

目 錄

編者序	3
第一章、自殺與自殺防治（臨床科醫師使用須知）	4
壹、如何鑑別出具有高度自殺危險性的病人	5
貳、與自殺相關的危險因子	7
第二章、守門人的定義與角色功能	12
第三章、心情溫度計（BSRS-5）篩檢要領	16
第四章、資源篇	17

編者序

在台灣，自殺已經連續八年列入國人十大死因之一；九十四年有 4,282 人自殺身亡，每十萬人口粗死亡率為 18.8 人，約每兩小時就有一人奪走自己的生命。為此，本人代表接受衛生署委託辦理「自殺防治中心」企劃案，並於九十四年十二月九日正式揭牌運作。本中心首先著手推動自殺防治指標性策略，針對自殺未遂者（自殺死亡率及再自殺率最高），透過通報及後續關懷系統的建立，以期提供即時的介入與處遇。接下來則開展選擇性策略，針對高風險的特定族群，例如，有精神疾病者、久病不癒者、遭逢其他重大生活壓力事件的人，嘗試及早發現高風險族群而提供即時的協助與預防措施。為了落實上述概念，本中心特別將今（2007）年訂為「自殺防治守門人年」，期待藉由守門人訓練課程的推廣，達到「自殺防治人人有責」之終極目標。

「自殺防治守門人」指的是「定期會接觸到遭受痛苦、危難的個人或家庭之人，且懂得如何辯認自殺行為，並做出適當的回應或轉介者」。根據本中心分析死亡登記及全民健康保險就醫資料的結果發現，94 年自殺身亡者，在死亡前 30 天內的就醫比率達到 73.5%，顯示臨床醫師扮演「自殺防治守門人」的關鍵性角色。有鑑於此，本中心的工作人員，特別搜尋現今國內外相關專業人員自殺防治之教育性宣

導資源，選擇精簡而切重要點之版本。其中，世界衛生組織於公元兩千年起發表之一系列自殺防治專業人員說帖，符合我們初步的期待。該套說帖除了英文版本外，還被翻譯成法文、愛沙尼亞語、波蘭語、葡萄牙語、法蘭德斯語、立陶宛語、以及塞爾維亞語等版本，而本中心也獲得世界衛生組織之原編者 J.M.Bertolote 博士之支持，將其翻譯為繁體中文。這份譯作的內容與宣導對象，包涵自殺防治工作領域中扮演極為重要角色的專業社群成員，而本篇為提供給一般科醫師使用的資源（A resource for general physicians）。

我們熱切期待醫療體系的努力投入與整合可以做為開路先鋒，進而促成各種專業社群成員的連結及積極參與，以達成自殺防治全民參與、彼此關懷、珍愛生命、希望無限的目標。

李明濱 謹識

行政院衛生署自殺防治中心主任
國立臺灣大學醫學院精神科教授
中華民國醫師公會全國聯合會理事長
台北市醫師公會理事長
台灣失智症協會理事長

第一章：自殺與自殺防治

(臨床科醫師使用須知)

面對自殺的病患是醫師覺得最糟糕的事情。醫師們遇到這類自殺事件常見的反應包括：不相信、失去自信、憤怒與羞愧。病患的自殺會引發醫療人員對自身專業及處理能力的懷疑；並且害怕失去良好的名聲。醫師們同時遭遇極大的困境，例如：該如何與死者的家屬及朋友們交涉。

本文的資源主要提供給一般科醫師。目的是概述主要的精神疾病，以及與自殺相關的其他因素，提供辨認及處理自殺病患的資訊。

自殺所造成的負擔

自殺已連續十年(民國86年至民國95年)位居我國十大死因之一，且是15歲到35歲族群的主要死因。自殺對家屬及社會的衝擊是無法計量的，平均一個自殺案件會影響至少另外六個人。若自殺發生於學校或者工作場合，更可能對數百人造成影響。

DALYs (disability-adjusted life years) 是國際間經常用來估計自殺所造成「負擔」的指標，根據這個指標，西元1998年，自殺約佔全世界因疾病而造成負擔的1.8%；其中在高收入國家的比率為2.3%，低收入國家為1.7%。這相當於戰爭或者殺人所造成的負擔，亦約為糖尿病負擔的兩倍，且等同於生產窒息以及外傷所造成的負擔。

自殺與精神疾病

影響自殺的因子是多面向的，源於生物、心理、社會以及環境因素彼此複雜的交互作

用。研究顯示，40~60%的自殺身亡者曾在自殺前一個月看過醫師；而在這群人當中，大多數看的是一般科醫師而非精神科醫師。

因此，具備辨認、評估及處理自殺病患的能力，對於一般臨床醫師而言十分重要，他們擔負著第一線面對自殺個案的重要角色。

自殺本身不是疾病，
也不一定是疾病的唯一表現，
但是精神疾病是與自殺相關的主要因子。

從開發中及已開發國家的研究顯示，在自殺身亡的案例中，有精神疾病的盛行率約為80~100%。估計患有情感性精神病(主要為憂鬱症)的終身自殺危險率為6~15%、酒癮為7~15%、思覺失調症4~10%。此外，自殺身亡者經常同時罹患一種以上的疾病，其中最常見的共病性疾患為酒癮、情感性精神病(例如：憂鬱症)，或人格疾患。

但是，自殺身亡者當中卻有相當比例的人，從來不曾求助精神醫療專業人員。因此，如何在基層醫療中提升偵測、轉介及處理精神疾病，對於自殺防治來說是最重要的步驟。

與精神科醫師協同合作
以確保亟需協助之個人
得以獲致適當的精神醫療，
讓臨床醫師可以給予他的病患
更完整的治療。

壹、如何鑑別出具有高度自殺危險性的病人

一些在臨床上跟自殺有關的個人及社會人口因子，包括有：

- 精神科疾病（包括憂鬱症、酒癮及人格疾患）
- 生理疾病（疾病末期、疼痛或使人虛弱的疾病、AIDS）
- 之前曾嘗試自殺
- 家族自殺史、酒癮史或精神病史
- 離婚、鰥寡或單身
- 獨居（社交孤立）
- 無業或退休
- 童年經歷悲慟

此外，會增加自殺危險性的近期生活壓力事件包括：

- 婚姻觸礁（分居）
- 悲慟
- 家庭失和
- 工作或財務狀況出問題
- 被重要他人拒絕
- 羞恥或罪惡會被發現的威脅

在評估立即自殺危險方面
所有的評估都比不上一次好的臨床會談

臨床醫師該如何進行與自殺病患的會談？

一個類型為老年男性、近期喪妻、曾經或現正接受憂鬱症治療、獨居與曾嘗試自殺；另一個類型為前臂有自我傷害之傷痕、剛剛被男友拋棄的年輕女性是兩類極端的例子。在現實情況下，大多數病人處在這兩類極端間，而且可能在這兩者間擺盪。

當臨床醫師有足夠理由認為病人可能自殺時，他們面臨到『接下來該怎麼做』的困境。有些醫師面對自殺病人會覺得不舒服，然而體認這種感覺甚至進一步地與同事或專業人員討論是很重要的。因為在面對這類病人時，我們不能去忽視或否認這樣的危險性。

當醫師決定要進行自殺評估時，首先且最立即的步驟就是：在心中盤算出以目前的門診量（即便外面候診區還有許多病人在等候），醫師有多少時間可以給這位病人？可以藉由展現想要瞭解病人困境的意願，來開始建立正面的醫病關係。在會談一開始，封閉式和直接的問句是不適宜的。反而和病人討論『你看起來似乎不怎麼好；願不願意告訴我多一點所發生的事？』會來得有些用。用同理心來聆聽是最能降低病人想自殺絕望感的方法。

迷思	現實狀況
詢問自殺的議題反而容易挑起自殺的行動。	詢問自殺反而會降低對自殺的焦慮，病人會感覺抒解或者更加被瞭解。
說著要自殺的病人極少會真的自殺。	自殺的病人通常在之前會透露一些訊息和警告。這些口語威脅必須要嚴肅地面對。

該如何詢問？

詢問自殺意念其實並不容易，按照以下的問句循序發問將會得到幫助。

1. 你會感到不快樂或無助嗎？
2. 你會感到絕望嗎？
3. 你會感到無法面對每一天嗎？
4. 你會覺得生活是個負擔嗎？
5. 你會覺得不值得活下去嗎？
6. 你會想要用自殺來結束生命嗎？

何時詢問？

下述狀況適合詢問上述的問題，然而，以您的臨床判斷與尊重對方的態度，任何時刻都是詢問及表達關心的適當時機。

- 當醫病關係建立後
- 當病人覺得可以舒適地表達他的情緒時
- 當病人處在表達負面情緒的過程中

進一步詢問

評估過程不可以結束在認可病人自殺意念的存在下，必須持續評估有關於自殺意念的頻率、嚴重度及自殺的可能性。知道病人是否有自殺計畫或方法來進行自殺是重要的。如果病人想要舉槍自殺但尚未獲取槍枝，則自殺風險比較低。相反地，如果病人計畫的方法是吞藥或是其他容易獲取的方法，那麼自殺風險就比較高。關鍵的是，不可以用命令或強制性的態度來詢問問句，而必須用同理的態度，如以下問句：

- 你有什么結束生命的計畫嗎？
- 你計劃如何結束？
- 你持有這些物品（藥丸／槍枝／其他方法）了嗎？
- 你打算什麼時候進行？

※注意事項

◎被病人誤導或誤以為有進步。

當一個躁動的病人突然冷靜下來，或許是因為他已有了自殺這個決定，所以才變得冷靜。

◎否認。

當病人自殺的意圖很強時，他會蓄意否認這些自殺意念。

自殺病人的處理

如果病人思緒紛亂，帶有模糊的自殺意

念，那麼可能就有足夠的機會讓其可以和關心他的醫師暢談這種想法和感覺。然而，需不需要後續的追蹤則可以再觀察，尤其是那些社會支持系統不足的病人。其實不管本質是什麼問題，自殺病人通常兼具三種感覺：無助、無望和絕望。而最常經歷的三個時期分別是：

1. 矛盾。

大部分的自殺病人都要到最後關頭才能有所決定，這是場生之慾和死之慾間的肉搏戰，當病人處在矛盾階段時，如果醫師能增加其存活的慾望，便可降低自殺風險性。

2. 衝動。

自殺是種衝動的現象，而衝動的本質具暫時性，如果可以在衝動的當下提供支持，就可以大大降低這危機。

3. 思考僵化。

自殺病人皆想法較偏執，反應的情緒和動作非黑即白，醫師多告知幾種取代死亡的方法，即可溫和地讓他瞭解還有其他的選擇，即使並不是最理想的選擇。

提供任何的希望
都是一線生機

尋求支援

醫師必須評估病人的支持系統，辨認出有支持能力的親人、朋友、相識者或其他人，懇求他們的加入和幫忙。

訂立契約

訂定契約是個自殺防治的有效方法，病人身邊親近的人都可以加入共同磋商契約的內容，這樣的磋商可以引發許多相關議題的討論，大部分的病人也會尊重他們給予醫師的承諾，但契約必須在病人有能力可以控制自我的

衝動下才適用。

排除嚴重的精神疾患和自殺意圖後，醫師可以開始給予治療，大部分是給抗憂鬱藥物和心理（認知行為）治療。大部分的病人也受惠於繼續遵守有架構的契約約定。

除了治療原本的疾病，有些病人需要長達兩到三個月或者更久時間的支持；支持的方向著重於提供希望、鼓勵獨立、幫助病人學習處理生活壓力的不同因應方式。

轉介專家處理——轉介病人的時機

當病人出現下列情形時，需轉介精神科：

- 有精神疾病
- 之前有自殺之過去史
- 有自殺、酗酒、精神疾病之家族史
- 生理疾患
- 缺乏社會支持系統

您該怎麼做？

- 減少病人獨處的時間，例如請家人陪伴
- 轉介至精神科
- 評估有立即危險，應馬上聯絡警消單位

何時需讓病人住院

下列是必須讓病人立即住院的情形：

- 重複的自殺想法
- 短時間內（接下來的幾小時或幾天）有高度的死亡意圖
- 激動不安或恐慌
- 有使用暴力的計畫，且有立即實行的方式

貳、與自殺相關的危險因子

一、社會人口因子

自殺是一件個人的行為；然而這是發生在複雜的社會情境裡，也與特定的社會人口因子相關。

性別

雖然比例並不相同，但是大多數的國家男性自殺死亡比率都高過女性。中國是唯一一個在鄉下地區女性比例多過男性，而且在都會區男女自殺比例相當的國家。

年齡

大於 65 歲的老人與 15~30 歲左右的年輕人為較容易自殺的族群。但近來的文獻指出中年男性自殺比率有增加的現象。

婚姻狀態

離婚、鰥寡與單身皆會增加自殺危險性。婚姻顯示出對男性是個保護因子，但對女性則不一定是如此。離婚與分居皆會增加自殺的危險性。

職業

某些特定的職業如專門動手術的獸醫、藥劑師、牙醫、農夫和醫療從業者有較高的自殺率。雖然工作壓力、容易取得致死的工具、社交孤立、經濟困難都可能是原因，但對此現象至今無明確解釋。

無業

雖說失業率與自殺率有著相當大的相關性，但其相關連的本質仍是複雜的。失業所造成的可能包括有貧窮、社會剝奪、持家困難與

無望感。另一方面，罹患精神科疾病者又較容易失業。無論如何，若拿最近失業與長期失業相比，無疑地，前者有著較高的自殺比例。

城鄉差異

有些國家自殺率在都會區較多，另一些則否。

移居

移居相伴隨的問題包括貧窮、居住環境不佳、缺乏支持系統以及未達到要求的期待，都會增加自殺危險性。

其他

特定的社會因素，包括自殺工具的可獲得性與生活壓力事件，都可能增加自殺的危險性。

二、精神疾病

情感性精神疾病

所有情感性精神病，都與自殺有相關。這些疾病包括 ICD-10 分類 F31~F34 雙極性情感疾患、憂鬱症、復發之憂鬱症，以及持續之情感疾患（例如循環性、低落性情感疾患）。其中，憂鬱症是非精神科的臨床醫師最常接觸的病患群。

未被診斷或者未接受治療的憂鬱症，
是自殺的顯著危險因子

憂鬱症在一般人口中具有高盛行率，並且經常不被認為是一種疾病，估計大約有 30% 的看診病患患有憂鬱症，並有大約 60% 接受治療的患者，一開始是與臨床醫師接觸以尋求治療。對於醫師來說同時處理生理與心理疾病是很特別的挑戰。許多例子告訴我們，憂鬱症症狀會

被遮蔽，而患者卻僅表現出多重身體抱怨而已。

典型的憂鬱發作，病患通常會遭受：

- 體力減低（疲倦、減少活動）
- 失去興趣或者快樂
- 心情低落（悲傷）

常見的憂鬱症狀為：

- 不同區域的身體疼痛
- 睡眠障礙
- 倦怠
- 悲傷
- 注意力不集中
- 焦慮
- 易怒

這些症狀提醒臨床醫師必須注意憂鬱症狀的存在及評估自殺危險性的重要性。

近年來在憂鬱症治療的進展和臨床照護的自殺預防是非常相關的。在瑞典，研究顯示，對一般臨床醫師進行診斷和治療憂鬱症的教育可降低自殺率。流行病學的數據顯示出抗憂鬱劑降低憂鬱症患者的自殺風險。足夠的藥物治療劑量應持續數月。對於老年人來說，在症狀恢復後仍應持續治療兩年。而在規律使用鋰鹽維持治療的個案中，則發現有較低的自殺危險性。

酗酒

酗酒（包括酒精濫用和酒精依賴）是自殺族群中常見的診斷，特別是在年輕人當中。在自殺和酗酒之間的關聯性有生理、心理和社會層面的解釋。在酗酒者中有一些會增加自殺危險性的特別因子：

- 早發性酗酒
- 長期飲酒

- 依賴程度高
- 憂鬱心情
- 身體健康狀況不佳
- 工作表現不佳
- 有酗酒之家族史
- 近期有重大人際關係之失落或喪失

思覺失調症

自殺是使思覺失調症患者提早死亡的最主要原因。特殊的自殺危險因子有：

- 失業的年輕男性
- 近期復發
- 對症狀惡化感到恐懼，特別是智力高的患者
- 有多疑和妄想之正性症狀
- 憂鬱症狀

自殺的危險性在下列時刻最高

- 疾病早期
- 復發早期
- 康復早期

自殺危險性隨罹病時間的增加而降低

人格疾患

近期的研究發現，在年輕自殺身亡人口有較高之人格疾患盛行率（20~50 %）。在人格疾患的族群中和自殺較相關的有邊緣性人格疾患和反社會性人格疾患。

戲劇性人格疾患、自戀性人格疾患和特定的心理特質，例如易衝動和侵略性，也都會和自殺相關。

焦慮性疾患

在焦慮性疾患中，恐慌症和自殺的相關性最高，其次為強迫性疾患。擬身體障礙症和飲食障礙症（心因性厭食症和心因性暴食症）也和自殺行為有關。

三、身體疼痛

慢性生理疾患族群的自殺危險性較高。另外，在生理疾患族群中有較高的比率有心理疾患，特別是憂鬱症；而慢性病、殘障和疾病癒後不佳都和自殺相關。

神經學疾病

癲癇和高自殺率有關。而這和癲癇造成的易衝動、具侵略性和慢性殘障相關。

脊髓和腦部受傷也會增加自殺的危險性。近期的研究顯示有 19% 的中風患者有憂鬱和自殺危險性—特別是病灶在腦部後方區域導致較大殘疾和身體損傷者。

腫瘤

進展性惡性腫瘤疾患的自殺危險性在診斷出有進展性末期疾病的當時和前二年最高。疼痛是自殺顯著的促進因子。

人體免疫不全病毒／愛滋病

在年輕族群中，罹患有人體免疫不全病毒感染和愛滋病會提高自殺的危險性，並伴隨高自殺率。自殺之危險性在確定疾病診斷時和疾病早期會較高。靜脈注射型態之藥物濫用者有較高之風險。

其他情況

其他疾病如慢性腎衰竭、肝疾病、骨關節疾病、心血管疾病及消化道疾病都與自殺有關連，行動上的失能、失明及耳聾也可能導致自殺。

近年來，安樂死與協助下自殺逐漸變成內科醫師不得不面對的難題。主動執行安樂死在幾乎所有的權限下都算是違法的，但協助下自殺則在道德倫理及哲學上爭議不斷。

總結自殺防治的步驟

當醫師懷疑或發現病人有自殺風險時，以下表格總結了評估及處理病人的主要步驟：

自殺風險：發現、評估、行動方案

自殺風險	症狀	評估	行動
0	沒有痛苦	—	—
1	情緒受干擾	詢問關於自殺之想法	傾聽及同理
2	含糊的死亡念頭	詢問關於自殺之想法	傾聽及同理
3	含糊的死亡意圖	評估意圖 (計畫及方式)	探究可能性 確定支持鼓勵
4	有自殺意念 但無 精神疾病	評估意圖 (計畫及方式)	探究可能性 確定支持鼓勵
5	有自殺意念 且有 精神疾病 或 嚴重的生活 壓力	評估意圖 (計畫及方式) 訂立契約	轉介精神科 醫師
6	有自殺意念 且有 精神疾病 或 嚴重的生活 壓力 或 激動不安 且有 過去自殺行為	陪伴病人 (防止進一步方式)	住院

參考資料

1. WHO. International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems, Tenth Revision. Vol. 1. Geneva, World Health Organization, 1992.
2. Angst J, Angst F, Stossen HM. Suicide risk in patients with major depressive disorders. *Journal of clinical psy- chiatry*, 1999, 60, Suppl. 2: 57-62.
3. Simpson SG, Jamison KR. The risk of suicide in patients with bipolar disorder. *Journal of clinical psychiatry*, 1999, 60, Suppl. 2: 53-56.
4. Rutz W, von Knorring L, Walinder J. Long-term effects of an education programme for general practitioners given by the Swedish Committee for Prevention and Treatment of Depression. *Acta psychiatrica scandinavica*, 1992, 85: 83-88.
5. Schou M. The effect of prophylactic lithium treatment on mortality and suicidal behaviour. *Journal of affective disorders*, 1998, 50: 253-259.
6. Gupta S, et al. Factors associated with suicide attempts among patients with schizophrenia. *Psychiatric services*, 1998, 10: 1353-1355.
7. Isometsa ET, et al. Suicide among subjects with personality disorders. *American journal of psychiatry*, 1996, 153: 667-673.
8. Gonzalez Seijo JC, et al. Poblaciones específicas de alto riesgo. [Population groups at high risk.] In: Bobes Garcia J et al., eds. *Prevencion de las conductas suicidas y parasuicidas*. [Prevention of suicidal and parasuicidal behaviours.] Masson, Barcelona, 1997, 69-77. Gunnell D, Frankel S. Prevention of suicide: aspirations

and evidences. *British medical journal*, 1999,
308: 1227-1233.

譯者群名單：阮紹裘醫師、許瑞琳醫師、張耿
嘉醫師、潘亦蕾醫師、鄭安富醫師（以上依照
姓氏筆劃排序）

修改自：世界衛生組織2000年起發表之系列自
殺防治專業人員說帖

第二章：守門人的定義與角色功能

「2007 自殺防治守門人年」

概念與訓練課程簡介—守門人 123 『1 問、2 應、3 轉介』

自殺防治中心 守門人推動小組

- 1 問—主動關心，詢問對方的狀況
- 2 應—聆聽對方的問題，並做適當的回應
- 3 轉介—針對對方的問題，給予適當資源協助

在台灣，自殺已經連續九年列入國人十大死因之一；94 年有 4,282 人自殺身亡，每十萬人口粗死亡率為 18.8 人，約每兩小時就有一人奪走自己的生命。為了達到自殺防治全民參與、彼此關懷、珍愛生命、希望無限的目標，本中心不斷的思考要如何促進全民防治自殺之目標，特別將今（2007）年訂為「自殺防治守門人年」，期待藉由守門人訓練課程的推廣，達到「自殺防治 人人有責」之終極目標。

本中心於守門人課程辦理之初，分階段進行各式守門人訓練。第一階段的守門人訓練，首先選擇較有機會接觸到自殺高風險群的生命線志工、農藥販售商、老人居家服務員等，做為第一批守門人受訓對象，期望他們能在例行服務的過程中，且不增加額外工作負擔的情況下，關心服務對象的情緒健康，若有需要時，能給予適當的協助與轉介。為了讓大家更瞭解自殺防治守門人之意義，以下分別針對自殺防治策略、守門人概念及守門人訓練課程做簡單之介紹：

一、自殺——冰山一角的呈現

我們常會用「冰山一角」的例子，來說明自殺防治策略的不同層次（見下圖）。冰山的

體積有九成在海平面以下，肉眼所見海平面以上的部份僅是其十分之一的體積，例如，在報紙、新聞上所看到自殺者身亡的消息；或是死亡登記資料中所統計出來的自殺死亡人數、性別及年齡的分布，以及自殺所使用的方法等等，對於瞭解自殺問題的嚴重程度及特性，有很大的幫助。

除了身亡之外，一個人在什麼時候會浮出海平面被我們發現呢？就是自殺企圖（未遂）者，特別指的是被急救生還的人。由於自殺企圖者再度自殺及自殺身亡的機率比一般人高出許多，因此即時提供關懷服務是重要的防治措施；行政院衛生署於 94 年底建立的「自殺防治通報關懷系統」，正是為這群最高風險的個人所規劃的，屬於「指標性策略」。去（95）年全國總計有 19,060 人次自殺企圖事件，透過該系統被通報，其中有 12,785 人次曾接觸到不同程度的後續關懷服務。

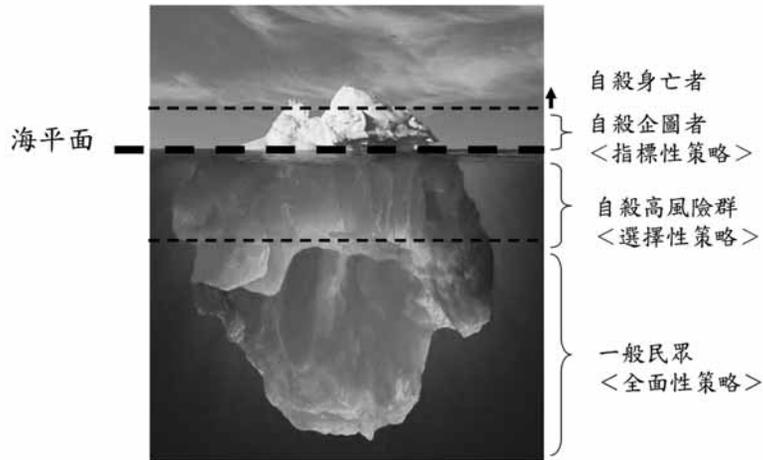
然而，在海平面的下方，有更多高風險群，例如，有精神疾病者、久病不癒者及遭逢重大生活壓力事件的人，或者已有自殺意念產生、或已著手計畫等等，雖然無法看到，其數量卻比我們肉眼所見的身亡人數與企圖人數更多！如何早期發現這些高風險族群而提供即時的協助與預防措施？這就是自殺防治「選擇性

行政院衛生署委託台灣憂鬱症防治協會辦理

自殺防治中心



自殺防治的策略層次



珍愛生命，希望無限

Saving Lives, Restoring Hope

冰山圖片來自於 Kerry L. Knox. Suicide Prevention in the USAF. Univ. of Rochester Medical Center Rochester, NY, USA.

策略」的重點，其中，「守門人訓練」是本中心 2007 年的主要措施。

二、何謂自殺防治守門人

(一)守門人的由來

有關守門人研究的起源，最早可以追溯到 1947 年著名的社會心理學家 Lewin 的研究。Lewin 在其一篇名為「團體動力學：團體生活的管道」中以食物為例，描述食物如何從生產管道經銷售管道，最後送到每個家庭的飯桌上；Lewin (1951) 深信，這些概念架構是可以類推到一般的現象和情境（轉引自林東泰，1999）。根據 Lewin 對守門行為的定義，守門人意指能藉著一道又一道的關卡，來進行過濾和控制過程的人。守門人 (gatekeeper) 其實是

一個相當簡單的概念。維基百科 (Wiktionary) 對守門人一詞的解釋就是某人對某件事做守衛、監視或防守的動作，因此守門人有監控、管制、保護的意思存在。

(二)守門人的定義

國外許多自殺防治方案都會提到守門人對自殺防治的重要性，但不同方案對守門人也會有不同的定義。分析資料後發現，自殺防治守門人可分為狹義及廣義的界定；狹義的定義是指「定期（固定地）接觸遭受痛苦、危難的個人或家庭之人，即可稱之為自殺防治守門人」（QPR Gatekeeper Training For Suicide Prevention, 2002）。廣義的自殺防治守門人是指「當個人接受訓練後懂得如何辯認自殺行為，並對有自殺風險者做適當的回應或轉介者，即可稱為自殺防治守門人」（Maine Youth Suicide

Prevention Program, 2005)。因此廣義的定義認為只要透過適當的學習，每個人都可以成為「自殺防治守門人」。

(三) 自殺防治守門人的角色與功能

我們相信一部份選擇自殺的人並不是真的想要結束自己的生命，他們是藉由「自殺」的行為或企圖來對外在世界表示一種「我需要幫助」、「我很痛苦」、「我需要關心」的訊息；但也可能有些人是生理的因素，像是憂鬱症、久病不癒等，也會讓人試圖以自殺的方法來尋求解脫。

守門人扮演著「關懷、支持」的角色，能夠在對方最需要關心的時候看到他所發出的訊息，也能適時的給予鼓勵並提供資源協助，陪伴其走過死蔭的幽谷，走向光明的未來。換言之，「自殺防治守門人」就是擔任「早期發現、早期干預、早期協助」的角色；在接受過守門人訓練課程後，對自殺高風險因素有較高的敏銳度，並有能力協助他人獲得適當的幫忙，有效阻止自殺意念者浮出海平面，降低自殺率。相信這個方法你我都做得到。

三、自殺防治守門人之成效

J. John Mann 等人 (2005) 彙整 1966 年至 2005 年間發表的 5,020 篇文獻，發現對整體自殺率有影響的防治方法包括教育、增加抗憂鬱處方、關懷照護、限制使用致命物品以及媒體管制等，其中，守門人教育方案介入後，全年自殺率降低 33-40%。美國空軍及挪威陸軍引入守門人教育介入後，全年自殺率也分別降低 40% 及 33%，而前者也發現家暴等情緒失控事件的發生率也相對減少。Davis. P (2001) 在 American Association of Suicidology (現已更名為 Suicide Prevention Alliance) 舉辦的年會中發表一篇文章，比較青少年及成人在接受守門人

訓練後對自殺相關知識及態度的改變。研究對 404 位 (男性 171 位、女性 233 位) 接受過一小時守門人訓練的青少年及成人 (年齡介於 11 歲~75 歲) 使用自填量表 (知識 6 題、態度 5 題) 進行研究。研究發現 95% 的人對守門人課程感到滿意，94% 的人會向他人推薦守門人訓練。而研究結果也發現成熟的成年人似乎比青少年更適合接受自殺防治守門人訓練；因此，研究證實守門人訓練對個人的確是有所幫助的，特別是對成年人。

有些國家在規劃青少年自殺防治的計畫時，通常會將「自殺防治守門人訓練」列入考慮，因為他們認為常接觸青少年的人 (包括老師、學校教職員等) 最能觀察到青少年的改變，能夠及時的察覺青少年是否有自殺警訊，以便及時干預 (Rodgers. P, 2005; Maine Youth Suicide Prevention Program, 2005)；接受過自殺防治守門人訓練的人，對於自殺的危險警訊的感知會比未接受訓練者更敏銳，更能有效且即時的讓有自殺危機的人獲得適當之協助。

目前探討自殺防治守門人成效的研究有限，因為我們很難從現有數據中推估自殺防治守門人降低自殺死亡率的淨效果；不過，近年來已經有學者開始注意到自殺防治守門人訓練對受訓者的影響及幫助，這也表示有越來越多人重視到自殺防治守門人訓練的重要性。

四、本中心之守門人訓練課程

(一) 訓練對象與課程內容

本中心第一階段將守門人課程推廣於較有機會接觸到自殺高危險群的守門人，待成效顯著且課程成熟後，可望將課程推廣至一般民眾，以達「自殺防治人人有責」之目標。守門人課程可分為二個層次：守門人訓練 (Gatekeeper Trainings) 及種子講員核心課程 (Training

of Trainers)。前者為共同核心課程，後者則強調開發培育各領域的訓練人力。

目前計劃提供課程給醫療專業及非醫療（高風險族群及相關服務體系）人員，訓練目標包括：

1. 目標一：瞭解自殺防治的重要性及守門人的概念
2. 目標二：清楚自殺行為的徵兆
3. 目標三：能實際應用簡式健康量表（BSRS-5）
4. 目標四：能做適當處理並轉介當地資源守門人訓練課程的時間，原則上為 90 分鐘，課程講師目前以邀請專業精神科醫師擔任為主，透過課程講解及與受訓者互動，讓受訓者更瞭解自殺相關知識、協助技巧及轉介方式。

(二)合作試辦計畫與轉介名單

目前本中心已針對老人、校園、農藥販售商、生命線等，對服務人員的守門人族群進行相關觀念及課程的推動，並以簡式健康量表（BSRS-5）為工具，納入例行服務工作中，期望試辦單位成為協助個案轉介至醫療單位之平台，並建立標準的評估轉介模式，以有效的方式協助需要幫助的人。

為了確保轉介成功，本中心刻正建立精神醫療服務的轉介資源手冊，除了過去已有的機構基本資料外，目前正嘗試增列個別精神科醫師的看診時段，期望藉此讓轉介的過程更加順暢。

五、結語

「自殺防治，人人有責」，只要掌握「1 問、2 應、3 轉介」的方法，透過「自殺防治守門人訓練」課程，學習辨認自殺的危險因子及學習基礎的自殺干預技巧，且懂得尋求適當資源協助有自殺意念者，人人都可以加入自殺防治守門人的行列。

六、參考資料

- 林東泰（1999）。大眾傳播理論。台北：師大書苑。
- 維基百科。上網日期：2007 年 3 月 20 日。
1. <http://zh.wikipedia.org/w/index.php?title=%E9%A6%96%E9%A1%B5&variant=zh-tw>
 2. Davis. P (2001) . QPR Gatekeeper Training Results for Different Age Groups. 2001 Annual Conference of the American Association of Suicidology.
 3. John Mann, et al. (2005) . Suicide prevention strategies. JAMA., 294: 2064- 2075.
 4. Main Youth Suicide Prevention Program (2005) . Youth Suicide Prevention Gatekeeper Training. Suicide Prevention Protocol Planning.
 5. QPR Institute (2002) . QPR Gatekeeper Training for Suicide Prevention.
 6. Rodgers, P. (2005) . Generic evaluation design for gatekeeper training. Draft Generic Gatekeeper Evaluation Plan 2.0,1-4.

第三章：心情溫度計（BSRS-5）篩檢要領

一、介紹簡式健康量表（Brief Symptom Rating Scale, 簡稱 BSRS-5）

簡式健康量表是由臺大李明濱教授等人所發展，主要為精神症狀之篩檢表，目的在於能迅速瞭解個人之心理照護需求，進而提供所需心理衛生服務。

簡式健康量表 BSRS-5 原設計為一自填量表，但也可使用面談或電話訪談進行。適用於認識中文字或聽懂中文發音者。題數少，填寫時間短，解釋容易，在使用者上限制少為其主要之優點。同時其未包含有關身體症狀之問句，可避免生理症狀對試測結果之影響。

二、說明簡式健康量表的內容及評分方法

請您仔細回想一下，在最近這一星期中（包括今天），下列敘述讓您感到困擾或苦惱的程度？

問題／分數	完全沒有	輕微	中等程度	厲害	非常厲害
1. 感覺緊張不安	0	1	2	3	4
2. 覺得容易苦惱或動怒	0	1	2	3	4
3. 感覺憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
4. 覺得比不上別人	0	1	2	3	4
5. 睡眠困難，譬如以難以入睡、易醒或早醒	0	1	2	3	4
* 有自殺的想法（獨立計分）	0	1	2	3	4

三、說明簡式健康量表的總分等級及建議

(一) 1 至 5 題之總分

0-5 分：身心適應狀況良好。

6-9 分：輕度情緒困擾，建議找家人或朋友談談，抒發情緒。

10-14 分：中度情緒困擾，建議尋求心理諮商或接受專業諮詢。

15 分以上：重度情緒困擾，需高關懷，建議尋求專業輔導或精神科治療。

(二) * 有自殺的想法：

本題為附加題，評分為 2 分以上（中等程度）時，即建議尋求專業輔導或精神科治療。

第四章：資源篇

諮詢與醫療機構

中心將台灣各地諮詢與醫療機構的聯絡方

式整理於網頁中，讓需要幫助的人快速得到幫助。除此之外，亦可到行政院衛生署網站或其他心理衛生諮詢單位的網站中，尋求更多的資訊、得到更多的幫助。

台北市（38）

精神醫療院所（24）

機構名稱	地址	電話
培靈醫院	臺北市松山區八德路 4 段 355 號	(02)27606116
臺北市立聯合醫院附設精神科門診	臺北市中正區金山南路 1 段 5 號 1、2 樓	(02)33936779
松山醫院	台北市松山區南京東路 5 段 324 號	(02)27616534
國軍北投醫院附設民眾診療服務處	臺北市北投區新民路 60 號, 中和街 250 號	(02)28959808
台北市立關渡醫院委託行政院國軍退除役官兵輔導員會	臺北市北投區知行路 225 巷 12 號	(02)28557000
財團法人國泰綜合醫院內湖分院	臺北市內湖區內湖路 2 段 360 號	(02)27935888
財團法人辜公亮基金會和信治癌中心醫院	臺北市北投區立德路 125 號	(02)28970011
財團法人台灣省私立台北仁濟院附設仁濟醫院	臺北市萬華區廣州街 200, 243 號	(02)23021131
財團法人基督復臨安息日會臺安醫院	臺北市松山區八德路 2 段 424,426 號	(02)27718151
博仁綜合醫院	臺北市松山區光復北路 66-68 號	(02)25786677
臺北市立聯合醫院（中興院區）	臺北市大同區鄭州路 145 號	(02)25553000
臺北市立聯合醫院（松德院區）	臺北市大同區台北市松德路 309 號	(02)29017273
國立台灣大學醫學院附設醫院	臺北市中正區中山南路 7 號	(02)23123456

國軍松山總醫院附設民眾診療服務處	臺北市松山區健康路 131 號	(02)2764-2151
三軍總醫院附設民眾診療服務處	臺北市內湖區成功路 2 段 325 號	(02)8792-7044
行政院國軍退除役官兵輔導委員會台北榮民總醫院	臺北市北投區石牌路 2 段 201 號	(02)28712121
財團法人長庚紀念醫院	臺北市松山區敦化北路 199 號	(02)27135211
財團法人國泰綜合醫院	臺北市大安區仁愛路 4 段 280 號，266 巷 6 號	(02)27082121
財團法人臺灣基督長老教會馬偕紀念社會事業基金會馬偕紀念醫院	臺北市中山區中山北路 2 段 92 號	(02)25433535
財團法人新光吳火獅紀念醫院	臺北市士林區文昌路 95 號	(02)28332211
財團法人振興復健醫學中心	臺北市北投區振興街 45 號	(02)28264400
臺北醫學大學附設醫院	臺北市信義區吳興街 252 號	(02)27372181
台北市立萬芳醫院—委託財團法人私立臺北醫學大學辦理	臺北市文山區興隆路 3 段 111 號	(02)29307930
行政院衛生署台北醫院城區分院	臺北市大同區鄭州路 40 號	(02)2552-1429

精神醫療診所 (9)

機構名稱	地址	電話
康和診所	臺北市大安區忠孝東路 4 段 216 巷 11 弄 8 號	(02)27523234
杏語心靈診所	臺北市大安區敦化南路 1 段 200 號 1206 室	(02)27211526
光能身心診所	臺北市大安區忠孝東路 4 段 2 號 11 樓之 3	(02)27214322
佑泉診所	臺北市信義區忠孝東路 5 段 508 之 4 號 1 樓	(02)27595512
朝暘診所	臺北市信義區松山路 506 號	(02)27272076
啟誠聯合診所	臺北市大安區和平東路 2 段 120 號 1-4 樓	(02)23784380

林青毅家庭醫學科診所	臺北市大安區大安路一段 2-1 號	(02)27317557
心靈診所	臺北市大安區樂利路 53 號 1 樓	(02)23785058
書田泌尿科眼科診所	臺北市大安區建國南路 2 段 276-278 號	(02)23690211

諮詢機構 (5)

諮詢機構	電話
台北市觀音線心理協談專線	(02)27687733
台北市社區心理衛生中心	(02)33936779#10
馬偕協談中心平安線	(02)25310505、(02)25318595、(02)25718427
馬偕自殺防治中心	(02)25433535#3683
宇宙光輔導中心	(02)23627278

台北縣 (26)

精神醫療院所 (21)

機構名稱	地址	電話
行政院衛生署八里療養院	台北縣八里鄉華富山 33 號	(02)26101660
宏慈療養院	台北縣新店市安泰路 157 號 2 樓	(02)22151177
宏濟神經精神科醫院	台北縣新店市安忠路 57 巷 5 號	(02)22118899
財團法人台灣省私立台灣仁濟院附設仁濟療養院新莊分院	台北縣新莊市瓊林路 100 巷 27 號 1 樓	(02)22015222
名思療養院	台北縣鶯歌鎮鶯桃路 2 段 62 號	(02)26701092
靜養醫院	台北縣三峽鎮中山路 459 巷 92 號	(02)26710427
長青醫院	台北縣淡水鎮糞箕湖 1-5 號	(02)26220561
北新醫院	台北縣淡水鎮忠寮里演戲埔腳 1 之 2 號	(02)26209199
泓安醫院	台北縣淡水鎮下圭柔山 91 巷 2 號 1 至 4 樓地下 1 樓	(02)26232681
台安醫院	台北縣三芝鄉興華村楓子林路 42 之 5 號	(02)26371600
退除役官兵輔導委員會 台北榮譽國民之家醫務室	台北縣三峽鎮白雞 127 號	(02)26731201
行政院衛生署樂生療養院	台北縣新莊市中正路 794 號	(02)29017273

財團法人天主教耕莘醫院永和分院	台北縣永和中興街 80 號	(02)29251302
臺北縣立醫院	台北縣三重市中山路 2 號	(02)29829111
行政院衛生署台北醫院	台北縣新莊市思源路 127 號 1 樓	(02)22765566
財團法人徐元智先生醫藥基金會附設亞東紀念醫院	台北縣板橋市南雅南路 2 段 21 號	(02)89667000
財團法人佛教慈濟綜合醫院台北分院	台北縣新店市建國路 289 號	(02)66289779
財團法人恩主公醫院	台北縣三峽鎮復興路 399 號	(02)26723456
財團法人基督長老教會馬偕紀念醫院淡水分院	台北縣淡水鎮民生路 45 號	(02)28094661
財團法人國泰綜合醫院汐止分院	台北縣汐止市建成路 59 巷 2 號地下 3 樓至地上 9 樓及 12 樓	(02)26482121
財團法人天主教耕莘醫院	台北縣新店市中正路 362 號	(02)22193391

精神醫療診所 (3)

機構名稱	地址	電話
楊思亮診所	臺北縣板橋市文化路 2 段 4 號	(02)82528779
心晴診所	臺北縣永和市竹林路 27 號 1 樓	(02)89250802
家樺聯合診所	臺北縣板橋市雙十路 2 段 42 號 1 樓	(02)22506901

諮詢機構 (2)

諮詢機構	電話
台北縣社區心理衛生中心	(02)22577155#1032
台北縣立板橋醫院心理衛生中心	(02)22575151#2162

基隆市 (4)

精神醫療院所 (3)

機構名稱	地址	電話
南光神經精神科醫院	基隆市安樂區基隆市基金一路 91 號	(02)24310082
行政院衛生署基隆醫院	基隆市信義區信二路 268 號	(02)24292525
財團法人長庚紀念醫院基隆分院	基隆市安樂區麥金路 222 號	(02)24313131

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
基隆市社區心理衛生中心	(02)24300193 (周一至周五 9:00-17:00)

桃園市 (3)

精神醫療院所 (3)

機構名稱	地址	電話
敏盛綜合醫院	桃園市經國路 168 號	(03)3179599
財團法人天主教聖保祿修女會醫院	桃園建新街 123 號	(03)3613141
行政院國軍退除役官兵輔導委員會桃園榮民醫院	桃園市成功路三段 100 號	(03)3384889

桃園縣 (12)

精神醫療院所 (10)

機構名稱	地址	電話
居善醫院	桃園縣大園鄉南港村許厝港 103 之 40 號	(03)3866511
行政院衛生署桃園療養院	桃園縣桃園市龍壽街 71 號	(03)3698553
財團法人長庚紀念醫院林口兒童分院	桃園縣龜山鄉復興街 5 之 7 號	(03)3281200
國軍桃園總醫院附設民眾診療服務處	桃園縣龍潭鄉中興路 168 號	(03)4807777
財團法人長庚紀念醫院桃園分院	桃園縣龜山鄉舊路村東舊路坑 26 之 8 號	(03)3492345
天晟醫院	桃園縣中壢市延平路 155 號	(03)4627735
行政院衛生署桃園醫院	桃園縣桃園市中山路 1492 號	(03)3699721
財團法人長庚紀念醫院林口分院	桃園縣龜山鄉公西村復興街 5 號	(03)3281200
壠新醫院	桃園縣平鎮市廣泰路 77 號	(03)4941234
行政院衛生署桃園醫院新屋醫院	桃園縣新屋鄉新福二路 6 號	(03)497-1989

諮詢機構 (2)

諮詢機構	電話
桃園縣社區心理衛生中心	03-3325880
桃園張老師中心	(03)3316180

新竹市 (7)

精神醫療院所 (4)

機構名稱	地址	電話
台灣省私立桃園仁愛之家附設新生醫院	新竹市北區西門街 120 號	(03)5222637
國軍新竹地區醫院附設民眾診療服務處	新竹市北區武陵路 3 號	(03)5348181
行政院衛生署新竹醫院	新竹市北區經國路一段 442 巷 25 號	(03)5326151
財團法人馬偕紀念醫院新竹分院	新竹市東區光復路二段 690 號	(03)6119595

精神醫療診所 (2)

機構名稱	地址	電話
能清安欣診所	新竹市東區中央路 214 號	(03)5357600
新民神經精神科診所	新竹市北區中正路 206 號	(03)5223418

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
新竹市社區心理衛生中心	(03)5240019

新竹縣 (9)

精神醫療院所 (4)

機構名稱	地址	電話
行政院衛生署竹東醫院	新竹縣竹東鎮至善路 52 號	(03)5943248
財團法人天主教湖口仁慈醫院	新竹縣湖口鄉忠孝路 29 號	(03)5993500
行政院國軍退除役官兵輔導委員會竹東榮民醫院	新竹縣竹東鎮中豐路一段 81 號	(03)5962134
東元綜合醫院	新竹縣竹北市縣政二路 69 號	(03)5527000

精神醫療診所（4）

機構名稱	地址	電話
心晴診所	新竹縣竹北市嘉豐二街1段48號	(03)5505550
天主教聖母診所	新竹縣湖口鄉忠孝路25號3樓	(03)5993500
六竹診所	新竹縣竹北市嘉豐二街一段48號	(03)5505550
家康診所	新竹縣湖口鄉漢陽路19號	(03)5987554

諮詢機構（1）

諮詢機構	電話
新竹縣社區心理衛生中心	(03)6567138

苗栗縣(8)

精神醫療院所（4）

機構名稱	地址	電話
苑裡李綜合醫院	苗栗縣苑裡鎮和平路168號	(03)7862387
大千綜合醫院	苗栗縣苗栗市新光街6號	(03)7357125
行政院衛生署苗栗醫院	苗栗縣苗栗市為公路747號	(03)7261920
財團法人為恭紀念醫院	苗栗縣頭份鎮信義路128號	(03)7676811

精神醫療診所（3）

機構名稱	地址	電話
舒康診所	苗栗縣苗栗市信義街31號2樓	(037)366112
益康診所	苗栗縣苗栗市中正路739號	(037)378566
王內科精神科診所	苗栗縣苑裡鎮苑南里11鄰中山路148號	(037)862888

諮詢機構（1）

諮詢機構	電話
苗栗縣社區心理衛生中心	(037)332565、(037)332621

台中市（27）

精神醫療院所（13）

機構名稱	地址	電話
中山醫學大學附設復健醫院	台中市北屯區太原路三段1142號	(04)22393855

財團法人台灣省私立台中仁愛之家附設靜和醫院	台中市西區吉龍里南屯路一段 156 號	(04)23711129
宏恩醫院龍安分院	台中市南區德富路 145 巷 2 號	(04)37017188
維新醫院	台中市北區育德路 185.187 號	(04)22038585
中山醫學大學附設醫院中港分院	台中市西區台中港路 1 段 23 號、中山路 500 號 1 樓、中山路 501 號	(04)22015111
國軍台中總醫院附設民眾診療服務處中清分院	台中市北區忠明路 500 號	(04)22037320
行政院衛生署台中醫院	台中市西區東昇里三民路一段 199 號	(04)22294411
林新醫院	台中市南屯區惠中路三段 36 號	(04)22586688
行政院國軍退除役官兵輔導委員會台中榮民總醫院	台中市西屯區台中港路三段福安里 160 號	(04)23592525
中山醫學大學附設醫院	台中市南區建國北路一段 110 號	(04)24739595
中國醫藥大學附設醫院	台中市北區育德路 2 號	(04)22052121
澄清綜合醫院	台中市中區平等街 139 號	(04)24632000
澄清綜合醫院中港分院	台中市西屯區中港路 3 段 118 號	(04)24632000

精神醫療診所 (12)

機構名稱	地址	電話
明功堂精神科診所	台中市東區自由路三段 276 號	((04)22120083
劉昭賢精神科診所	台中市西區向上路一段 360 號 1 樓	(04)23223123
游文治精神科診所	台中市西區美村路一段 223 號 1 樓	(04)23029995
家康診所	台中市南區文心南路 923 號 1、2 樓	(04)22630818
呂健弘精神科診所	台中市西屯區文心路三段 412 號	(04)23115249
心身美診所	台中市南屯區大聖街 334 號 1 樓	(04)23100050
康誠診所	台中市南屯區大墩路 705 號 2 樓	(04)23103968
敬安精神科診所	台中市南屯區大墩路 285 號 1 樓	(04)24721919
尚義診所	台中市北屯區北屯路 299 之 1 號	(04)22355155
佳佑診所	台中市北屯區崇德路二段 425、427 號 1 樓	(04)22474309
王昌平神經精神科診所	台中市南區復興路三段 471 號	(04)22229752
昕晴診所	台中市西屯區青海路二段 246-1 號 1 樓	(04)27085855

諮詢機構 (2)

諮詢機構	電話
台中觀音線心理協談中心	(04)22339958
台中市社區心理衛生中心	(04)23801600

台中縣 (18)

精神醫療院所 (13)

機構名稱	地址	電話
陽光精神科醫院	台中縣清水鎮東山路 68 之 1 號	(04)26202949
清濱醫院	台中縣清水鎮港埠路四段 195 號	(04)26283995
清海醫院	台中縣石岡鄉金星村石岡街下坑巷 41 之 2 號	(04)25721694
明德醫院	台中縣梧棲鎮仁美街 33 巷 50 號	(04)26579595
李綜合醫院大甲分院	台中縣大甲鎮八德街 2 號	(04)26862288
賢德醫院	台中縣太平市宜昌路 420 號	(04)22732551
光田綜合醫院大甲分院	台中縣大甲鎮經國路 321 號	(04)26620929
行政院衛生署豐原醫院	台中縣豐原市安康路 100 號	(04)25271180
國軍台中總醫院附設民眾診療服務處	台中縣太平市中山路二段 348 號	(04)23934191
財團法人仁愛綜合醫院	台中縣大里市東榮路 483 號	(04)24819900
光田綜合醫院	台中縣沙鹿鎮沙田路 117 號	(04)26625111
童綜合醫院	台中縣梧棲鎮中棲路一段 699 號	(04)26581919
財團法人佛教慈濟綜合醫院台中分院	台中縣潭子鄉聚興村豐興路一段 66 號	(04)36060666

精神醫療診所 (4)

機構名稱	地址	電話
世淋診所	台中縣豐原市中正路 293 號	(04)25207017
林淇祥診所	台中縣豐原市圓環東路 455 號	(04)25289595
心海診所	台中縣豐原市三民路 86 號 3 樓	(04)25159295
王志中診所	台中縣大里市東榮路 338 號	(04)24823855

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
台中縣社區心理衛生中心	(04)25155148#50

南投縣 (5)

精神醫療院所 (4)

機構名稱	地址	電話
行政院衛生署草屯療養院	南投縣草屯鎮玉屏路 161 號	(049)2550800
行政院衛生署南投醫院	南投縣南投市復興路 478 (南投院區) 號 南投市中興新村環山路 57 號 (中興院區)	(049)2231150、 (049)2339165
行政院國軍退除役官兵輔導委員會埔里榮民醫院	南投縣埔里鎮榮光路 1 號	(049)2998911
財團法人埔里基督教醫院	南投縣埔里鎮鐵山路 1 號	(049)2912151

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
南投縣社區心理衛生中心	(049)2205885

彰化縣 (12)

精神醫療院所 (6)

機構名稱	地址	電話
敦仁醫院	彰化縣員林鎮員水路一段 102 巷 74 弄 99 號	(04)7071727
明德醫院	彰化縣彰化市龍山里中山路二段 874 巷 33 號	(04)7223138
財團法人彰濱秀傳紀念醫院	彰化縣鹿港鎮鹿工路 6 號	(04)7813888
秀傳紀念醫院	彰化縣彰化市中山路一段 542 號	(04)7256166
行政院衛生署彰化醫院	彰化縣埔心鄉中正路二段 80 號	(04)8298686
財團法人彰化基督教醫院	彰化縣彰化市南校街 135 號	(04)7238595

精神醫療診所 (5)

機構名稱	地址	電話
吳潮聰精神科診所	彰化縣彰化市長發街 3 號	(04)7239121

沈祿從診所	彰化縣花壇鄉長沙村中正路 220 號	(04)7868238
吳澄第神經科精神科診所	彰化縣彰化市成功路 345 號	(04)7226814
王中民神經科精神科診所	彰化縣員林鎮中山路一段 838 號	(04)8323553
高杏診所	彰化縣員林鎮中正路 226 號	(04)8347798

雲林縣 (7)

精神醫療院所 (4)

機構名稱	地址	電話
靜萱療養院	雲林縣斗六市瓦厝路 159 號	(05)5223788
國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院	雲林縣斗六市莊敬路 345 號	(05)5322017
財團法人天主教若瑟醫院	雲林縣虎尾鎮新生路 74 號	(05)6337333
國立臺灣大學醫學院附設醫院雲林分院 (斗六院區)	雲林縣斗六市雲林路二段 579 號	(05)5323911

精神醫療診所 (2)

機構名稱	地址	電話
雲萱診所	雲林縣斗六市雲林路二段 333 號	(05)5371689
靖宣診所	雲林縣斗六市文化路 15 號	(05)5379859

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
雲林縣社區心理衛生中心	(05)5370885

嘉義市 (8)

精神醫療院所 (5)

機構名稱	地址	電話
行政院衛生署嘉義醫院	嘉義市西區北港路 312 號	(05)2319090
行政院退輔會嘉義榮民醫院	嘉義市西區劉厝里世賢路二段 600 號	(05)2359630

財團法人嘉義基督教醫院	嘉義市東區中庄里忠孝路 539 號	(05)2765041
財團法人天主教聖馬爾定醫院	嘉義市東區短竹里大雅路二段 565 號	(05)2756000
陽明醫院	嘉義市東區吳鳳北路 252 號	(05)2252000

精神醫療診所 (2)

機構名稱	地址	電話
郭育祥診所	嘉義市西區博愛路二段 240 號 1 樓	(05)2338855
懷恩診所	嘉義市東區興中街 137 號	(05)2277711

諮詢機構 (2)

諮詢機構	電話
嘉義市生命線	(05)2349595
嘉義市衛生局社區心理衛生中心	(05)2338066 轉 320

嘉義縣 (6)

精神醫療院所 (5)

機構名稱	地址	電話
行政院國軍退除役官兵輔導委員會灣橋榮民醫院	嘉義縣竹崎鄉灣橋村石麻園 38 號、鹿滿院區：鹿滿村水景頭 16 號	(05)2791072
行政院衛生署朴子醫院	嘉義縣朴子市永和里 42-50 號	(05)3790600
華濟醫院	嘉義縣太保市麻寮里北港路二段 601 巷 66 號	(05)2373823
財團法人長庚紀念醫院嘉義分院	嘉義縣朴子市仁和里嘉朴路西段 6 號	(05)3621000
財團法人佛教慈濟綜合醫院大林分院	嘉義縣大林鎮平林里民生路 2 號	(05)2648000

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
嘉義縣社區心理衛生中心	(05)3620603

台南市 (18)

精神醫療院所 (6)

機構名稱	地址	電話
財團法人奇美醫院台南分院	台南市南區樹林街 2 段 442 號	(06)2228116
郭綜合醫院	台南市中西區民生路 2 段 18.20.22.23.24.25.27 號	(06)2221111
行政院衛生署台南醫院	台南市中區中山路 125 號	(06)2200055
台南市立醫院	台南市東區崇德路 670 號	(06)2609926
國立成功大學醫學院附設醫院	台南市北區勝利路 138 號	(06)2353535
財團法人台灣基督長老教會新樓醫院	台南市東區東門路 1 段 57 號	(06)2748316

精神醫療診所 (11)

機構名稱	地址	電話
蕭文勝診所	台南市東區東門路 2 段 205 號	(06)2755088
蔡明輝診所	台南市東區崇學路 182 號	(06)3369595
殷建智精神科診所	台南市北區公園北路 152 號 2 樓之 1	(06)2810008
林日光診所	台南市北區長榮路 4 段 152 號 1 樓	(06)2376506
翁桂芳精神科診所	台南市中區民權路 1 段 14 號	(06)2217070
吳吉得診所	台南市安南區安和路 5 段 280 號	(06)2553342
區大正診所 (小天使聯合診所)	台南市安平區府前路 2 段 502 號 1 樓	(06)2930888
江蒼榮診所	台南市北區公園路 126 之 3 號	(06)2213248
安平診所	台南市安平區安平路 23 號	(06)2267939
林春銘神經精神科內科診所	台南市南區西門路 1 段 697 號	(06)2266731
張靖平神經精神科內科診所	台南市北區公園路 822-7 號	(06)2515998

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
台南市社區心理衛生中心	(06)2608365

台南縣 (14)

精神醫療院所 (12)

機構名稱	地址	電話
行政院衛生署嘉南療養院	台南縣仁德鄉中山路 870 巷 80 號	(06)2795019
台灣省私立台南仁愛之家附設心理療養院	台南縣新化鎮中山路 20 號	(06)5902336
行政院衛生署新營醫院北門分院	台南縣北門鄉中樞村 56 之 3 號	(06)7862410
行政院衛生署新營醫院	台南縣新營市信義街 73 號	(06)6351131
財團法人台灣基督長老教會新樓醫院麻豆分院	台南縣麻豆鎮小埤里苓子林 20 號	(06)5702228
行政院國軍退除役官兵輔導委員會永康榮民醫院	台南縣永康市復興路 427 號	(06)3125101
財團法人奇美醫院柳營分院	台南縣柳營鄉太康村 201 號	(06)6226999
財團法人奇美醫院	台南縣永康市中華路 901 號	(06)2812811
行政院衛生署胸腔病院	台南縣仁德鄉中山路 864 號	(06)2705911
財團法人奇美醫院	台南縣永康市中華路 901 號	(06)2521176
行政院衛生署台南醫院新化分院	台南縣新化鎮那拔里牧場 72 號	(06)5911929#9
陳俊升精神科診所	台南縣新營市忠政里三民路 76-8、9 號	(06)6335025

諮詢機構 (2)

諮詢機構	電話
台南縣生命線協會	(06)6329595
台南縣社區心理衛生中心	(06)6377232

高雄市 (32)

精神醫療院所 (14)

機構名稱	地址	電話
苓雅區衛生所	高雄市苓雅區民權一路 85 號 3 樓	(07)5360559
高雄市前鎮區衛生所	高雄市前鎮區康定路 149 號	(07)7513171

靜和醫院	高雄市新興區民族二路 178 號	(07)2224008
行政院衛生署新營醫院	台南縣新營市信義街 73 號	(06)6351131
國軍高雄總醫院附設民眾診療服務處	高雄市苓雅區建軍路 5 號	(07)7496751
高雄市立聯合醫院	高雄市鼓山區中華一路 976 號 B1-9F ; 中華三路 68 號 1B-9F	(07)5552565、2618131
國軍左營總醫院附設民眾診療服務處	高雄市左營區軍校路 553 號	(07)5811648
行政院國軍退除役官兵輔導委員會高雄榮民總醫院	高雄市左營區大中一路 386 號	(07)3422121
高雄市立小港醫院（委託財團法人私立高雄醫學大學經營）	高雄市小港區山明路山明里 482 號 B1-10 樓	(07)8036783
財團法人私立高雄醫學大學附設中和紀念醫院	高雄市三民區自由一路 100 號	(07)3121101
阮綜合醫院	高雄市苓雅區成功一路 162 號	(07)3351121
吉安醫院	高雄市前鎮區后安路 263 號	(07)8213177
高雄市苓雅區衛生所	高雄市苓雅區后民權一路 85 號 3 樓	(07)5360559
高雄市立凱旋醫院	高雄市苓雅區凱旋二路 130 號	(07)7513171

精神醫療診所（17）

機構名稱	地址	電話
河堤診所	高雄市左營區裕誠路 190 號 1 樓	(07)5575658
祈福診所	高雄市楠梓區楠梓新路 148 號 1 樓	(07)3531117
劉精神科診所	高雄市三民區建國一路 504 號	(07)2229450
茂德診所	高雄市三民區自由一路 14 號	(07)3122238
謝前亮診所	高雄市新興區六合路 190 號	(07)2259763
信恩診所	高雄市新興區六合一路 90-1 號 1 樓	(07)2384119
琉璃光精神科診所	高雄市苓雅區四維一路 296 號 1-2 樓	(07)7160887
李全忠診所	高雄市左營區自由三路 528 號 1 樓	(07)3496555
周瑞神經精神科內科診所	高雄市三民區建國二路 248 號	(07)2351248
正中診所	高雄市三民區正忠路 85 號 1 樓	(07)3854616
徐獨立診所	高雄市苓雅區武慶三路 144 號	(07)7135528
楊寬弘診所	高雄市苓雅區凱旋二路 128 號	(07)7240088

童春診所	高雄市苓雅區武慶三路 98 號	(07)7210983
美和聯合診所	高雄市前鎮區翠亨北路 577 號	(07)8120053
靜安神經精神內科診所	高雄市苓雅區大順三路 197 號	(07)2239025
養全診所	高雄市前鎮區復興三路 311 號 1 樓	(07)3344006
元和雅聯合診所	高雄市鼓山區中華一路 347 號	(07)5550056

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
高雄市社區心理衛生中心	(07)3874649、(07)3874650

高雄縣 (11)

全國精神醫療院所 (8)

機構名稱	地址	電話
財團法人台灣省私立高雄仁愛之家附設慈惠醫院	高雄縣大寮鄉後庄村鳳屏一路 509 號	(07)7030315
樂安醫院	高雄縣岡山镇通校路 300 號	(07)6213517
良仁醫院	高雄縣阿蓮鄉民族路 391 號	(07)6317866
靜和醫院燕巢分院	高雄縣燕巢鄉深水村深水路 3 之 20 號	(07)6156555
建佑醫院	高雄縣林園鄉東林西路 360 號	(07)6437901
行政院衛生署旗山醫院	高雄縣旗山鎮中山路 60 號	(07)6613811
財團法人長庚紀念醫院高雄分院	高雄縣烏松鄉大埤路 123 號	(07)7317123
財團法人義大醫院	高雄縣燕巢鄉義大路 1 號	(07)6150011

精神醫療診所 (2)

機構名稱	地址	電話
張簡精神科診所	高雄縣鳳山市五甲一路 600 號	(07)7632048
信元內科精神科聯合診所	高雄縣鳳山市建國路二段 158 號	(07)7415955

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
高雄縣社區心理衛生中心	(07)7331038

屏東縣 (19)

精神醫療院所 (12)

機構名稱	地址	電話
財團法人迦樂醫院	屏東縣新埤鄉箕湖村進化路 12 之 200 號	(08)7981511
屏安醫院	屏東縣麟洛鄉麟蹄村中山路 160 之 1 號	(08)7211777
屏安醫院附設門診部	屏東縣屏東市瑞光路二段 250 號之 1	(08)7378888
人愛醫院	屏東縣屏東市民生路 184 號	(08)7320001
行政院衛生署屏東醫院	屏東縣屏東市自由路 270 號	(08)7363011
行政院國軍退除役官兵輔導委員會龍泉榮民醫院	屏東縣內埔鄉龍潭村昭勝路安平 1 巷 1 號	(08)7704115
輔英科技大學附設醫院	屏東縣東港鎮中山路 5 號	(08)8323146
寶建醫院	屏東縣屏東市中山路 123 號	(08)7665995
財團法人屏東基督教醫院	屏東縣屏東市大連路 60 號	(08)7363026
安泰醫院	屏東縣東港鎮中正路一段 210 號	(08)8329966
行政院衛生署屏東醫院恆春分院	屏東縣恆春鎮恆南路 188 號	(08)8892704
國軍高雄總醫院附設屏東民眾診療服務處	屏東縣屏東市龍華里大湖路 58 巷 22 號	(08)7560756

精神醫療診所 (6)

機構名稱	地址	電話
興安診所	屏東縣屏東市自由路 463 號	(08)7346666
瑞光診所	屏東縣屏東市瑞光路二段 250-2 號 3 樓	(08)7350555
泰祥診所	屏東縣潮州鎮朝昇路 306 號	(08)7881777
養安神經精神科診所	屏東縣屏東市中山路 63 號	(08)7322415
賴耀宗診所	屏東縣屏東市廣東路 100 號	(08)7223329
宏仁內科神經科精神科診所	屏東縣潮州鎮育英路 95 號	(08)7882121

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
屏東縣社區心理衛生中心	(08)9331174#302、305

台東縣 (4)

精神醫療院所 (3)

機構名稱	地址	電話
行政院衛生署臺東醫院	台東縣台東市五權街 1 號	(089)324112
馬偕紀念醫院台東分院	台東縣台東市長沙街 303 巷 1 號	(089)310150
行政院衛生署台東醫院 成功分院	台東市五權街 1 號	(089)324112

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
台東縣社區心理衛生中心	(089)336575

花蓮縣 (9)

精神醫療院所 (8)

機構名稱	地址	電話
行政院衛生署玉里醫院	花蓮縣玉里鎮中華路 448 號	(03)8886141
行政院國軍退役官兵輔導委員會鳳林榮民醫院	花蓮縣鳳林鎮鳳信里中正路一段 2 號	(03)8764539
行政院國軍退除役官兵輔導委員會玉里榮民醫院	花蓮縣玉里鎮新興街 14 鄰 91 號	(03)8883141
國軍花蓮總醫院附設民眾診療服務處	花蓮縣新城鄉嘉里路 163 號	(03)8263151#9
行政院衛生署花蓮醫院	花蓮縣花蓮市中正路 600 號	(03)8358141
財團法人佛教慈濟綜合醫院	花蓮縣花蓮市中央路三段 707 號	(03)8561825
財團法人臺灣基督教門諾會醫院	花蓮縣花蓮市民權路 44 號	(03)8241234
行政院衛生署花蓮醫院 豐濱分院	花蓮縣豐濱鄉光豐路 41 號	(03)8791385#107、 217、300

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
花蓮縣社區心理衛生中心	(03)8233251

宜蘭縣 (9)

精神醫療院所 (7)

機構名稱	地址	電話
海天醫院	宜蘭縣壯圍鄉古亭路 23-9 號	(03)9308010
財團法人佛教普門醫院 慢性病分院	宜蘭縣員山鄉深溝村尚深路 91 號	(03)9220292
行政院國軍退除役官兵 輔導委員會員山榮民醫 院	宜蘭縣員山鄉榮光路 386 號	(03)9222141
行政院國軍退除役官兵 輔導委員會蘇澳榮民醫 院	宜蘭縣蘇澳鎮蘇濱路 1 段 301 號	(03)9905106
行政院衛生署宜蘭醫院	宜蘭縣宜蘭市新民路 152 號	(03)9325192
財團法人天主教靈醫會 羅東聖母醫院	宜蘭縣羅東鎮中正南路 160 號	(03)9544106
財團法人羅許基金會羅 東博愛醫院	宜蘭縣羅東鎮南昌街 81、83 號	(03)9543131

諮詢機構 (2)

諮詢機構	電話
宜蘭縣生命線協會	(03)9329595
宜蘭縣社區心理衛生中心	(03)9358393

金門縣 (3)

精神醫療院所 (2)

機構名稱	地址	電話
行政院衛生署台北醫院 花崗石分院	金門縣金湖鎮夏興 100-1 號	(082)336255
行政院衛生署金門醫院	金門縣金湖鎮復興路 2 號	(082)332546

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
金門縣社區心理衛生中心	(082)337885

連江縣 (1)

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
連江縣社區心理衛生中心	(0836)22095#103

澎湖縣 (3)

精神醫療院所 (1)

機構名稱	地址	電話
行政院衛生署澎湖醫院	澎湖縣馬公市前寮里 90 號	(06)9261151

精神醫療診所 (1)

機構名稱	地址	電話
陽明診所	澎湖縣馬公市陽明路 37 號	(06)9266633

諮詢機構 (1)

諮詢機構	電話
澎湖縣社區心理衛生中心	(06)9272162#310