

青少年自殺的臨床與研究

馬偕紀念醫院精神科暨自殺防治中心 劉惠青 醫師

本院自去年在董事會、院長及副院長的支持下，成立自殺防治中心，短短不到一年間，各項事工，包括個案管理模式、平安診的設立、自殺遺族的關懷團體等，已成為國內各醫院的模範。主任劉珣瑛醫師有鑑於自殺防治已成為 21 世紀世界衛生工作重點之一，從了解自殺成因，到發展有效防治策略，必然將是未來國內與國際的重要公共衛生的發展方向，不斷鼓勵科內年輕醫師投入自殺防治相關工作與研究。近年來，青少年的自殺率在國內外都有上升的趨勢，自殺死亡更居於15-19 歲青少年死亡原因第二位，其重要性不容忽視。臨床上，我們確實也注意到青少年自殺行為有越來越多的情形，特別是在無法忍受的壓力情境下，有衝動性的服藥過量以及割腕等情形。任何一次的自殺企圖或行為都可視為自殺者向外界求助的訊號，親人及社會應該加以重視，否則隨之而來的可能是更致命的危機。

馬偕紀念醫院自殺防治中心
Suicide Prevention Center, Mackay Memorial Hospital

根據世界衛生組織發布針對校園之自殺防治資源手冊，兒童青少年之自殺行為相關之危險因素包括：

- 1.家庭型態因素：例如父母親失業、低社經階層、家庭功能失調等。
- 2.精神疾病，包括憂鬱症、焦慮症、飲食障礙、物質濫用等。
- 3.認知型態及性格因素，包括情緒不穩定之性格、衝動性格、僵化性格傾向等。
- 4.負面生活事件，例如曾遭逢家庭暴力事件、與重要親友分離、重要親友過世、

人際關係衝突、情感挫折、罹患嚴重之身體疾病等。

自殺死亡的青少年，多數在事前都有跡可尋。所以若要有效防治青少年自殺，重點在於結合社會支持網絡，增加學校老師、同學及家長對此問題的認知，特別是高危險族群的辨認，以做到早期發現，早期介入輔導，必要時應轉介兒童青少年精神科醫師或心理師進行完整的評估與治療。臨床處置包括與青少年建立信任感的關係，一起發現問題並討論解決問題的方法，讓他們相信不管遇到任何危機醫療團隊都能提供支持與協助，還有最重要的是，積極治療其精神疾病。

雖然目前對於青少年自殺相關的危險因素已有很好的瞭解，但對如何預防自殺行為發生的保護因素的探討仍需更多的研究來驗證。另外，如何以更多大規模的研究，針對這些有自殺行為的青少年進行特別的介入治療模式，來找到更有效的治療方法，也是未來應該努力的方向。為了使我們的臨床服務更有根基、更有果效，馬偕自殺防治中心將繼續以前瞻性的腳步，往研究的路邁進，希望將來我們中心不只是自殺防治中心，也能成為台灣的自殺研究中心。

我看見他所行的道、也要醫治他，又要引導他、
使他和那一同傷心的人、再得安慰。
(以賽亞書 五十七：18)

I have seen his ways, and will heal him: I will lead him also,
and restore comforts unto him and to his mourners.
(Isaiah 57 : 18) _