



媒體報導 NEWS CLIPS

12/2018

傳媒 MEDIA : 無線新聞
標題 TITTLE : 最強生命線
日期 DATE : 2019年3月4日 (星期一)

 無線新聞

最強生命線

最強生命線

青年抑鬱 2019-03-04 20:30



心理學家形容，青少年的成長階段是「暴風期」，在這段時期，除了身心有明顯轉變，青少年同時都要面對多種外在挑戰，包括學業壓力、朋輩關係等。面對挫折時，出現短暫負面的想法和情緒都在所難免，但如果情況持續一段時間，更影響到日常生活，就有機會是患上抑鬱症。精神科醫生說，年輕患者和一般患者的核心症狀都有不同，今集會帶大家看看，除了藥物治療，認知行為治療和飲食方面，如何幫助調節抑鬱情緒。

記者：蘇煥鈺

[觀看以上節目](#)