

孕產婦心理健康資源

- 一、 國健署「孕產兒關懷網站」(<https://mammy.hpa.gov.tw/>)：提供孕產心理健康、伴侶支持等心理衛教資訊及關懷諮詢服務等。
- 二、 國健署產後健康照顧服務(<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=4996&pid=19790>)：提供產後1個月及3個月共2次整合式照護，將「愛丁堡產後憂鬱量表(Edinburgh postnatal depression scale)」納入篩檢項目，達一定分數以上者，由醫護人員轉介醫療照護或心理諮商。
- 三、 社家署「育兒親職網」(<https://babyedu.sfaa.gov.tw/mooc/index.php>)：提供有情緒管理、親職教育等免費線上課程。
- 四、 「心快活」心理健康學習平台(<https://wellbeing.mohw.gov.tw/nor/main>)：分齡分眾提供具科學實證之心理衛教文宣、短文、數位課程及全國心理健康服務資源等資訊，供民眾瀏覽學習及查詢。
- 五、 1925安心專線：提供民眾24小時免付費心理支持或情緒危機處理服務。
- 六、 15-45歲青壯世代心理健康支持方案(<https://dep.mohw.gov.tw/domhaoh/cp-7168-80425-107.html>)：補助15-45歲民眾每人每年3次心理諮商。
- 七、 「謝謝你跟我說」文字協談服務(<https://www.lifel995.org.tw/?aid=2&iid=5>)：提供線上、即時、不需身份認證之匿名文字協談服務。
- 八、 社區心理衛生中心(<https://dep.mohw.gov.tw/domhaoh/cp-6435-70356-107.html>)：全國現有72處，配置有心理衛生專業人員，提供三段五級之心理衛生服務。
- 九、 各地方政府衛生局免費或優惠之心理諮商據點：截至目前全國共有396處，有需求民眾請逕洽所在地衛生局查詢及預約。