

①

出國報告（出國類別：會議）

②

## 2025 歐洲心身醫學年會

③

服務機關：臺中榮民總醫院

姓名職稱：，周元華

派赴國家/地區：德國慕尼黑

出國期間：，2025年9月7號到16號

報告日期：2025年9月28日

## 摘要

心身醫學在臨牀上是一項重要的課題，然而長期被忽略。歐洲在發展，心身醫學有很長的歷史，患者身體有疾病，可能影響心理，而心理有疾病也可能會影響生理。本次參會的目的主要有兩項：

- 一、 報告我團隊在進行腦霧研究發展的量表及病患臨牀的特質。
- 二、 尋訪在歐洲關於數位心理健康的題目，包含了虛擬實境、機器人進行心理治療等項目。

借由這次大會將了解歐洲發展的現況並作為臺灣未來發展心身醫學之參考。

**關鍵字：心身醫學，腦霧**

# 目次

一、 目的 .....	1
二、 過程 .....	1
三、 心得 .....	3
四、 建議事項 .....	4
(至少四項，包括改進作法)	
(一)	
(二)	
(三)	
(四)	
五、 附錄 .....	4

## 一、 目的

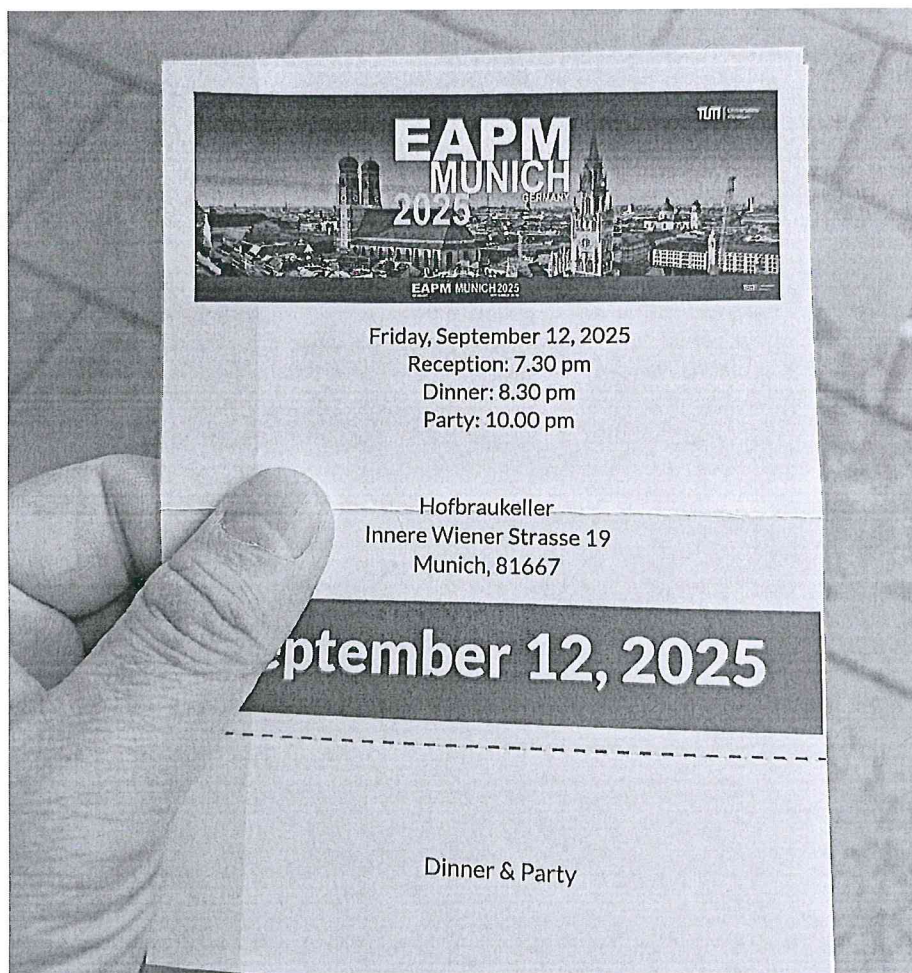
本次參會的目的主要有兩項：

- 一、 報告我團隊在進行腦霧研究發展的量表及病患臨牀的特質。
- 二、 尋訪歐洲關於數位心理健康的題目，包含虛擬實境、機器人進行心理治療等項目。

## 二、 過程

這次到德國慕尼黑開歐洲心身醫學年會，因為出發出發日正好是主管共識營，因此，選定 7 號星期日晚上在共識營結束後立即趕往機場，搭晚上長榮航空直飛德國慕尼黑航班。因為回程航班時間無法配合，因此延後一天回國，回程的時間是 16 號的清晨抵臺。

這次在德國的行程很簡單，並沒有其它參訪的行程，主要就是參加歐洲心身醫學年會。這個年會歷年來主要都是以腫瘤心理學為主，此外也有許多風濕免疫科、心臟科的醫生一同參與。8 號抵達慕尼黑後，先在旅館稍是休息，了解了一下慕尼黑老城的狀況。



在經過一天休息之後，精神略感恢復，星期二開始到會場報到。這次會議規模不大，是在慕尼黑大學附設醫院進行，參加總人數約 800 人。

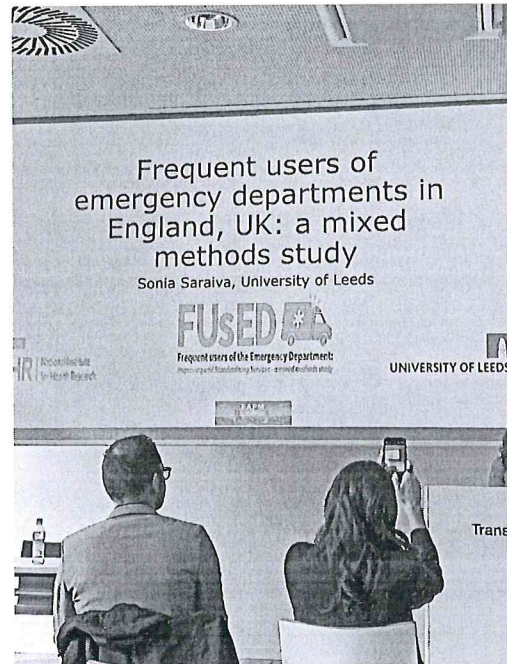
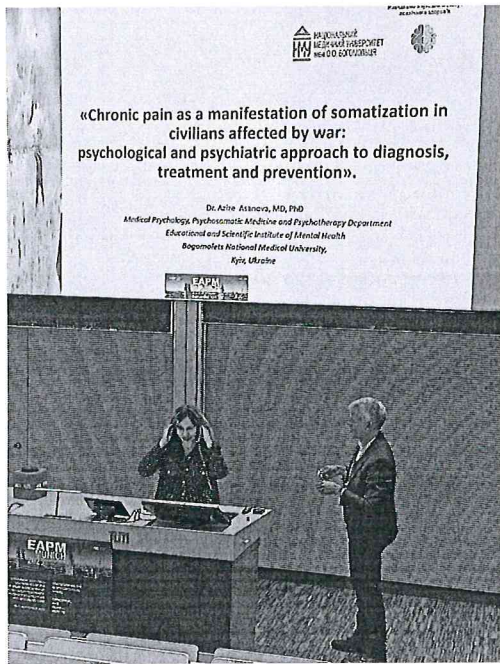


這次主要的議題涵蓋的範圍很廣，大會特別加上了一個很棒的主題，就是新冠肺炎之後造成的殘餘症狀。正好我在新冠肺炎期間進行了許多關於腦霧的研究，因此受到大會非常的重視。不過因為這次參會的人數眾多，且我並沒有找其他人合組研討會，因此是以海報的型式進行。在海報的展覽中與許多國家學者討論。



特別是我去年參加這個會的時候，我發表的是由我的團隊自行研發了一個腦霧量化評估量表，而今年主要是分析臨牀的現象，因此獲得大會及許多學者的關注。這也是世界上第一個將腦霧之嚴重性量化的量表。過去腦霧的評估多以神經內科為主，量表都是以單選項，而我們這一次以量表的分數做切點而做臨牀的分類，特別顯得有臨牀的價值與意義。

此外，我有興趣的研究主題主要是與壓力造成的創傷及數位導引的心理健康。我在會場參加了一場專門談到烏克蘭戰役，對於人民心靈影響的研討會，深深的感受和平對於一個國家的重要性，同時也參加了一個數位化的講座。



有一個很特別的議題是心理治療，但是德國發展會談機器人，可以利用機器人給病人做深度的心理治療及分析。這個議題有很大的爭議，因為機器人很難跟人心靈在一起，然而這是一個創新的想法，很值得我們學習。

### 三、心得

本次參加會議的心得可分為兩個部分：

1. 活動的心得：這次參加這個會議，可以感受到歐洲辦研討會的過程還是很傳統，並不像在美國或其他國家，比較現代化，例如報到的程序就是採取傳統手動式，而且是紙本報到，唯一不同的是，大會的議程目前已經改成線上，可以自行下載，而且大會的議程上，只印出來一份供大家參考，因此，對於環保的態度是非常的領先。整個影音系統得建置則明顯的落後於其他國家。在會議中，有些講者的影音無法正常的被打開，是此次活動一大敗筆。關於活動時的餐點：基本上歐洲國家的餐點都很簡單，不過，提供的水及飲料相當的多。此外，此次議程較為輕鬆，留下比較大的空間，讓大家能夠在會議中場進行討論，這也是這次會議的一大亮點。
2. 學習的心得：此次大會最重要且讓我覺得收穫滿滿的是多元性，包容性，特別是有許多的議題是我們平時在亞洲會議中無法看到的，例如烏克蘭戰爭對於人民的影響，利用機器人進行心理治療，及今年新加入的腦霧議題。這些議題是當今世界上非常被重視以及重要的議題。因此，以這次學習過程來講，可謂是收穫滿滿。畢竟許多歐洲國家，在心理學的領域還是有一定的底蘊，對於我們未來參加這類活動的學習是非常重要的。

## 四、 建議事項

- (一) 影音設備的妥善性：近年來，許多傳統的 PPT 都已經改成動態，甚至許多都是使用影音裝置。這次大會遇到一個很有趣的問題，就是許多講者的影音系統都無法正常開啓。沒有想到在德國也會發生這種事情，使得大會進行的流程非常不順暢。未來在本院辦理會議的時候，應切記這個教訓，應該將每一個影音系統都能夠妥善，讓它的功能發揮到極致。
- (二) 心身醫療團隊的建立：本院是大型的綜合醫院，很多內外科疾病都需要精神科的會診，然而在傳統臺灣的精神科醫學當中，都是以治療嚴重的精神病為主，包含了精神分裂症、情緒障礙、雙極症等等，這些疾病大部分都在精神科專科醫生診治，因此未來在綜合醫院，特別是本院，應該建立起聯絡會診的管道，畢竟本院的內外科病患很多，例如腫瘤、風溼性疾病，這些疾病常常都是合併發生的。因此，未來本院將迫切的需要建立一個完好的心身醫學團隊，以提高本院病患的醫療品質。
- (三) 加強 AI 於心身醫學制應用：本次大會比較缺乏的是融入現代的科技，例如 AI。這點發展，感覺上本院目前進行的項目比他們強很多。不過在大會中唯一一個令人驚豔的是，他們利用 AI 創造了會談機器人，而且可以進行深度的精神會談與分析。同時，在這個會談機器人當中也加上了眼動測量，並利用多模態的分析方式，探討會談後病患的反應。這是一個非常有趣，也非常具有創新的想法。未來我們發展 AI 機器人的時候，有許多值得借鏡的地方。此外，對於網頁線上的答問以及虛擬實境等其他的數位化儀器，則在這次大會中較少看到。我想可能是傳統歐洲的心身醫學還是受到弗洛伊德的影響，以會談為主。
- (四) 醫院科室位置安排之便利性：這次大會由於是在慕尼黑大學附設醫院召開，因此，也順道參觀了一下慕尼黑大學附設醫院內部的擺設跟安排。在歐洲的醫院有一個很典型的現象，就是都很安靜，而且牆上都有吸音的裝置。此外，對於急診室與病房的安排，也有一定的路線，避免將急診的病人到處亂送，增加了病人感染的風險以及沿途運送病人的時間。因此，歐洲的醫院的確很多，需要我們再學習，特別是病人安全的文化以及整個醫院的安排。這次有到急診室參訪，發現他們每間急診房間都有良好的設備，每個病人一間。我想這個是因為當初在規劃醫院的時候就已經設計好，可以服務多大的人羣，就安排多少的病人的房間，這點也是與臺灣相當的不一樣，臺灣並沒有對於醫院設置的規劃，因此到處可開醫院，而每個醫院也都競爭去爭取病人，反而造成醫療的浪費。因此，如何安排醫院內部單位排列以及醫院的設立，將是臺灣醫保未來面對一項非常重要的課題與挑戰。

## 五、 附錄