫人員尤其是醫護人員，經常面對新冠疫情帶來的生離死別。這也容易讓他們產生挫敗感，最終在他們的心裡上留下「精神傷疤」。如果此類精神問題不能得到適當的治療，對抗疫人員的心裡健康將會造成極大影響。

心理學家傅美蓁 (Michi Fu) 博士也表示，多數抗疫人員都是抱著拯救所有患者的心願投入，然而第一線工作的殘酷性，往往會使許多抗疫人員產生理想上的幻滅感和負罪感。與此同時，管理層的水平以及防疫資源的分配，也會影響抗疫人員心理健康。她曾經為許多抗疫人員提供心理治療，其中就有不少人因為管理層未能及時分配足夠的個人防護器具而感到憤怒和不安，最終嚴重影響到了他們的日常生活。

對此傅美蓁建議，當面臨物資短缺或管理層決策不當時，一線抗疫人員應該積極與管理層進行溝通，或向更高一層的監察單位或工會匯報，而不是默默的承受這些問題帶來的精神壓力。

傅美蓁還說，除了在抗疫前線遭受精神壓力，家庭壓力也是影響抗疫人員精神健康的主要因素。肢體上的接觸一直以來都是人類交流的重要方式，但在疫情期間有「保持社交距離」要求，導致許多人類習以為常的肢體交流方式瞬間成為了禁區。這對需要長期在高風險環境下工作的抗疫人員影響尤為嚴重。她曾觀察到許多醫護人員，因為工作原因而無法與自己的子女親密接觸，導致尚不懂事的子女產生誤解，從而讓親子關係出現裂痕。這樣的家庭壓力對於抗疫人員是雪上加霜。

麥唐諾也表示，多數抗疫人員都是在知曉疫情危險性情況下，主動參與一線工作。但相比自身的安危，他們會更擔心自己家人的安全，是否會因自己的工作而受到影響。許多抗疫人員需要面對工作責任和家庭責任之間的衝突。有許多抗疫人員因懼怕將病毒傳染給家人，便決定在疫情期間減少回家次數。也有一些抗疫人員的家人和長者因懼怕感染病毒而另遷外地，留下抗疫人員孤軍奮戰。這些情況都容易對抗疫人員心理健康造成嚴重影響。

傅美蓁建議抗疫人員，如果發現面臨心理不適，除通過與家人親友保持聯繫進行排

解，也可聯繫疫情期間各醫院或政府提供的心理治療平台。