



## 歡迎詞

此次年會我們不只仿照去年之方式，與台灣自殺防治學會及董氏基金會共同主辦，也與台灣心理腫瘤醫學學會合辦，並有學術海報之發表，期待能有更多學者專家對創傷、憂鬱及自殺防治投注更多的關心。

根據聯合國國際減災策略報告，自1975年至今，各種天然災害已造成全球死亡人數超過兩百二十萬人。對於災民的精神心理協助不僅是緊急救援期，也包括長期的生活重建期。在1999年的921集集大地震後心理衛生學界的動員與協助，可說是台灣的災難心理衛生元年。2003年SARS對醫療界及整體社會的衝擊，間接因為心理不安導致的損失，遠高於直接因感染SARS的損失。還有2009年莫拉克颱風八八水災的受創與復原工作，都有賴於政府與民間組織的共同參與協助。這些突然發生的天然災害可能會導致創傷後壓力疾患(PTSD)，而PTSD有一半以上會併發重度憂鬱症(MDD)，MDD與自殺也有顯著相關。當個案同時併發PTSD與MDD，則會增加自殺的危險性。今年臺灣憂鬱症防治協會的主題是「創傷、憂鬱與自殺」，也正反映了這種需求。

對於許多的天災我們無法避免，但我們可以減少災害對我們所產生的損失及影響。全球氣候變遷導致類似八八水災的災害一定會再發生，接下來會給我們帶來更多的考驗。現今社會天災人禍不斷，人心不安，很多人處於煩躁易怒狀態，很容易因些微之壓力甚至更大之創傷而引起憂鬱與自殺。臺灣憂鬱症防治協會結合自殺防治學會及全國自殺防治中心舉辦多次之記者會、學校及社區衛教、在網路及廣播電視教導憂鬱症及自殺之防治、將過去幾年之通訊內容置於協會網頁；並與全國憂鬱症相關之民間組織共同成立「台灣憂鬱防治聯盟」，共同擔負起全國憂鬱症及自殺之防治。

此次年會之演講內容是從“生物、心理、社會”三方面探討創傷後壓力症候群之病因、創傷與自殺之相關性、如何服務自殺者之遺族、如何運用書目療法以培養心理復原力等不同的關懷與協助方式。感謝董氏基金會提供短片“大雨終停，關懷與陪伴永不止”，以提醒我們災民們所需要的是持續的陪伴與支持。養兵千日、用兵一時，此次年會所邀請的演講者均是一時之選，希望藉著這些演講，大家共同充電，協助災民，並為將來做充足準備。節目最後由台灣憂鬱防治聯盟之兩個組織（生活調適愛心會及台灣快樂列車協會）介紹他們的協會，希望藉此讓更多會員認識這些可愛的組織，給他們打氣，也給他們掌聲。

非常感謝會員們的積極參與及理監事之大力支持，本協會已盡全力提供最好的節目及場地給會員們，如對協會有任何建議，敬請不吝指教。期待目前尚未加入會員之來賓能加入本會，讓本會更能茁壯成果，以服務更多之憂鬱症患者及民眾。

理事長

賴德仁

2010年12月5日