

中國醫藥大學附設醫院 函

地址：40447台中市北區育德路2號
聯絡人：蘇冠賓
聯絡電話：(04)2205-2121轉14128
電子信箱：010421@tool.caaumed.org.tw

受文者：國立中山大學

發文日期：中華民國114年9月3日
發文字號：院醫研字第1140014419號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如說明六（線上篩檢宣傳海報.pdf）

主旨：敬請貴校協助推廣「線上身心健康檢測暨自我照顧學習方案」，作為學生心理健康輔助工具，協助學生早期覺察心理風險、提升自我照護能力，促進校園心理健康與整體福祉，請查照。

說明：

- 一、本中心建置「線上身心健康檢測平台」，提供免費、簡單、匿名、安全的心理健康自我篩檢工具，由醫療及心理專業人員管理資料並提供後續關懷，協助學生及早覺察心理壓力及潛在風險，並引導適切資源使用。
- 二、為延伸篩檢效益，本中心規劃「線上自我照顧學習方案」，內容涵蓋壓力調適、睡眠、心理韌性及日常自我照護策略，協助學生建立持續自我照護習慣，增強心理韌性與健康福祉，並與校園心理健康教育與輔導工作相輔相成。
- 三、本專案由本中心、台南市立安南醫院憂鬱症中心及台灣營養精神醫學研究學會共同推動，並獲國際扶輪社全球獎助計畫補助，免費提供參加自我照顧學習方案之民眾。透過

早期發現、早期介入及自我照護課程，可有效減輕學生心理壓力負擔，促進身心健康與學習力。

四、敬請貴校協助將平台與課程資訊提供給學生，並鼓勵於校園心理健康教育、輔導服務或宣導活動中應用與分享，提升學生心理健康意識及篩檢參與度。

五、平台連結與相關資訊：<https://mbilabcare.org/phq-9>。

如有疑問，請聯繫電子郵件：mbilabcare@gmail.com。

六、附件：推廣海報及課程 QR Code（電子檔）乙份，敬請參閱並協助轉發。

正本：大仁科技大學、大同大學、大葉大學、中山醫學大學、中央警察大學、中原大學、中國文化大學、中國科技大學、中國醫藥大學、中華大學學校財團法人中華大學、中臺科技大學、元智大學、文藻學校財團法人文藻外語大學、世新大學、台北海洋學校財團法人台北海洋科技大學、台灣首府學校財團法人台灣首府大學、弘光科技大學、正修學校財團法人正修科技大學、玄奘大學、佛光大學、吳鳳學校財團法人吳鳳科技大學、亞洲大學、明志科技大學、明道學校財團法人明道大學、東吳大學、東南科技大學、東海大學、社團法人中華民國私立大學校院協進會、長庚大學、長榮大學、南華大學、南開科技大學、南臺學校財團法人南臺科技大學、城市學校財團法人臺北城市科技大學、建國科技大學、美和學校財團法人美和科技大學、致理學校財團法人致理科技大學、真理大學、財團法人大仁科技大學、財團法人中國科技大學、財團法人中華醫事科技大學、財團法人東南科技大學、財團法人輔英科技大學、財團法人德明財經科技大學、財團法人龍華科技大學、高雄市立空中大學、高雄醫學大學、國立中山大學、國立中央大學、國立中正大學、國立中興大學、國立成功大學、國立宜蘭大學、國立東華大學、國立空中大學、國立虎尾科技大學、國立金門大學、國立屏東大學、國立政治大學、國立高雄大學、國立高雄科技大學、國立高雄師範大學、國立高雄餐旅大學、國立清華大學、國立陽明交通大學、國立雲林科技大學、國立勤益科技大學、國立嘉義大學、國立彰化師範大學、國立暨南國際大學、國立臺中科技大學、國立臺中教育大學、國立臺北大學、國立臺北科技大學、國立臺北商業大學、國立臺北藝術大學、國立臺北護理健康大學、國立臺東大學、國立臺南大學、國立臺南藝術大學、國立臺灣大學、國立臺灣科技大學、國立臺灣師範大學、國立臺灣海洋大學、國立臺灣藝術大學、國立臺灣體育運動大學、國立澎湖科技大學、國立聯合大學、國立體育大學、國防大學、崇右學校財團法人崇右影藝科技大學、崑山科技大學、逢甲大學、景文科技大學、朝陽科技大學、華梵大學、開南大學、慈濟學校財團法人慈濟大學、義守大學、聖約翰科技大學、僑光科技大學、嘉藥學校財團法人嘉南藥理大學、實踐大學、臺中市南湖社區大學、臺北市士林社區大學、臺北市大同社區大學、臺北市大安社區大學、臺北市中山社區大學、臺北市中正社區大學、臺北市內湖社區大學、臺北市文山社區大學、臺北市北投社區大學、臺北市立大學、臺北市松山社區大學、臺北市信義社區大學、臺北市南港社區大學、臺北市萬華社區大學、臺北醫學大學、輔仁大學學校

財團法人輔仁大學、輔英科技大學、銘傳大學、廣亞學校財團法人育達科技大學、德明財經科技大學、樹德科技大學、靜宜大學、龍華科技大學、嶺東科技大學

副本：臺南市立安南醫院-委託中國醫藥大學興建經營(含附件)



裝

訂

線

