



新聞稿

## 年青醫生過度勞累及壓力問題值得關注 香港醫學專科學院發起「身心健康約章」 推動院士及專科培訓學員身心健康

(2021年10月5日，香港) 香港醫學專科學院（醫專）一項全港橫斷面調查發現，超過七成受訪本地年青醫生出現工作過度勞累的情況，近兩成更患有抑鬱。醫專重申，保持醫生身心健康，對維持健康的醫護團隊及確保優質醫療服務至為重要。

醫專年青院士分會前主席關日康醫生領導的團隊於2019年上半年，進行一項關於《香港年青醫生工作過度勞累和身心健康的全港橫斷面調查》，旨在了解專科培訓學員，以及於近十年獲頒授院士名銜之年青院士的過度勞累、心理與生理健康狀況，研究結果已刊登於《香港醫學雜誌》。

514名受訪者中，284名是於近十年間完成專科培訓的年青院士，其餘230名則為正接受專科培訓的學員。根據哥本哈根疲勞量表 (Copenhagen Burnout Inventory)，評分超過50分被視為中等及高等過度勞累。研究發現72.6%或373名受訪者出現過度勞累；70.6%或363名受訪者出現與工作相關的過度勞累；55.4%或285名受訪者的過度勞累與病人有關。當中，分別有24%或125名受訪者及4%或19名受訪者表示，對現時的工作崗位感到有些不滿和十分不滿；亦有21%或110名受訪者出現抑鬱。醫專十分關注相關情況，並認為需採取即時措施應對。

醫專主席梁嘉傑教授表示，醫生的個人身心健康對提供優質醫療服務尤其重要，更與病人安全息息相關。醫生的壓力與過度勞累問題全球化，被認為對跨專科醫療臨床實踐方面構成嚴重威脅，情況令人憂慮。醫專透過發起《身心健康約章》，推出一系列短期及長期措施，促進推動院士及專科培訓學員的身心健康。

醫專發起《身心健康約章》，承諾加強注重並促進醫護人員和牙醫的身心健康，以確保為病人提供高質素及高效的醫療服務；更鼓勵在跨專科醫護團隊間，推動關懷和互相支持文化及加強不同醫護範疇的專業性。此外，醫專亦已推出全新專屬網頁，提供保持生理、心理和社交健康的有用資訊及改善方法。未來，醫專將舉辦一系列活動，包括精神健康培訓、提供建立良好的典範和做法，以及向機構和政策制定者倡議相關的政策改變。

此外，醫專採取「ASAP」模式，即認知關注 (Awareness)、自助 (Self-care)、求助 (Ask for help) 及推廣身心健康 (Promotion of well-beings)，務求有效預防壓力及過度勞累。醫護人員應多關注壓力和過度勞累的早期跡象，並作出自我護理，必要時尋求同儕或專業支援；亦可以透過各種有效方法和機構支持，建立強化凝聚力。



除了保持專業能力和自主，醫專銳意擔當領導角色，致力培育和促進不同專科的院士及專科培訓學員的身心健康，努力建構一個更健康的社會。

記者會圖片下載：

[https://drive.google.com/drive/folders/1Q48zGWKQaD2Y9e4\\_Wni7OvbM6ZuBKfhp](https://drive.google.com/drive/folders/1Q48zGWKQaD2Y9e4_Wni7OvbM6ZuBKfhp)



香港醫學專科學院 (醫專) 關注醫生過度勞累及壓力問題，發起「身心健康約章」，圖中為醫專主席梁嘉傑教授。



## 關於香港醫學專科學院

香港醫學專科學院（醫專）於 1993 年成立，作為舉辦、監察及評核醫學專科及牙醫專科培訓的獨立法定機構，並頒授有關資格。醫學同時負責專科醫生的延續醫學教育及持續專業發展，維持香港專科執業之水平。現時，醫專擁有 8,500 名院士，涵蓋 70 個專科。他們均由醫專推薦，可在香港醫務委員會和香港牙醫管理委員會作專科醫生註冊。

此新聞稿由慧思顧問集團有限公司代發

傳媒聯絡：鄭嘉樂先生 電郵：[benny@muse-hk.com](mailto:benny@muse-hk.com) 電話：2114 2071 / 9405 2112