

# The Value of Mental Health

从个人福祉、生产力到保障体系，强化心理素质



The Value of Mental Health 是苏黎世“健康与福祉”研究系列的首份报告。



本报告汇集了澳洲、智利、德国、马来西亚、阿联酋与英国的数据、模型和政策分析，探讨心理健康会如何影响人们的日常生活、生产力和社会保障体系，并指出何时采取早期干预措施能产生最大成效。



心理健康问题，正日益成为生产力流失、社会参与度下降，以及保障系统承压的关键诱因。这所造成的庞大代价，不止是公共医疗买单，还沉甸甸地压在了雇主、保险公司和个人身上。



本报告提供以数据为基础、横跨多个市场的整体视角，呈现出这一影响的真实面貌，冀望在产品开发、承保、劳资沟通和预防策略方面，协助做出更清晰的判断。

## 马来西亚重点观察

马来西亚的心理健康问题预计将以年均2.8%的增速扩大，这速度是全球最快之一。然而，由于以下原因，这庞大的隐形负担依然深藏于冰山之下：



社会偏见



诊断门槛偏高



医疗费用高昂，且难以持续获得照护



专业医疗资源紧缺



### 五分之四

患有心理健康障碍的马来西亚人可能无法获得专业护理

## 2030年前预测数据

### 个人层面

身心状态与生活功能折损

**超过400万人**  
(每9人中有1人)

预计在2030，面对心理健康问题的大马民众

**62.5天**

心理疾病患者每年平均流失的健康寿命

**95%**

心理健康造成的身心幸福感缺陷

### 生产力层面

社会参与度下降、就业影响与经济代价

**340亿令吉**

劳动参与率下降与缺勤率上升导致的预计损失

**18%**

与心理健康良好者之间的就业鸿沟

**95%**

由人力流失导致的生产力损失

### 保障体系层面

医疗保健、雇主、私人保险和无偿照护

**42%**

需要自掏腰包的治疗费用

**1.23亿小时**

家属和照护人员所提供的无偿照护

**30亿令吉**

心理健康相关支出的总额预计