



人們在應對與 COVID-19 疫情相關的壓力方面做得如何？

## COVID-19 與“絕望之症”

COVID-19 疫情會引起“絕望之症”的發病數增加嗎？同時這是否將會對死亡率和罹病率產生長期的影響？

### 前言

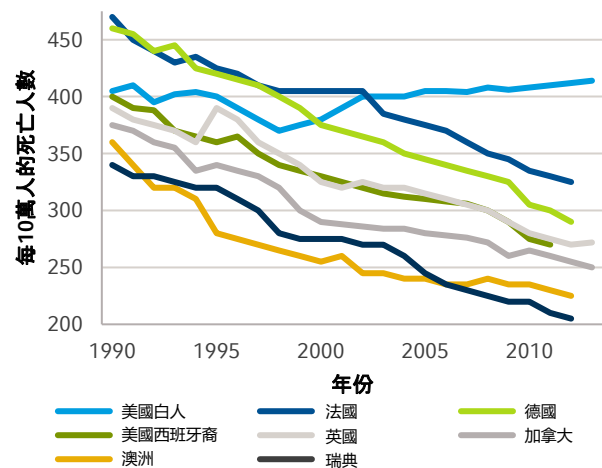
2015 年，普林斯頓大學的兩位經濟學家安妮·凱斯（Anne Case）和安格斯·迪頓（Angus Deaton）發表過他們對 1983-2013 年間美國死亡率趨勢的分析<sup>1</sup>，結果令人吃驚。雖然整體上死亡率的改善趨勢得以延續，但對某些群體而言情況卻出現了逆轉，尤其是未接受過大學教育的美國中年白人群體。分析結果顯示，這部分人群的死亡率出現了近一個世紀以來的首次上升。凱斯和迪頓將其歸於“絕望之症”發病數量的增加，例如藥物中毒（特別是鴉片類藥物濫用）造成的死亡和疾病，以及酒精性肝病和自殺事件的增長。凱斯和迪頓將這些原因歸納在一起，認為它們代表或反映了一種心理或“精神”痛苦的生理表現，究其原因是“……累積的不幸和生活未能如願……”<sup>1</sup>。

<sup>1</sup> Case, Deaton; Rising morbidity and mortality in midlife among white non-Hispanic Americans in the 21st century, Sept 2015

### 45-54 歲的全因死亡率

主要高收入國家的對比

摘自凱斯和迪頓 2017 年 21 世紀死亡率及發病率<sup>1</sup>



當時的評論家們想知道，這是美國所特有的現象，還是基於當前世界的相互聯繫，預示著未來在其他國家也會出現的趨勢。事實上，據英國 2019 年的報導，自 2011 年以來 65 歲老人的預期壽命確實同比下降了 0.5%，英國精算師協會認為這個下降是“新的趨勢，而不是暫時現象”<sup>2</sup>。

<sup>2</sup> Pike; Life expectancy in England and Wales has fallen by six months BMJ 2019;364:l1123

隨後 2020 年爆發了一場自 1918 年以後規模最大的全球疫情，隨著封鎖導致常態被顛覆、社會和經濟秩序被打亂，數百萬人失去了工作甚至生命。

可以理解醫學界和各國政府均把應對疫情急性後果造成的直接衝擊列放在首位，例如如何預防感染、盡量減少住院人數、積極治療病患和預防 COVID-19 引發的死亡。然而，人們卻較少關注此類事件的間接影響，包括因封鎖造成的社交隔離、人們在面對 250 多萬親人喪生時的悲慟、金融秩序混亂、失業和企業倒閉所產生的心理影響，以及這一切是否加劇了所謂的“絕望之症”的發生。

## 精神健康

坦白而言，我們當中有誰在過去的一年裡沒有受到影響呢？哪怕僅僅是對未來情況的短暫焦慮，又或者是在懷念平常生活中的人和事時，所感受到的情緒低落？

## 疫情會導致心理困擾、煩躁焦慮(苦惱)、壓力和抑鬱的發生率上升嗎？

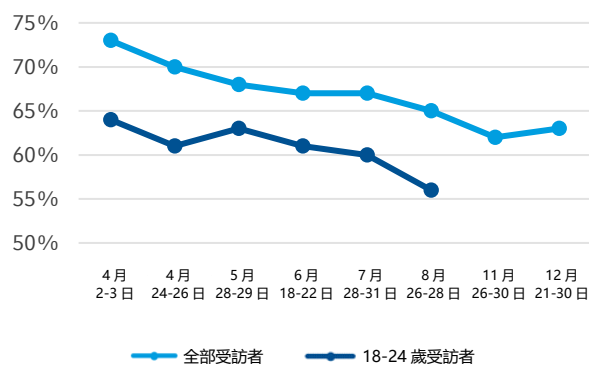
英國精神健康基金會（由英國四所大學合作建立）在整個疫情期間對 4000 人進行了定期調查，結果顯示：

- 2020 年 8 月，64% 的受訪者認為能夠很好或相當好地應對疫情。然而，這一“適應力”似乎隨著時間的推移而減弱，到 11 月底降至最低。
- 年輕人的多項指標均明顯偏低，截至 8 月，有 3% 的年輕受訪者表示“不能很好的應對”<sup>3</sup>。

<sup>3</sup> Mental Health Foundation; Coronavirus: Mental Health in the Pandemic – a long-term collaborative study

## 英國成年人在 COVID-19 疫情期間承受的壓力

“你認為你在應對 COVID-19 疫情帶來的壓力方面做得如何？”(很好或相當好)<sup>3</sup>



## 特定精神疾病

與此類似，匯集了 70,000 名參加者的倫敦大學學院 COVID-19 社會研究<sup>4</sup> 也旨在追蹤 COVID-19 疫情期間的精神健康狀況。截至 2020 年 9 月，他們得出的大略結論是：抑鬱和焦慮評分皆有所下降，該結論在每個亞組都得到印證。然而，這與英國國家統計局 (ONS) 於 2020 年 6 月發佈的關於“COVID-19 與成人抑鬱症”的報告形成了鮮明對比。該報告稱，中-重度抑鬱症的發病率為 19.2%，而在疫情前 9 個月僅有 9.7%<sup>5</sup>。

## 自殺

那麼最嚴重的心理困擾指標，自殺的情況又如何呢？英國精神健康基金會的調查顯示，在 2020 年 4 月，總共有 8% 的受訪者產生過自殺念頭，而到了 2020 年 12 月的封鎖期間，這一比例上升到 12%。然而，這一傾向在精神疾病患者 (30%)、失業者 (26%) 和年輕人 (22%) 中明顯更高。

據悉，英國國家統計局 2020 年 1 月至 3 月期間登記了每 10 萬人中有 10.3 人死於自殺 (相當於 1,262 人登記死亡)，4

<sup>4</sup> UCL COVID-19 Social Study

<sup>5</sup> Office for National Statistics, Coronavirus and depression in adults, 06/20

月至 6 月期間每 10 萬人中有 6.9 人死於自殺（相當於 845 人登記死亡）。看起來死亡人數有所下降，然而……並非所有自殺案件都經過屍檢，在完成死亡登記之前通常需要 5 個月左右的時間進行死因調查。例如，在截至 2020 年 6 月所登記的這 845 件自殺事件中，只有 45 件實際發生在 2020 年 4 月至 6 月期間<sup>6</sup>。

這顯示，雖然一些弱勢群體正在經歷著可怕的不幸，但至今為止，這一切都尚未全部轉化成實際自殺死亡統計人數的上升。

全球其他區域的情況同樣很複雜。一些案例研究顯示，發生在印度、中國、沙烏地阿拉伯、德國和義大利的疫情直接導致了自殺事件的發生<sup>7</sup>。日本的一項研究（Sakamoto）顯示，2020 年秋季自殺率出現了高於平均水準的高峰<sup>8</sup>。類似的，在將急診就診人數與自殺和藥物過量原因進行關聯後，美國的霍蘭德（Holland）和他的同事們注意到，相比 2019 年這二者的數量在 2020 年均表現出統計學意義的顯著增長<sup>9</sup>。

無論從地理還是從社會經濟的角度來看，疫情對精神健康造成的影響整體上的來說是毀譽參半的。有一種反向思考將這一現象解釋為巨大危機下的“凝聚”效應。在這種情況下，由於人們感覺他們正在參與一項偉大的國家事業，自殺率實際上有所下降（例如 911 事件後的美國）<sup>10</sup>。然而，隨著封鎖導致的遠期經濟影響逐步顯現，這一表現又很可能只是暫時的。事實上，如果參考以往的經濟衰退，就曾有先例表明在經濟動盪與其對自殺率的影響之間存在時間延遲。此外，如果我們以 2003 年非典型肺炎（SARS）作為參考，病毒感

染者隨後出現精神障礙和自殺的風險升高<sup>11</sup>。因此現在判斷 COVID-19 是否會導致類似情形的出現還為時過早。

## 酗酒

在疫情期間，酗酒的情況是否增加呢？其可能產生的後果是什麼？在大多數司法管轄區域，酒吧和其他持照營業的場所可能已經被關閉，但很少有國家像南非那樣完全禁止銷售含酒精的飲料。

英國精神健康基金會的調查發現，在 2020 年春季，有 30% 的受訪者表示會通過增加飲酒來緩解壓力，但到了初夏，這一數字上升到 40%；除此之外，據英國肝臟信託基金會（British Liver Trust）的報導，其求助熱線的撥入增加了 500%<sup>12</sup>。

然而，安德森（Anderson）及其同事們對英國酒類消費情況（以每種酒的酒精克數來評估）所做的一項研究顯示，酒類消費只有 0.7% 的些微增長。但值得注意的是，中年富裕家庭酒類消費量卻明顯增加<sup>13</sup>。同樣的，澳洲的一項調查指出，雖然有 20% 的受訪者說他們的酒類消費減少，但有另外約 25% 的受訪者表示他們的消費量有增加，其中約 8% 表示他們的增幅明顯<sup>14</sup>。

總而言之，儘管我們當中的許多人可能喝的更多了，但到目前為止，還沒有證據表明酗酒情況變得普遍；然而，對於那些患有既往症的人群來說，疫情對他們就嚴峻的多。例如，美國酒精性肝病患病者已達 1,500 萬人，自 2020 年 3 月以來，因該病住院的比例上升了 30-50%<sup>15</sup>。

與 2019 年相比，英格蘭和威爾斯 2020 年第一至第三季的臨時數據也顯示，酒精致死的人數增加了 15%，這是自

<sup>6</sup> Iacobucci; Suicide rates continue to rise in England and Wales BMJ 2020; 370 :m3431

<sup>7</sup> Thakur, Jain; COVID 2019-suicides: A global psychological pandemic.

<sup>8</sup> Sakamoto et al.; Assessment of Suicide in Japan During the COVID-19 Pandemic vs Previous Years. JAMA Netw Open.

<sup>9</sup> Holland et al. Trends in US Emergency Department Visits for Mental Health, Overdose, and Violence Outcomes Before and During the COVID-19 Pandemic. 3 Feb 2021.

<sup>10</sup> Reger et al.; Suicide Mortality and Coronavirus Disease 2019—A Perfect Storm? 10 Apr 2020.

<sup>11</sup> Tzeng et al. What could we learn from SARS when facing the mental health issues related to the COVID-19 outbreak? A nationwide cohort study in Taiwan, 2020

<sup>12</sup> BBC News, Alcoholism in the time of coronavirus, 6 Oct 2020

<sup>13</sup> Anderson et al.; Impact of COVID-19 Confinement on Alcohol Purchases in Great Britain: Controlled Interrupted Time-Series Analysis during the First Half of 2020 Compared With 2015-2018, 19 Nov 2020

<sup>14</sup> Australian Government Institute of Health and Welfare; Alcohol, tobacco & other drugs in Australia, accessed 9 Feb 2021

<sup>15</sup> Los Angeles Times, As alcohol abuse rises amid pandemic, hospitals see a wave of deadly liver disease, 8 Feb 2021

2001 年以來的最大增幅。必須指出的是，這些死者均存在長期基礎疾病的患者，雖然不能直接歸因於疫情，但是，社交隔離和基礎照護的減少很可能在這當中起了負面作用。

## 藥物濫用

美國激增的藥物濫用狀況是形成“絕望之症”這一概念的基礎之一。2017 年藥物濫用的人數增加到 1999 年的三倍，涉及鴉片類藥物的死亡人數增加了六倍。產生這一問題的部分原因，包括過度依賴和過度開立這類強效藥物用以治療慢性疼痛，使用比例大約高出歐洲 5-8 倍<sup>16</sup>。那麼 COVID-19 疫情對此的影響又是怎麼樣的呢？與其他研究觀察到的情況相似，疫情進一步加劇了原本已經存在的問題。美國疾病控制中心報告表示，2020 年全年涉及藥物濫用而死亡的人數約為 8.1 萬人，達到有記錄以來的最大值<sup>17</sup>。

事實上，英國涉及藥物濫用死亡的人數在疫情之前反而是最高的，其中超過一半的死亡是由海洛因和鴉片類藥物導致。然而，從積極的方面看，增長率似乎趨於扁平化，英國精神健康基金會的調查顯示只有 2% 的受訪者在疫情期間使用過非法藥物，這比例在第一波疫情期間保持不變。除了需求的下降外，這也很可能與國際旅行中斷和更嚴格的邊境管制造成的供應量下降有關<sup>18</sup>。

## 結論

那麼，這一切帶給我們什麼啟示呢？我們有理由得出這樣的結論“絕望之症”的現象確實存在；但其影響範圍和程度因國而異，關鍵還取決於各國的人口結構。

COVID-19 的影響有哪些？總體來說，如果用心理疾病、酗酒或藥物濫用的發生率來衡量，社會狀況似乎出現了一定程度的改善。但形勢也可能並非總是如此。

無論如何，即使廣義上來看社會“做得很好”，我們也應注意避免忽視這樣一個事實，即使已經擺脫了病毒本身的威脅，酒精性肝病發病率上升、藥物濫用和自殺傾向也在明顯增加，這對於在飽受失業、貧困和不平等問題困擾群體中生活的一部分人來說，疫情依然是很可怕的。

對全球的人壽和健康保險業務會有什麼影響呢？毫無疑問，COVID-19 直接導致理賠數量增加，以死亡理賠最為明顯。此外，還包含因昏迷和重症監護的重大疾病理賠，當然還有因 COVID-19 缺勤而造成的收入保障理賠。然而，包括“絕望之症”在內的因疫情間接影響造成的理賠還未大量產生。隨著財務問題的出現，我們可能還會觀察到自殺理賠案件增加對死亡率的影響，和因心臟病發作（與壓力相關）、或因肝衰竭而提起的重大疾病理賠，因此，在對這種新的理賠趨勢保持警覺之餘，我們也需要繼續對理賠申請人保持公平和同理心。

## 作者



### Paul Edwards

Underwriting Research & Systems  
Development Manager

核保研究與系統開發經理

電話： + 44 20 3206-1736

paul.edwards@hannover-re.com

<sup>16</sup> DeWeerd, Tracing the US opioid crisis to its roots Nature 573, S10-S12 (2019)

<sup>17</sup> CDC Newsroom, Overdose Deaths Accelerating During COVID-19, 17 Dec 2020

<sup>18</sup> The Guardian, Coronavirus triggers UK shortage of illicit drugs, 12 Apr 2020





在 [LinkedIn](#) 上關注我們，了解最新  
的生命與健康資訊。



在 [hr | equarium](#) 上查看廣義的精  
神衛生解決方案。

## 參考文獻

Anderson, Peter et al. "Impact of COVID-19 Confinement on Alcohol Purchases in Great Britain: Controlled Interrupted Time-Series Analysis During the First Half of 2020 Compared With 2015-2018." *Alcohol and alcoholism* (Oxford, Oxfordshire), agaa128. 19 Nov. 2020, doi:10.1093/alcalc/agaa128

Australian Government Insitute of Health and Welfare; Alcohol, tobacco & other drugs in Australia, <https://www.aihw.gov.au/reports/alcohol/alcohol-tobacco-other-drugs-australia/contents/impact-of-covid-19-on-alcohol-and-other-drug-use>; accessed 9 February 2021

BBC News, Alcoholism in the time of coronavirus, 6 October 2020; <https://www.bbc.com/news/uk-england-esssex-53684700>; accessed 9 February 2021

Case, Anne, Deaton, Angus; Rising morbidity and mortality in midlife among white non-Hispanic Americans in the 21st century *Proceedings of the National Academy of Sciences*; Sept 2015 <https://www.pnas.org/content/pnas/early/2015/10/29/1518393112.full.pdf>

CDC Newsroom, Overdose Deaths Accelerating During COVID-19, December 17 2020; <https://www.cdc.gov/media/releases/2020/p1218-overdose-deaths-covid-19.html>; accessed 9 February 2021

DeWeerd, S. Tracing the US opioid crisis to its roots *Nature* 573, S10-S12 (2019)

Gunnell D, Appleby L, Arensman E, et al.; COVID-19 Suicide Prevention Research Collaboration. Suicide risk and prevention during the COVID-19 pandemic. *Lancet Psychiatry*. 2020;7(6):468-471. doi:10.1016/S2215-0366(20)30171-1PubMed

Holland KM, Jones C, Vivolo-Kantor AM, et al. Trends in US Emergency Department Visits for Mental Health, Overdose, and Violence Outcomes Before and During the COVID-19 Pandemic. *JAMA Psychiatry*. Published online February 03, 2021. doi:10.1001/jamapsychiatry.2020.4402

Iacobucci, Gareth; Suicide rates continue to rise in England and Wales *BMJ* 2020; 370 :m3431

Los Angeles Times, As alcohol abuse rises amid pandemic, hospitals see a wave of deadly liver disease, February 8th 2021

Mental Health Foundation; Coronavirus: Mental Health in the Pandemic – a long-term collaborative study by University of Cambridge, Swansea University, the University of Strathclyde and Queen's University Belfast. <https://www.mentalhealth.org.uk/our-work/research/coronavirus-mental-health-pandemic>; accessed 9 February 2021

Moutier C.; Suicide Prevention in the COVID-19 Era: Transforming Threat Into Opportunity. *JAMA Psychiatry*. Published online October 16, 2020. doi:10.1001/jamapsychiatry.2020.3746

Office for National Statistics; Coronavirus and depression in adults, Great Britain: June 2020: [https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/wellbeing/articles/coronavirusanddepressioninadultsgreatbritain/june2020#:~:text=the%20coronavirus%20pandemic-,Almost%20one%20in%20five%20adults%20\(19.2%25\)%20were%20likely%20to,July%202019%20to%20March%202020](https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/wellbeing/articles/coronavirusanddepressioninadultsgreatbritain/june2020#:~:text=the%20coronavirus%20pandemic-,Almost%20one%20in%20five%20adults%20(19.2%25)%20were%20likely%20to,July%202019%20to%20March%202020); accessed 9 February 2021

Pike, Harriet; Life expectancy in England and Wales has fallen by six months *BMJ* 2019;364:l1123

Reger MA, Stanley IH, Joiner TE. Suicide Mortality and Coronavirus Disease 2019—A Perfect Storm? *JAMA Psychiatry*. Published online April 10, 2020. doi:10.1001/jamapsychiatry.2020.1060

Sakamoto H, Ishikane M, Ghaznavi C, Ueda P. Assessment of Suicide in Japan During the COVID-19 Pandemic vs Previous Years. *JAMA Netw Open*. 2021;4(2):e2037378. doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.37378

Sher, Leo; The impact of the COVID-19 pandemic on suicide rates, *QJM: An International Journal of Medicine*, Volume 113, Issue 10, October 2020, Pages 707–712, <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa202> data

Thakur V, Jain A. COVID 2019-suicides: A global psychological pandemic. *Brain Behav Immun*. 2020;88:952-953. doi:10.1016/j.bbi.2020.04.062

The Guardian, Coronavirus triggers UK shortage of illicit drugs, 12th April 2020

Tzeng, NS., Chung, CH., Chang, CC. et al. What could we learn from SARS when facing the mental health issues related to the COVID-19 outbreak? A nationwide cohort study in Taiwan. *Transl Psychiatry* 10, 339 (2020). <https://doi.org/10.1038/s41398-020-01021-y>

UCL COVID-19 Social Study; <https://www.covidsocialstudy.org/results>; accessed 9 February 2021

The information provided in this document does in no way whatsoever constitute legal, accounting, tax or other professional advice. While Hannover Rück SE has endeavoured to include in this document information it believes to be reliable, complete and up-to-date, the company does not make any representation or warranty, express or implied, as to the accuracy, completeness or updated status of such information. Therefore, in no case whatsoever will Hannover Rück SE and its affiliated companies or directors, officers or employees be liable to anyone for any decision made or action taken in conjunction with the information in this document or for any related damages.

© Hannover Rück SE. All rights reserved. Hannover Re is the registered service mark of Hannover Rück SE