

9/11事件對心理健康的影響



如何才能獲得醫護服務

9/11襲擊影響了數百萬人。

儘管該事件已過去多年，有些

人仍患有9/11相關心理疾病。





創傷後壓力綜合症（Post-Traumatic Stress Disorder，簡稱PTSD）

創傷後壓力綜合症指回想災難事件時出現的激烈生理和心理反應，這種反應可能會持續數週、數月，甚至數年。症狀包括：

- 做惡夢，不斷回憶、回想災難事件，或令人痛苦的場景
- 回避任何會使人想起該事件的事情，或情感淡漠，麻木
- 反應過度，例如過分警覺或非常容易受驚，難以入睡、情緒躁動或大發脾氣

其他症狀還包括恐慌（突然感到非常害怕、不安、心跳加速、大量出汗、發抖、感到窒息或氣短）、顫抖、發寒、頭痛、抑鬱、吸毒或酗酒、感覺孤立無援或產生自殺想法。

抑鬱症

有些9/11受害者還患有抑鬱症（不論是否合併創傷後壓力綜合症）。抑鬱症可能會影響患者生活的許多方面，使其喪失某些能力。症狀包括極端悲傷、無法享受生活樂趣、內疚、無助、絕望、難以入睡或無法集中注意力、沒有胃口、總想到自殺和/或死亡。



廣泛性焦慮症 (Generalized Anxiety Disorder)

廣泛性焦慮症的特點是對日常生活和活動產生持續不斷且無法控制的過度焦慮情緒。症狀可包括坐立不安、情緒躁動、肌肉緊張、無法集中注意力、難以入睡或睡不安穩、疼痛、發抖、容易受驚、頭痛、難以咽下食物、胃部不適、腹瀉、大量出汗、潮熱、感覺頭暈眼花和/或氣喘吁吁。

物質濫用

壓力和9/11之類的災難事件會導致物質濫用風險增加，或導致患者的物質濫用症復發。有物質濫用問題的人可能會：

- 感到自己無法減少飲酒量或藥物用量
- 因酗酒或藥物濫用遭到批評時，感到非常惱怒
- 早上要喝一杯“醒神酒”或來一點“醒神藥”才能感覺好一點
- 對自己酗酒或濫用藥物的行為感到內疚
- 儘管家庭、工作或學習碰到問題，仍然繼續酗酒或濫用藥物
- 使自己和其他人陷入危險境地，例如酒後駕車
- 觸犯法律

更多資訊及幫助

請登入nyc.gov/9-11HealthInfo：其中包括紐約市有關9/11健康影響的全部服務資源。該網站還能為受影響的人提供最新研究和服務資訊。

世貿中心後遺症醫療示範中心 (WTC Centers of Excellence)

為患有9/11相關疾病的人士提供免費服務和藥物：

- **世貿中心環境健康中心 (WTC Environmental Health Center)**
位於表維醫院 (Bellevue Hospital Center) 、高雲尼醫院 (Gouverneur Health Care Services) 及艾姆赫斯特醫院 (Elmhurst Hospital Center) ，為9/11事件發生時曼哈頓下城的居民、學生和上班族服務，電話：
877-WTC-0107 (877-982-0107)
- **西奈山聯合醫院 (Mount Sinai Consortium)**：
世貿中心醫療監測和治療計劃，為9/11營救和恢復工作人員及義工服務，電話：
888-702-0630
- **紐約市消防局 (Fire Department of New York)**：
世貿中心醫療監測和治療計劃，為紐約市消防局和急救系統 (EMS) 的在職和退休人員服務，電話：**718-999-1858**

世貿中心全國救災人員健康計劃 (WTC National Responder Health Program)：為居住在紐約市以外地區的世貿中心營救、恢復或清理工作人員服務，電話：**877-498-2911**

國家藥物濫用和酗酒治療轉介服務 (National Drug and Alcohol Treatment Referral Service)，
電話：**800-662-4357**，或瀏覽網站：
findtreatment.samhsa.gov

國家心理健康研究所 (National Institute of Mental Health)，電話：**866-615-6464**，
或瀏覽網站：nimh.nih.gov

世貿中心健康狀況登記系統
紐約市健康與心理衛生局

New York City Department of Health and Mental Hygiene
233 Broadway, 26th Floor
New York, NY 10279

電話：866-NYC-WTCR (866-692-9827)

電郵：wtchr@health.nyc.gov

傳真：Fax 212-788-4127

網站：nyc.gov/9-11HealthInfo

