

## 歡迎詞

聯合國世界衛生組織(WHO)說，在2020年全世界有三大疾病需要重視，包括：心血管疾病、憂鬱症與愛滋病。憂鬱症會造成嚴重的社會經濟負擔，在所有疾病中排名第二，僅次於心血管疾病。憂鬱症也是所有造成失能疾病的第一名。這幾年可以由媒體報導看到許多影視名人得了憂鬱症，也看到國內的自殺率一直上升，這其中有相當比例都與憂鬱症有關。

從橫切面來看，憂鬱症約佔全世界人口的3%。依照美國的流行病學結果，每五個女性就有一個在一生中有一次的憂鬱症發作，其中女性的終身盛行率約在10-25%，男性為5-12%。

以台灣而言，衛生署國民健康局以台灣人憂鬱症量表做兩萬多人社區人口的調查，可發現15歲以上民眾8.9%有中度以上憂鬱，5.2%有重度憂鬱。以年齡來分，65歲以上有8.4%重度憂鬱，其次15-17歲6.8%有重度憂鬱，估計憂鬱人口逾百萬。性別上女性10.9%，是男性6.9%的1.8倍。這麼多的憂鬱症人口，但是實際接受治療的比例仍顯不足。

憂鬱症患者有15%會死於自殺，自殺死亡者生前達憂鬱症診斷者高達87%。自殺在台灣已是十大死因第九位，並且自殺率逐年上升，在94年已達

每十萬人口18.8人，全年有4,282人死於自殺。其中男性是女性的2.2倍。自殺是15-24歲青年的第二大死因，25-44歲壯年的第三大死因，45-64歲中年的第七大死因。這些生命的消殞，不僅是親友的傷痛，也是社會的損失。96年全國的自殺率雖比前一年下降11%，但只有15-24歲組仍在上升，97年董氏基金會在大專院校的調查顯示22.2%的大學生有明顯憂鬱情緒，所以目前教育當局亟需加強學生認識憂鬱症及生命的意義，對於有明顯憂鬱之學生，輔導室老師則給予早期處置，以預防將來自殺之可能。

此次年會我們特別與董氏基金會共同主辦，邀請更多之教師與會，針對去年自殺率仍持續上升之15-24歲之青少年及年輕人族群，以「校園之情緒管理」為主題，以提早預防及早期發現、早期處置為出發點，請教育部訓委會柯慧貞常務委員講授這幾年來教育部所推行之「校園情緒管理」；請台北榮總兒童青少年身心科陳映雪主任以醫療的觀點講授「青少年憂鬱症：精神科診斷與治療之新進發展」；請國立台灣師範大學教育心理與輔導學系林家興教授講授「兒童青少年之心理問題與輔導」；請衛生署自殺防治中心做年度報告；最後並由全體理監事及與會之會員共同參予討論與分享。此次年會我們試圖從不同專業之觀點，並加上Q & A，來幫助與會之老師及會員們更能教導這些年輕之學子做好情緒管理及如何面對憂鬱。

# 「校園情緒管理」 擴大教師研習課程

這一年來，感謝理監事及會員們的大力支持，我們舉辦兩場大型記者會，宣導如何早期發現、早期治療憂鬱症；也獲得吳念真導演現身說法並提供其所拍攝有關於憂鬱症之錄影帶給本會。本會也號召九個與憂鬱防治相關之友會，共同成立“台灣憂鬱防治聯盟”，共同舉辦活動，並在彼此網站分享彼此活動之訊息。另外，也對本會網站做進一步之改版，讓內容更生動，期待更多人願意閱覽，以提高國人對憂鬱症之認識。相信在大家共同努力下，國人對憂鬱症會有更多之認識，也願意去面對它、接受它及處理它。

● 歡迎詞 ●

理事長

賴德仁

2008年11月23日