



## 衛生福利部新聞稿

日期	105.2.11	單位	心理及口腔健康司	編號	
----	----------	----	----------	----	--

### 英勇的救難英雄，如何自助與救人？

105年2月6日凌晨，南臺灣發生芮氏規模6.4的強震，為儘早救出受困民眾，搜救工作目前仍持續進行，這對於第一線所有的救難英雄均是極大的挑戰。我們除了表示致敬與感恩，更關心他們的身心健康。

救難人員自身的心理創傷及生理後續損害，從一開始的救災工作就可能開始醞釀，故人員應在平時訓練、災害救援及結束後，都應該注意如何事先預防、災時自覺與事後診治，這也是救難指揮系統予以正視的重要工作，特別是在救災現場宜有具身心醫療專業的人員持續關心是否有救難人員因長時間工作，造成身心俱疲的狀況，隨時建請指揮中心暫停其救援工作並適度休息，由支援人力輪替。

救難人員因參與救災工作而出現擔心、生氣、悲傷、無助、罪惡感等心理的反應；或在認知上出現腦海持續存在災難場景、注意力無法集中；行為上表現工作、飲食、睡眠、社交等能力變差；身體上出現全身酸痛、疲倦、心跳、血壓等不正常徵象時，應立即尋求心理諮商專業團隊，或隨時撥打衛生福利部免費24小時安心專線0800-788-995，以及時提供心理支持及諮詢服務。本部嘉南療養院已每日加開安心門診，並提供24小時安心關懷諮詢專線(0926-560-713)，供救難人員或民眾使用。

衛生福利部的網站(<http://www.mohw.gov.tw>)可以下載「全國心理衛生及精神醫療服務資源手冊」與「災難心理重建問答集」，內容詳列全國的精神醫療院所的地址電話以及災難發生時如何進行心理重建等資訊，供各界參考運用。再次感謝所有救災英雄無私的奉獻。