



# 獲取服務

## 如何為自己或親人求助

### 🔍 什麼是精神病？

「精神病」這個術語是指影響頭腦的症狀，導致與現實脫節，或難以區分真實與虛幻。精神病的常見症狀包括幻覺（感覺到不存在的東西），妄想（錯誤信念），偏執，或思想和言語混亂。

### 🕒 何時應該求助

儘早尋求參與早期干預計畫，以開始治療，從而並避免入院。通過早期干預，有可能從精神病中完全康復。

### 📍 去哪裡獲得服務

安大略省各地均可提供早期精神病干預服務。請訪問 [help4psychosis.ca](http://help4psychosis.ca) 瞭解有關專案和服務站點的完整列表。也可以在 [iepa.org.au/services](http://iepa.org.au/services) 網站上瞭解在安大略省以外，世界範圍的項目列表。

您看到的症狀可能只是冰山一角。注意新出現的症狀：

- 正面症狀：增加了的東西，例如：幻覺
- 負面症狀：缺失了的東西，例如：社交減少
- 認知症狀：變化了的東西，例如：注意力難以集中

正面症狀

負面症狀

認知症狀

有些事情有點不對勁...  
現在該怎麼辦？

#### 🗣️ 非緊急路徑

與您信任的人交談，無論是家人、朋友、老師還是輔導員。您還應該去看家庭醫生或到非預約診所討論您的症狀

📞 您或您的醫生可以致電當地的EPI計畫查詢他們的轉診過程。

#### ⚠️ 緊急路徑

如果患有精神病的人對自己或他人構成直接風險，請尋求緊急幫助。致電當地的危機熱線，或者如果是在沒有危機熱線的地方，撥打911，或去就近的急診室。

📞 不確定附近有哪些緊急服務？在安大略省的任何地方撥打2-1-1，可獲取有關本機服務的資訊。

您可以獲得幫助。請前往 [help4psychosis.ca](http://help4psychosis.ca) 查找您當地的早期精神病干預計畫。



安大略省早期精神病干預網絡 (EPION) 是一個由專業服務機構、客戶及其家人組成的網絡。我們的目標是為所有患有精神病的安大略省民提供早期治療和支持。