

港人抑鬱指數創四年高

香港心理衛生會一項調查發現，香港人的抑鬱指數再創新高。該會去年底以問卷形式訪問近一千八百人，分析發現抑鬱指數創新高，由二〇一二年平均四點六九分，升至去年五點五二分，而且年紀愈輕，抑鬱指數愈高，十八至二十四歲受訪者的情況最嚴重，抑鬱指數平均分為六點三分。

負責調查的城大專業進修學院表示，近一成四受訪者曾有自殺念頭，而超過六成人表示不會尋求專業人士協助。運動次數愈多，抑鬱程度亦較低。惟接近四成受訪者表示自己在過去一個月完全沒做任何帶氧和伸展運動。