

心理社會治療

Psychosocial Treatments

心理社會治療包括教育、壓力管理、支持性輔導及無數其他介入診治。

這些治療有助加快康復程序，提升你和家人的生活質素。

個案管理 Case Management

心理社會治療的核心人物是個案經理 - 即 EPI 臨床治療師。他會為你和家人提供多項心理社會治療。

EPI 臨床治療師的職責是 -

- 提供情緒支援
- 幫助你對精神病及其治療加深了解
- 進行全面評估，以確定你的獨特需要
- 在日常生活中提供實際協助（助你重新訂立例行程序，制訂重返工作崗位或學校的計劃，尋找合適住所，獲取財政援助等）
- 提供一系列心理社會治療，包括壓力管理和預防舊病復發
- 有需要時為其他問題提供治療

- 有需要時把個案轉介往其他服務機構或社區計劃
- 定期進行評估，確保治療如預期般取得進展
- 統籌對你的護理工作，確保你獲得你所需的一切協助

教育 Education

你和家人將獲得有關精神病、治療及促進康復各項因素的教育。

接受有關精神病的教育十分重要，這有助了解自己所經歷的精神病，使自己成為所建議治療方法的有見識用家。

大部分教育工作由 EPI 臨床治療師進行，EPI 計劃每年亦舉行幾次小組教育活動，你和家人會獲邀參加。

壓力管理 Stress Management

能夠妥善處理壓力，不但可控制情感苦惱，亦有助防止精神病復發。

管理壓力有多種方法 - 包括採用鬆弛法、應付策略和

解決難題技巧。EPI 臨床治療師會與你討論不同的管理壓力方法。

防止舊病復發 Relapse Prevention

為你提供的多項治療均有助防止精神病復發。按醫生處方服藥、接受有關教育及學習如何管理壓力，均有助防止舊病復發。

此外，了解復發先兆和制訂復發時的行動計劃，亦有助減低復發的嚴重性。

EPI 臨床治療師將負責上述教育工作，並與你一起，根據你的實際情況而制訂防止舊病復發的計劃。

其他治療 Other Treatments

其他治療會視乎你的獨特需要而提供。舉例來說，如果你有焦慮問題，EPI 臨床治療師會提議特定的治療方法去助你消除焦慮。

Jan 2005