

宜蘭縣憂鬱症暨自殺防治教育宣導計畫書

壹、前言：

憂鬱症已被列為二十一世紀的三大疾病之一，根據WHO統計2004年在全球因疾病的支出中，心理疾病的支出占13%，其中憂鬱症即占4.3%。因此世界衛生組織於2005年即提出：「缺乏心理健康即為不健康(There is no health without mental health)」的概念，由此可知WHO已明確指出心理健康的重要性，且心理健康比精神疾病預防更具前瞻性與周延性；近年來世界各國之心理健康照護政策發展重點已由「次段與三段預防」轉變為「初段預防」，並開始考量不同生命週期(如：兒童、婦女、老年人)與針對不同目標人口群(如：普及性(universal)、選擇性(selective)及指標性(indicated)預防)推動各種防治策略。

世界衛生組織估計，2030年憂鬱症將會由2004年造成全球社會經濟負擔第三名的疾病，上升到第一名的疾病，另外根據衛福部健保署統計可知105至107年憂鬱症人數逐年緩步成長，105年38萬3350人，106年39萬5573人，107年為40萬1059人。以107年因憂鬱症就醫的40萬1059人分析，國內憂鬱症就醫患者約占全台2370萬投保人數的1.7%。其中意味著隨著人類社會改變，有更多人得到憂鬱症，它所造成的社會經濟負擔更重，其中治療憂鬱症的直接花費不到一半，近5%是因憂鬱症而自殺所造成的損失，更多非直接的花費則是來自於因憂鬱症所造成的生產力下降所造成的損失。

從李明濱醫師關於自殺與憂鬱文章中可知Guse和Robins的追蹤研究發現，情感性障礙患者的自殺率是一般人的三十倍，而憂鬱症患者有15%自殺死亡，且大部份發生在病程的早期。「自殺」是名詞還是形容詞，本次將藉由美國在台協會提供「關於自殺這件事」的這支影片，透過影片播映賞析並邀請專家學者帶領「映前導讀」/「映後討論」階段，促進觀眾民眾思考本紀錄片中有關自殺現象、自殺者及自殺者遺族之心理及社會議題，並提供自殺防治領域相關資訊及知識。

貳、計畫目的：

- 一、強化第一線警消及衛社政人員對憂鬱症防治的心理健康相關識能。
- 二、提升網絡成員對自殺高風險族群辨識之敏感度，並提供自殺防治領域相關資訊及知識。

參、計畫內容

一、活動日期與地點：109年2月15日（星期六）9時至17時，假宜蘭縣政府2樓多媒體簡報室(宜蘭市縣政北路1號)

二、活動內容：

(一) 專題講授：

1. 主辦單位：宜蘭縣政府、臺北區精神醫療網核心醫院
2. 執行單位：宜蘭縣政府衛生局
3. 合辦單位：社團法人臺灣憂鬱症防治協會、宜蘭縣醫師公會、宜蘭縣護理師護士公會、宜蘭縣諮商心理師公會、宜蘭縣臨床心理師公會、宜蘭縣社工師公會
4. 活動對象：宜蘭縣政府所屬警消、教育、社政、衛生等第一線單位人員及相關領域人士（醫事與心理衛生及關懷訪視員）等。
5. 活動時間表：

時間	內容	主持 / 主講人
09:00-09:20	報到	
09:20-09:30	長官致詞	宜蘭縣政府長官
09:30-11:00	藍色病毒來襲~認識憂鬱症	基隆長庚醫院
11:10-12:00	全民攜手防自殺	林哲名醫師

6. 講師介紹：林哲名醫師
現任：基隆長庚醫院精神科副主任、臺灣憂鬱症防治協會副秘書長
備註：本次研習將申請精神科專科醫師、臨床心理師、諮商心理師、社會工作師、護理師等醫事人員繼續教育學分及公務人員學習時數。

(二) 影片賞析：

1. 影片名稱：《關於自殺這件事》，片長：92分鐘
導演&製片：莉莎克萊恩 (Lisa J. Klein)
劇情大綱：一位自殺未遂者展開尋找其他倖存者的任務，並記錄下他們的勇氣、見解與幽默故事。這一路上，她發現將個人掙扎轉換為行動的現象，逐漸增長成了全民運動。
2. 主辦單位：宜蘭縣政府、臺北區精神醫療網核心醫院、社團

法人台灣自殺防治學會、美國在台協會

3. 活動對象：宜蘭縣政府所屬第一線警消、教育、社政、衛生等單位人員及相關領域人士（醫事與心理衛生及關懷訪視員）。

4. 活動時間表：

時間	內容	主持 / 主講人
13:30-14:00	報到	
14:00-14:20	長官致詞	宜蘭縣政府長官
14:20-14:30	影片導讀	台北區精神醫療網核心醫院 姜丹榴技正
14:20-16:00	影片賞析	
16:00-16:30	映後討論與座談	邀請中
16:30	全民攜手防自殺	

肆、報名方式：

請點選以下連結進行線上報名：<https://reurl.cc/NaMb8p>

報名日期：自即日起至2月7(五)下午5時止（總計名額為75人，錄取者將發送手機訊息通知）

聯絡方式：03-9322634 轉分機1423 陳小姐

（上午場課程提供精神科專科醫師、護理師、諮商心理師、臨床心理師及社會工作師等繼續教育積分申請中；下午課程無提供醫事人員繼續教育學分；整天課程皆提供公務人員教育時數）