

數位心靈 (Digital Mental Health) 迎向未來

文／臺中榮總精神部主任 周元華

精神部 周元華 主任



【主治專長】

1. 內外科疾病誘發之憂鬱焦慮（例如心臟疾病、疼痛及腫瘤等）、2. 難治型疼痛、3. 精神藥理學（抗精神病藥物及抗憂鬱劑之使用諮詢）、4. 正子及單光子受體造影、5. 情緒障礙疾病、6. 中樞藥物新藥開發、7. 腦影像學、8. 癌症身心醫學。

【門診時間】

週二下午。

雖然我們無法預測未來的世界會變成什麼樣子，不過，可以確定的是我們一定會生活在一個數位化（Digitalization）的年代。數位化的過程對人類發展的衝擊，目前還無法得知，然而，如何有效的利用“數位化”來增進人類的福祉，以及減少“數位化”對於人類發展所產生的負面影響，將是未來醫療工作上需要發展的兩個重要方向。

臺中榮民總醫院在陳適安院長三年的帶領下，已成為兩岸三地醫療機構中唯一的一家連續兩年獲得美國新聞週刊評選為世界前 300 強的智慧醫院。為了配合醫院的發展方向，我於 11 月 16 日由臺北榮民總醫院品質管理中心主任調任本院精神部部長一職，也積極的規劃智慧醫療與照護，除了提出“數位心靈”的概念外，也著手規劃以下 4 個數位面向：

1. 數位腦（Digital Brain）：醫院內有許

多不同關於腦部的檢查，例如：磁共振造影或電腦斷層，它們所產生關於腦的生理訊號，都不盡相同且很複雜，因此，不要說一般的民眾不清楚，可能連醫師都不盡然了解每一項儀器數據帶給人們的意義。因此，在院長大力的支持下，我們將這些訊息整合並成立一個腦資訊中心，未來，除了提供影像分析技術支持臨床研究，同時也將提供專業及大眾教育，以提高大眾對於“人腦”的知識。

2. 數位心理（Digital Psychology）：在精神醫療中，大眾最有興趣的是心理治療，心理治療雖然很迷人，但是在現在的社會中，由於人力費用的昂貴，使得能被心理治療所覆蓋的人群太小；加上每個治療者的方式不同，治療品質及一致性也有明顯的差異，因此，發展會談機器人，並利用自然語

言分析的技術來達到深入的心理治療將是未來發展的趨勢。此技術除了能讓較大的人群接受心理治療外，心理治療的標準及品質也將提升。

3. 數位心身健康照護 (Digital Psychosomatic Care)：許多科技公司已經開始將疾病相關的生理訊號整合，例如高血壓或糖尿病；然而在面對高度壓力及老年化的社會，心理健康才是迫切需要處理的議題。根據世界衛生組織的推算，在一般社區中，大約有 70% 的民眾是屬於亞健康族群：也就是有一些身體的不適，但是並未達到任何臨床疾病診斷的標準。這些民眾 90% 以上都與壓力及睡眠障礙有關，此族群將是未來社區健康照護的重點族群。目前本部將發展 4 個重點：睡眠障礙與手機的關係、降低心理及工作壓力、青少年的自殺防治及腦霧。

4. 數位成癮 (Digital Addiction)：很多

人都忽略了社區中因成癮行為所造成的社會問題，例如：網路或賭博成癮，甚至於酒精或海洛因成癮，這些行為都造成了許多嚴重的社會問題。本部張庭綱醫師目前正在進行的海洛英脫癮計畫，因成效卓著，獲得了 2023 年生策會國家品質 (SNQ) 認證，成績斐然。此外本部藍振嘉醫師也於今年獲得世界排名前 10 名英國知名學府倫敦帝國學院腦科學部臨床醫學研究博士學位，主要研究賭博成癮行為，未來本部在成癮患者的照護上將更具有國際觀。

臺中榮民總醫院已是世界知名的智慧醫院，期待我的加入，能夠從數位心靈的面向，更加提升醫院的智慧化。我們熱切期待臺中榮民總醫院不只是一家智慧醫院，更要像院長所創獨步全球的心房顫動電燒手術 - 台北方法 (Taipei Approach) 一般，成為改變世界醫療的領頭羊。🏥

