

精神照護服務資源在社區

健康話題

每週三刊出



一、精神照護

精神照護橫跨醫療、心理與社工領域。在現代醫療體系中，透過藥物穩定腦部功能，在生理穩定的基礎上，依據不同疾患擬定個別化的處遇計畫；例如為思覺失調症患者重建現實感，或協助躁鬱症患者進行情緒管理，我們不只是「管理症狀」，更是陪伴個案在疾病的混亂中重新找回自我認同，時至今日，長效針劑讓患者可選擇每月或每三個月施打一次針劑，打破了傳統口服藥物中「漏藥、發病、反覆住院」的惡性循環。

二、多重議題

人在遇到重大的心理創傷或失落時，心理的防衛機轉若是過度的否認、壓抑或隔離，往往會進入病態的情緒或酒癮等問題，若能早期尋求專業心理師的諮商，或精神科醫師的協助，處理焦慮、憂鬱或酒癮戒斷等問題，就可以避免身心問題的複雜與慢性化，精神照護往往不是單一問題，實務上常合併自殺防治、毒品防治、家暴預防、性侵害防治及藥酒癮戒治等多重議題。這些複雜的個案需要跨領域的人才培育，除了醫療專業，更需要社工與心理資源的介入。面對這類個案，照護的目標不僅是控制症狀，更需包含風險控管與社會安全網的編織。

三、照護計畫

照護計畫必須深入個案的生活，關注到精神病人就業、經濟需求甚至是人際關係需求，穩定的工作能提供個案自我價值感、滿足馬斯洛需求理論最基本的生理需求、安全需求，才能健康地在不同關係中得到同理與人際互動的滿足感，將患者「視為一個人」來對待，意味著要關心他們是否有飯吃、有屋住、有人愛，而不僅僅是按時服藥，在心理師、社工師及醫師專業規劃下，搭配家屬的心理支持與陪伴是降低復發率、穩定病情的關鍵力量。

四、不同縣市不同的資源

精神照護在執行層面上，面臨著不同縣市資源不均與行政斷層的挑戰。這需要藉由當地衛生、社會、警政與教育單位的密切聯繫。在實務運作中，我們常發現機關組織面臨人員高度流動或業務交接不當的問題。往往導致個案在轉介服務時遇到層層關卡。

五、媒體責任

媒體在精神疾患的形象塑造中扮演關鍵角色。如果媒體持續將精神疾病與犯罪掛鉤，社會的恐懼便難以消除。具備專業精神知識的媒體報導，應多呈現「復元」的故事，而非僅聚焦於突發的暴力事件。正確觀念的精神知識培養，能讓患者在說出自己病史時，不再面對凍結的空氣。

六、精神復健機構

當精神疾患的急性症狀在醫院得到控制後，復健的重心便會從穩定病情轉向社區融入。這類機構被視為患者從病房回到社會的橋樑，協助個案重新學習生活技能。復健機構提供病人在地老化與社區共生的實踐，既能維持親情連結，又能避免長期收容導致的社會脫節。

七、結語

人工智慧或許可以處理診斷數據，但它永遠無法取代人類在照護中的關懷與陪伴。當社會整體能夠減少誤解，提供更多的支持空間，精神疾患及其家屬便能更有尊嚴地在社會中生活。照護不只是為了讓個案恢復到「正常」，



更是為了讓他們在疾病的限制下依然能融入社區。此外，我們必須意識到，助人工作者也是人。在處理高壓力、多重議題的個案時，服務人員的心情與心理健康也需要被細心照顧。

參考資料：
台灣精神醫學會：大眾教育推廣專區（包含思覺失調症衛教、去汙名化專題、長效針劑臨床指引）
https://www.sop.org.tw/video/p_list.asp

社區心理衛生中心來守護

精神照護服務資源在社區

發現、關懷、支持、診療

- 通報/求助**：社區心理衛生中心、衛生所、110/119/1925
- 社區心理衛生中心**：個案管理、心理健康促進、心理諮詢
- 學校心理健康資源**：健康促進、心理健康評估、三級輔導機制
- 毒品危害防制中心**：個案管理、需求評估、資源連結
- 醫療介入**：住院評估、強制住院、急診就醫、醫療機構就醫、醫療外展服務
- 社區關懷訪視**：心理衛生社工、合併多項議題精神病人、社區關懷訪視員、1、2級精神病人、公衛護理師、3、4級精神病人
- 精神醫療資源**：精神醫療機構、精神護理之家、精神復健機構(日間型/住宿型)
- 社區支持服務資源**：精神疾病多元社區生活方案、支持性及庇護性就業、精神障礙者協作模式服務據點

馬祖日報 生活情報站

MA TSU DAILY NEWS

05/11~05/17 天氣概況

連江縣	05/11 星期一	05/12 星期二	05/13 星期三	05/14 星期四	05/15 星期五	05/16 星期六	05/17 星期日
白天	19 - 24°C	19 - 23°C	19 - 23°C	20 - 22°C	20 - 23°C	19 - 23°C	19 - 24°C
晚上	19 - 21°C	19 - 21°C	20 - 21°C	21 - 21°C	19 - 20°C	19 - 21°C	19 - 21°C
體感溫度	20 - 26°C	19 - 26°C	20 - 26°C	20 - 23°C	17 - 23°C	17 - 22°C	18 - 24°C

全國家庭教育諮詢專線

412-8185

服務項目：
夫妻相處/子女教養/親子溝通/人際關係/自我溝通/性別交往/家庭問題

連江縣家庭教育中心 粉絲專頁

115年5月連江縣立醫院門診時間表

科別	星期一			星期二			星期三			星期四			星期五			星期六	
	上午	下午	急診	上午	下午	夜診	上午	下午	急診	上午	下午	夜診	上午	下午	急診	上午	急診
家醫科	陳紹宇	曹玉齡		王格	陳紹宇		陳君鼎	謝春福		劉增應	張志華		陳君鼎	王格		排班醫師	
外科一診	陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	許智凱		許智凱	劉瑞文		許智凱	許智凱		排班醫師	
婦產科				林璟容			林璟容						林璟容				
小兒科		劉雅之					劉雅之						劉雅之				
骨科	陳俊諱			陳俊諱	潘韋綱		陳俊諱	潘韋綱		潘韋綱			潘韋綱				潘韋綱
復健科		陳志嘉			併起音波(限約診)						陳志嘉						
疼痛科				劉瑞軒							劉瑞軒(限約診)						
皮膚科	馬軍	馬軍			馬軍												
腸胃內科	(併家醫科)				(併家醫科)												
新陳代謝科				(併家醫科)											(併家醫科)		
泌尿科		(併外科)			(併外科)						(併外科)						
眼科		林文智					林文智		林文智								
新冠疫苗							(併小兒科)										
牙科一診	牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師
牙科二診	支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師
戒煙門診	(併家醫)			(併抽菸病)	(併家醫)		(併家醫科)			(併抽菸病)	(併家醫)						
糖尿病				謝春福						陳紹宇	王格		陳君鼎	劉增應		謝春福	
超音波	陳君鼎			陳紹宇	陳志嘉		支援醫師	王格		陳君鼎	劉增應		陳君鼎			謝春福	
腸胃內視鏡	陳君鼎			劉雅之						陳君鼎						陳紹宇	
體檢門診							陳志嘉	曹玉齡									
國際旅遊醫學門診							併體檢門診	併體檢門診									
急診一線	支援醫師	支援醫師	值班	支援醫師	支援醫師	值班	支援醫師	支援醫師	值班	支援醫師	支援醫師	值班	支援醫師	支援醫師	值班	支援醫師	支援醫師
急診病房二線	林文智	劉瑞軒	醫師	曹玉齡	陳俊諱	醫師	王格	陳行鑫	醫師	劉雅之	陳君鼎	醫師	劉瑞文	陳紹宇	醫師	支援醫師	醫師

*家醫科門診接受一般內科醫療諮詢及超音波預約。*婦產科門診可實施子宮頸抹片檢查，並接受乳房X光攝影預約。*小兒科門診可實施小兒預防注射及小兒預防保健。網路掛號：連江縣立醫院首頁(網址為：<http://www.meishan.gov.tw/>)。門診診當日當診次掛號時間內不接受預約掛號(包括電話預約)，僅接受現場掛號。各項超音波與胃腸鏡等檢查請親至門診預約。牙科門診預約專線：23995 轉 1218(於上班時間內皆可預約)。掛號時間：週一至週六上午8時至11時30分。週一至週五下午13時20分至17時。門診時間：週一至週六上午8時40分至12時。(掛號病患應於11時40分前當到診門)。週一至週五下午14時至17時30分。(掛號病患應於五時十分前當到診門)。本院自111年1月起推廣高齡友善照護環境，若您或您的家人符合85歲以上敬老對象，請於看診時先向診間護理人員報到，以便安排優先看診(需本人親自在場)。本院宗旨：便捷貼心，優質醫療，關懷社區，促進健康。申訴專線：23995 分機1300

114年 農林漁牧業 普查

普查期間：115年4月10日~6月30日

網路填報期間：115年4月10日~6月15日

普查專區

主辦單位：行政院主計總處 協辦單位：連江縣政府及本縣各鄉公所