

藥癮資源 參考手冊

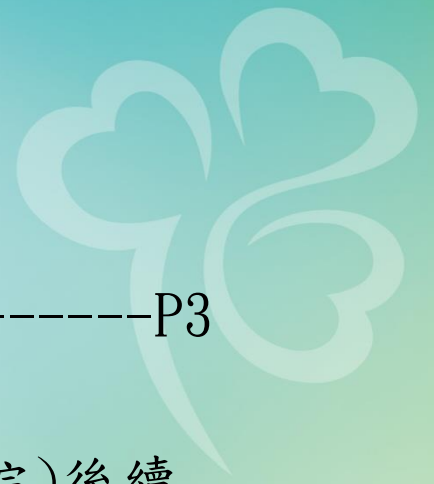


指導單位： **衛生福利部**

協助單位： **法務部矯正署彰化少年輔育院**(誠正中學彰化分校)
Changhua Reform School, Agency of Corrections, Ministry of Justice
Chengheng High School Changhua Branch

編彙單位： **秀傳醫療財團法人彰濱秀傳紀念醫院**
Chang Bing Show Chwan Memorial Hospital

目錄



壹、前言	P3
貳、施用毒品受感化教育處分人出校(院)後續 轉介追蹤輔導流程圖(法務部)	P4
參、中途安置資源	P5
肆、經濟協助資源	P6
伍、相關支持資源	P7~P9
陸、彰化縣免費法律諮詢資訊	P10
柒、更生受保護人就業資源介紹	P11~P14
捌、毒品自我保護知能	P15~P21
玖、衛生福利部 109 年度藥癮治療費用 補助方案簡介	P22~P25

壹、前言

自己找資源，路能走更遠

還記得當時準備離開學校時的心情嗎？開心的同時，卻也不免擔憂著未來不那麼確定的生活。開心的是終於可以重新展開自由自在的生活，但也發現外面的世界好像長得有點不一樣了！自己可能得獨立處理日常的食、衣、住、行、育、樂，不像以前都被安排妥當而毋需擔心。雖然想展開不一樣的新生活，但卻發現自己現在的條件無法找到理想的工作，心想難道只能再走回頭路嗎？之後遇到居住或經濟問題可以找誰幫忙呢？到底是要選擇先工作還是先唸書拿到學歷呢？自己真的有辦法去應對所有的生活問題嗎？許許多多的質疑與擔心會讓自己有點喘不過氣來，有種不知道該何去何從的感覺。

嘿~別擔心！你一定要對自己有信心，只要你願意，其實這社會上有許多的資源等著你去運用，許多機構及相關工作人員/助人者也會在你最需要的時候陪伴你前行。製作本手冊的目的除了避免讓你再掉入毒品的陷阱外，更希望的是幫助你去認識更多與生活息息相關的社會資源，提供你在遇到困難的時候能尋求這些可靠的戰友協助。

在這條專屬你的人生道路上一定還會遇到許多挫折，但請相信自己一定有毅力及能力並妥善利用資源來克服它們。當然在你感到徬徨與疲憊時，讓自己休息一下也是個很好的選擇，但請不要輕易地放棄對自己生命的承諾。期待你可以利用本手冊的資源來持續前進並完成你嚮往的生活目標，打造一個愛自己與他人的理想人生。

秀傳醫療財團法人彰濱秀傳紀念醫院-精神醫學部

陳維均 主任

貳、施用毒品受感化教育處分人出校(院) 後續轉介追蹤輔導流程圖(法務部)



參、中介安置資源

分類	單位名稱	電話	內容
男	台中市新生命戒癮成長協會	04-25772119	中途之家、戒癮服務、就業服務(18-55歲)
	社團法人台灣露德協會-朝露農場(台中)	04-22295550	愛滋藥癮個輔、以工代賑中途之家(24床)
	基督教更生團契-台南永新之家	06-2539681	安置、藥癮戒除、醫療協助、職業訓練
	社團法人台南市新扶小羊關懷協會	06-3032098	成人生活安置(30床)
	利伯他茲教育基金會(台北)	02-29363601	安置及個案協助輔導
	趕路的雁全人關懷協會(台北)	02-28917471	戒毒輔導
女	怡心園女性中途之家(桃園)	03-4091971	中途之家
	基督教台中更生團契-馨園中途之家	04-26651790	安置、藥癮戒除、醫療協助、職業訓練(19-64歲)
	蛻變驛園女性中途之家(嘉義)	05-3625200	諮商輔導、就業服務、中途之家、團體工作(18-65歲女性, 18床)
	渡安居中途之家(宜蘭)	03-9332073	18至65歲有戒癮與需求女藥癮者
兒少	張秀菊基金會(台中)	04-24220023	7-18歲兒少、就業培訓
	中華育幼關懷協會-自立宿舍(台中)	04-22291857	15-18歲少年自立轉銜及住宿
	私立恩惠兒童及少年之家(台中)	04-8933544	2歲至12歲之兒童安置
	屏東縣私立基督教沐恩之家	07-7230595	12歲以上生活安置
	台灣基督教-主愛之家輔導中心(花蓮)	03-8260360#17	中途之家、戒癮服務、就業服務(12-18歲兒少)
	千禧龍青年基金會(南投)	049-2255132	短期庇護, 就業協助、家庭關係重建
綜合	草屯療養院茄荖山莊	049-2560289	成人藥癮長期復健社區(60床)
	財團法人基督教晨曦會	02-29270010	戒毒輔導村 男性：新竹湖口、苗栗、台南、高雄、屏東、台東 女性：台北

肆、經濟協助資源

單位名稱	電話	內容
教育部	080-909-5757	學費補助諮詢
福利諮詢熱線	1957	社會福利申請諮詢
勞委會	0800-085-151	工作權益受損協助
各地區公所		1. 急難紓困方案，每次 1-3 萬元不等補助 2. 愛心物資銀行
彰化縣社會工作及救助科	04-7532226	急難救助
全聯慶祥慈善事業基金會	04-22411096	急難救助、物資銀行
金融債務法律扶助協會	0800-758595	銀行債務協商
法律扶助基金會-彰化分會	04-8375882	法律諮詢協助
更生保護會-彰化分會	04-8341753	就業、急難救助、旅費、膳宿、醫藥、創業貸款
慈濟基金會-彰化分會	04-7699340	生活補助金、實物補助、急難救助
中彰投分署	04-7699340 #2324 2330	1. 特定個案就業協助 2. 生活、住宿補助、就業獎勵 3. 協助安排職訓課程
臺中就業中心	042-2225153#323	
彰化就業中心	04-7274271#121	
員林就業中心	04-8345369#217	
南投就業中心	049-2224094#27、24	



伍、相關支持資源

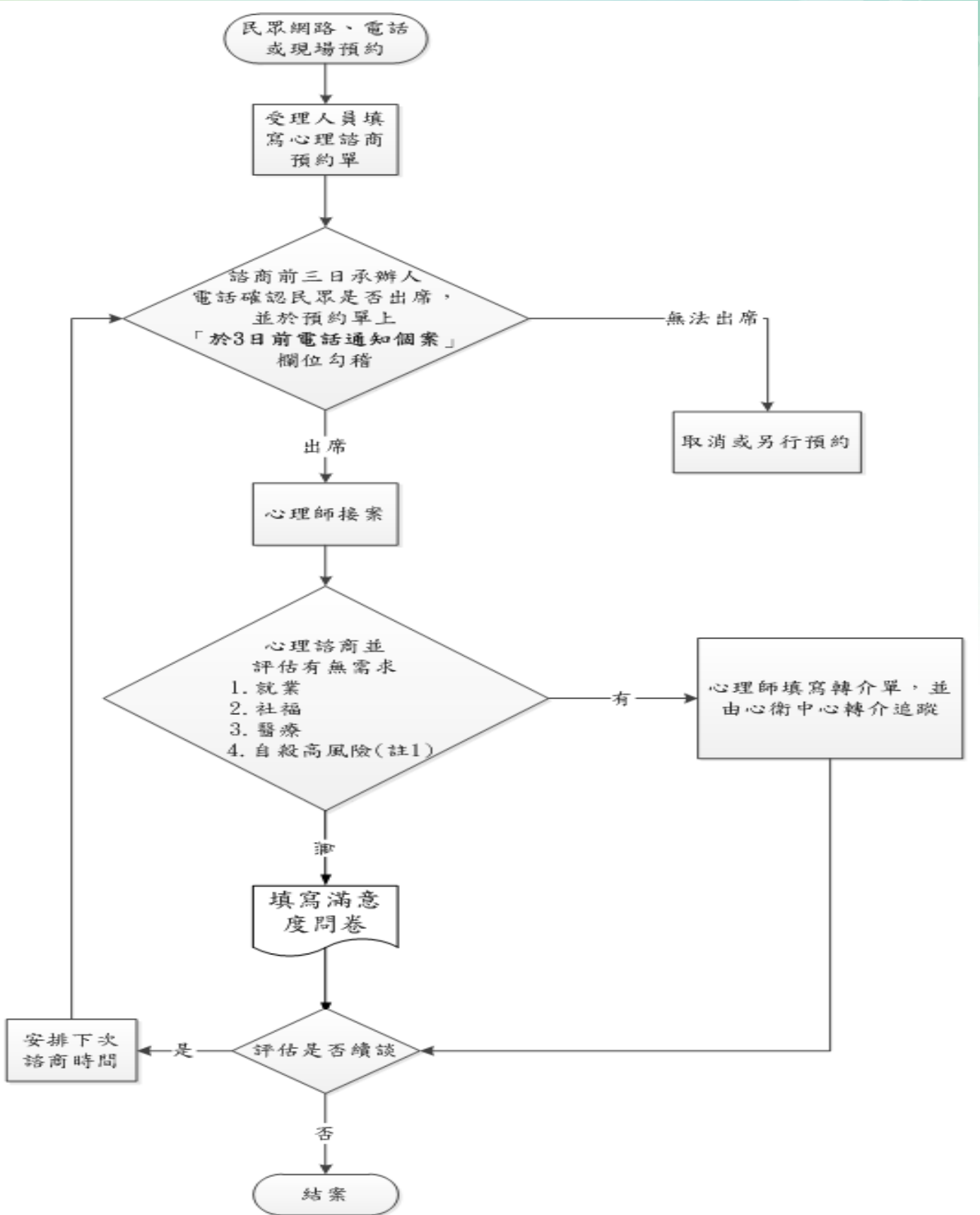
單位名稱	電話	內容
勵馨基金會	04-22239595	非預期懷孕服務、待產媽媽之家、蒲公英輔導諮商
彰化縣社區心理衛生中心	04-7127839	週一至週五 9:00-17:00, 自殺防治、心理諮商諮詢
生命線	1995	週一至週日, 24 小時服務專線、心理困擾協談
張老師	1980	週一至週日 9:00-21:00, 情緒及生活適應困擾
踴貢少年服務專線	0800-001-769	週一至週五 16:30-19:30, 13-18 歲少年傾訴情緒
男性關懷專線	0800-013-999	週一至週日 9:00-23:00
戒毒專線	0800-770-885	週一至週日 9:00-21:00, 24 小時服務, 戒毒諮詢
戒菸專線	0800-636-363	週一至週六, 09:00-21:00, 戒菸諮詢
未成年懷孕諮詢專線	0800-257-085	週一至週五 9:00-18:00。危機處理、經濟、法律、醫療、收出養諮詢。
二林家庭福利服務中心	04-8950023	周二至周六 8:00-17:30 1. 社會福利諮詢 2. 家庭訪視輔導 3. 家庭支持活動 4. 親子團體活動 5. 社區福利宣導
溪湖家庭福利服務中心	04-8850566	
鹿港家庭福利服務中心	04-7778195	
和美家庭福利服務中心	04-7562295	
員林家庭福利服務中心	04-8378885	
彰化家庭福利服務中心	04-7272185	
田中家庭福利服務中心	04-8760051	
北斗家庭福利服務中心	04-8889995	



彰化縣心理健康網

(可就近尋找情緒支持資源喔!)

彰化縣社區心理衛生諮商中心-諮商服務流程



諮商聯絡點	電話	地址
二水鄉衛生所	04-7062577	二水鄉二水村過圳路 19 號
大村鄉衛生所	04-7062805	大村鄉大村村中正西路 340 號
北斗鎮衛生所	04-7060259	北斗鎮光復里地政路 406 巷 17 號
永靖鄉衛生所	04-7060269	永靖鄉永西村西興路 91 號
田尾鄉衛生所	04-8832145	田尾鄉饒平村光復路二段 608 號
竹塘鄉衛生所	04-8971181	竹塘鄉竹塘村竹林路一段 304 號
社頭鄉衛生所	04-8722661	社頭鄉社頭村員集路 2 段 409 號
花壇鄉衛生所	04-7062908	花壇鄉長沙村中正路 11 號
埔鹽鄉衛生所	04-8654814	埔鹽鄉好修村員鹿路二段 58 號
溪州鄉衛生所	04-8890330	溪州鄉莒光路 111 號
溪湖鎮衛生所	04-7062910	溪湖鎮湖東里青雅路 36 號
彰化市東區衛生所	04-7062647	彰化市彰南路 2 段 346 巷 31 弄 26 號
二林鎮衛生所	04-8964298	二林鎮斗苑路四段 689 號
田中鎮衛生所	04-7062755	田中鎮西路里斗中路一段 222 號
和美鎮衛生所	04-7062455	和美鎮和東里彰美路五段 319 號
員林市衛生所	04-7060230	員林市仁美里博愛路 229 號
福興鄉衛生所	04-7062227	福興鄉福興村福興路 51 巷 2 號

注意事項：

1. 實施期間：109 年 1 月 3 日至 12 月 25 日止。
2. 民眾 1 年可接受 6 次服務，取消/無故未到以 1 次計。
3. 為維持諮商延續性，建議第二次預約以同時段為主，若有疑問可致電 04-7127839

陸、彰化縣免費法律諮詢資訊

時間	地點	備註
每週一，9:00-11:00	彰化縣政府一樓消費者服務中心	律師面談
每週一，18:00-20:00		
每週一、三，9:00-11:30	各戶政事務所(25名)	遠端視訊法律諮詢
每週六，9:00-11:30	各戶政事務所(註)	遠端視訊法律諮詢
每週三、四、五，15:00-17:00	彰化市介壽堂2樓 (彰化市民生路259號)	14:30-16:30 登記 限15名
如需專人服務，請撥打 04-7531999		

註:彰化戶政事務所、彰化戶政事務所花壇辦公室、員林戶政事務所、員林戶政事務所大村辦公室、員林戶政事務所永靖辦公室、和美戶政事務所、和美戶政事務所伸港辦公室、溪湖戶政事務所、二林戶政事務所、鹿港鎮戶政事務所、田中鎮戶政事務所、福興鄉戶政事務所、秀水鄉戶政事務所、社頭鄉戶政事務所。

彰化律師公會-免費法律諮詢服務		
時間	地點	內容
每週一、二、三、五， 上午九時至十一時	臺灣彰化地方法院-員林 簡易庭一樓第一調解室	法律問題、法律常識講述
如有疑問，可撥 04-8346627 詢問		

其他縣市有法律諮詢需求，可撥打法律扶助基金會全國專線

412-8518(幫我一把)，市話可直撥，手機請加02

柒、更生受保護人就業資源介紹

(以勞動部勞動力發展署-中彰投分署為例)



一、網路搜尋〈勞動部-中彰投分署〉。或手機掃描 QR-CODE

二、進入更生受保護人專區

(一)網路版



(二)手機版



三、選擇需要的服務



就業服務

- ◆ 找工作-台灣就業通...
- ◆ 24小時求職免付費...
- ◆ 一案到底求職服務
- ◆ Jobooks工作百科
- ◆ 職涯測評專區



就業促進工具

- ◆ 照顧服務就業獎勵
- ◆ 缺工就業獎勵
- ◆ 僱用獎勵津貼
- ◆ 臨時工作津貼
- ◆ 職場學習及再適應計畫

更多



職業訓練

- ◆ 免費參加職業訓練
- ◆ 提供職業訓練生活津貼
- ◆ 勞動力發展數位服務...

以找工作為例，可得到相關就業資訊(也可搜尋他區，不限更生人專區喔!)



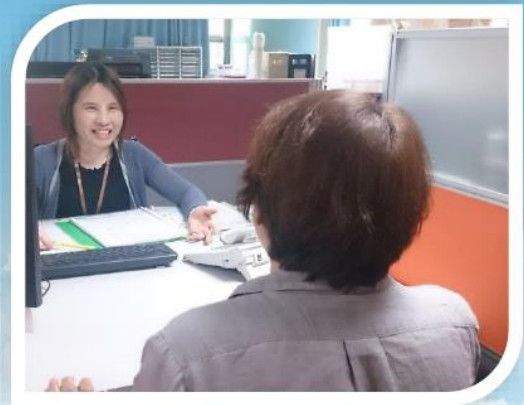
最新工作機會

地區	職務名稱	公司名稱	薪水	日期
雲林縣 斗南鎮	職業大貨車司機(職業大貨車司機)	永浚物流有限公司	月薪 36442~36442	2020/04/21
彰化縣 彰化市	定期換表及檢驗員(電機工程師)	復聖機電有限公司	依學經歷、證照核薪(每月經常性薪資達4萬元以上) ~	2020/04/21
台北市 內湖區	儲備幹部(儲備幹部)	緣多福資產管理顧問股份有限公司	依學經歷、證照核薪(每月經常性薪資達4萬元以上) ~	2020/04/21
嘉義市 嘉義市	人力資源專員(職場學習再適應計畫)(人力資源專員)	詠順科技股份有限公司	月薪 23800~27000	2020/04/21
台中市 大甲區	大貨車司機(職業大貨車司機)	裕勝鋼鐵有限公司	日薪 1600~2200	2020/04/21
屏東縣 潮州鎮	板模粗工(粗工)	源豪工程行	日薪 1300~	2020/04/20
台北市 萬華區	35噸聯結車司機(具職業聯結車駕照)(職業聯結車司機)	立達環境事業股份有限公司	月薪 50000~55000	2020/04/20

就服站還有以下這些好康跟你分享

專人提供就業服務~全程**陪伴**

- 工作媒合
- 雇主開發
- **預約面試(困難排除)**
- 面試演練
- 職訓諮詢
- **資源連結**
- **獎助津貼**



專屬的服務人員全程陪伴

職業訓練

透過職業訓練提升就業競爭力



中餐職訓



營建用升降梯訓練

職前訓練

- 給想要轉職、發展第二專長的待業者
(補助80%~100%)

在職訓練

- 給想利用夜間或假日自我提升的在職勞工
(產業人才投資方案：3年補助7萬元)

特定對象免費參加職業訓練

(以『失業者』為招生對象，年滿15歲以上之『失業民眾』均可報名。)

一般國民之失業者，應自行負擔各訓練班次「個人訓練費用單價」之20%費用，符合下表失業者身分之參訓者，免繳自繳費用。

★1、非自願離職者	13、就業保險被保險人失業者
★2、獨力負擔家計者	14、跨國(境)人口販運被害人
★3、中高齡者(年滿45歲至65歲)	15、無戶籍國民
★4、身心障礙者	16、無國籍人民
★5、原住民	17、因犯罪被害人
★6、低收入戶或中低收入戶中有工作能力者	18、因重大災害受災者
★7、長期失業者	19、受貿易自由化影響失業勞工
★8、二度就業婦女	20、自立少年
★9、家暴及性侵害被害人	21、逾65歲者
★10、更生受保護人	22、其他經直轄市、縣(市)政府或其委託計畫之社工人員訪視評估確有經濟困難，且有就業意願者
★11、15~18歲未升學未就業少年	
★12、新住民	

免費參訓
符合★特定身份有津貼

跨域就業津貼 就業離家30公里 通勤、租屋、搬遷有補助!

★補助對象：

- 1.18-29歲初次尋職的青年
- 2.失業3個月以上或非自願離職者

求職
交通
補助金
(面試)

異地就
業交通
補助金

搬遷
補助金

租屋
補助金

★條件：1.親自到就業中心辦理「求職登記」

- 2.由公立就業服務機構推介到與日常居住地距離30公里以上的地方就業(Google map計算距離)
- 3.於同一事業單位就業滿30日以上，即可提出津貼申請

補助項目	補助金額	補助期限
求職交通補助金	每次500元 最高1,250元	1年最高4次
異地就業交通補助金	每月最高3,000元	最長12個月
搬遷補助金	最高3萬元	
租屋補助金	補助租金6成 每月最高5,000元	最長12個月

依就業地點與原日常居住地距離給予不同補助

- 30~50公里 每月補助1,000元
- 50~70公里 每月補助2,000元
- 70公里以上 每月補助3,000元



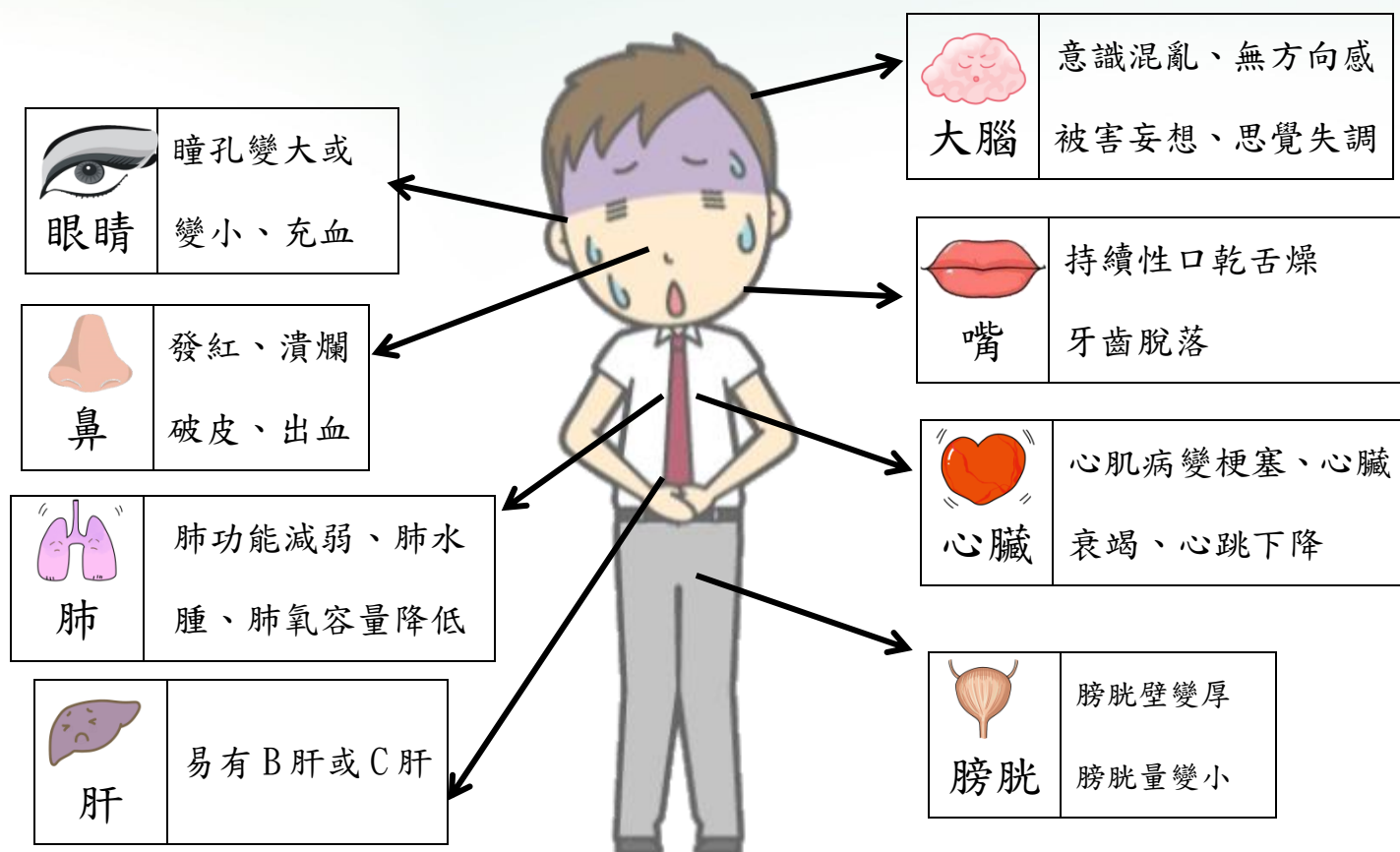
中彰投區有就業需求，撥打 [04-23592181#2332](tel:04-23592181#2332)

捌、毒品自我保護知識

一、毒品對人體影響及罰則

	鎮靜劑	興奮劑	迷幻劑
常見毒品	K他命、海洛因 佐沛眠、嗎啡	古柯鹼、安非他命 喵喵、搖頭丸	搖腳丸、一粒沙 大麻、魔菇
生理作用	動作趨緩，心跳降低 及呼吸變得慢且淺	身體的動作加速，心跳增 快，呼吸急促	會有幻覺或錯覺，造成 思想和感覺的改變
可能症狀	性能力降低、神智恍 惚及昏迷、頭痛、噁 心、焦躁不安、失禁	心律不整、妄想性思覺失 調症、盜汗、心悸、倦怠 及失眠、肌痛、噁心	注意力、記憶力、判斷 力下降抽搐、頭疼、噁 心、嘔吐、意識混亂

不論吸食何種毒品，千萬不可同時飲用酒精，將會提高致死風險





常見毒品的**主要危害**

	短期危害	長期危害
K他命 (Ketamine)	失去記憶、失去意識、噁心嘔吐、 血壓升高、呼吸抑制而致死	膀胱萎縮、腎功能不全、抑鬱、 記憶力下降、失眠、大腦皮質萎縮
大麻 (Marijuana)	反應減慢、平衡感障礙、食慾增加、 記憶及認知能力減退、精神疾病	心率增加、呼吸（肺和呼吸）問題、 精神疾病
海洛因 (Herion)	口乾、皮膚泛紅、疲乏困倦、 嚴重騷癢、噁心嘔吐、過量可致死	睡眠問題、膿腫、鼻腔組織受損、 感染性心膜炎、肝腎肺部疾病
古柯鹼 (Cocaine)	精神失常、血壓升高、體溫升高、 噁心、食慾及體重降低、失眠	嗅覺喪失、鼻腔損傷、吞嚥困難、 腸道感染、肺損傷
安非他命 (Amphetamines)	血壓升高、心律不整、體溫升高、 失眠、厭食、癲癇和中風	心臟疾病、精神疾病、易怒、妄想

廣告

違反「毒品危害防治條例」相關罰則一覽表

分級	第一級毒品	第二級毒品	第三級毒品	第四級毒品
常見濫用藥物	海洛因 嗎啡 鴉片 古柯鹼	安非他命、天使塵 MDMA(搖頭丸)、浴鹽 大麻、西洛西賓 LSD(搖腳丸、一粒沙)	巴比妥酸鹽類(紅 中、白板、青發) FM2、喵喵 Ketamine(K他命)	Alprazolam(蝴蝶片) Diazepam(安定) Lorazepam(一粒眠) 特拉嗎竇(Tramadol)
違法行為				
1. 製造、運輸、販賣	死刑或無期徒刑 (一千萬元以下)	無期徒刑或七年以上 (七百萬以下)	五年以上 (五百萬元以下)	三年以上十年以下 (三百萬元以下)
2. 意圖販賣而持有	無期徒刑或十年以上 (七百萬以下)	五年以上 (五百萬元以下)	三年以上十年以下 (三百萬元以下)	一年以上七年以下 (一百萬元以下)
3. 強暴脅迫、欺瞞或 非法方法使人施用	死刑無期徒刑或十 年以上 (一千萬元以下)	無期徒刑或七年以上 (七百萬以下)	五年以上 (五百萬元以下)	三年以上十年以下 (三百萬元以下)
4. 引誘他人施用	三年以上十年以下 (三百萬元以下)	一年以上七年以下 (一百萬元以下)	六月以上五年以下 (七十萬元以下)	三年以下 (五十萬元以下)
5. 轉讓	一年以上七年以下 (一百萬元以下)	六月以上五年以下 (七十萬元以下)	三年以下 (三十萬元以下)	一年以下 (十萬元以下)
6. 施用	六月以上五年以下	三年以下	2-5萬元罰鍰 參加毒品危害講習	1-5萬元罰鍰 參加毒品危害講習
7. 持有	三年以下拘役或 (五萬元以下)	二年以下拘役或 (三萬元以下)		

註：新興毒品(如：咖啡包)要看混入哪些毒品才能判斷幾級。

二、當你誤入轟趴時如何自保

1. 適時補充水份及鹽份，避免脫水情況，跳舞過程中要適度休息
2. 意識到當下使用的非法藥物已參雜不明成分，易造成身體危害
3. 被迫使用不熟悉或不明藥物時，從較少劑量開始並間隔至少2小時，減少自身致死風險
4. 事先了解非法藥物可能中毒時的各種徵兆
5. 使用娛樂性藥物應避免同時使用酒精
6. 盡可能先進食，空腹使用藥物易發生暈眩或嘔吐症狀
7. 旁人出現中毒徵兆時，先學習如何急救或立即尋求醫療資源

最安全的做法是盡可能離開現場不讓自己陷於危險情境喔!!!



三、拒絕毒品有撇步

1、遠離毒友，轉換工作或搬遷到新環境



2、避免高危險情境場所(如夜店、KTV)



3、建立新的人際網絡關係，結交生活正常的新朋友



4、學習處理及轉移壓力，用健康方式訓練自己放鬆



5、適時尋求資源，幫助自己戒除遠離毒品

An advertisement for a 24-hour drug detoxification hotline. On the left, there is an illustration of a man and a child walking. In the center, a red circle with a diagonal slash contains the Chinese character for 'poison' (毒). To the right of this symbol is a testimonial in Chinese. Below the testimonial is the hotline logo, which consists of two stylized figures holding hands, with '24h' inside a red heart shape. Next to the logo is the text '不打烊 免費' (Open 24 hours, free of charge). Below the logo is the text '戒毒成功專線' (Drug Detoxification Success Hotline) and the phone number '0800-770-885'. At the bottom of the advertisement, there is a red banner with the text '98年3月1日起正式啓用 (請請你·幫幫我)' (Officially launched from March 1, 1998 (Please help me)). At the very bottom, there is a yellow banner with the Ministry of Justice logo and the text '法務部 <http://refrain.moj.gov.tw>'.

十四歲那一年 第一次接觸毒品
就開始走上吸毒 戒毒 再吸毒 再戒毒的不歸路
那天我的女兒來看我
看著她的背影 我突然想好好照顧她
因為毒品 我少了好多陪伴她成長的時光
我要給她一個正常的生活 再怎樣難 我都要戒毒
上天給了我機會 同樣也會給你
吸毒沒藉口 戒毒真幸福



不打烊
免費

戒毒成功專線

0800-770-885

98年3月1日起正式啓用 (請請你·幫幫我)



法務部 <http://refrain.moj.gov.tw>

四、放鬆技巧訓練，有效紓緩個人情緒

😊 為何需學習放鬆技巧？

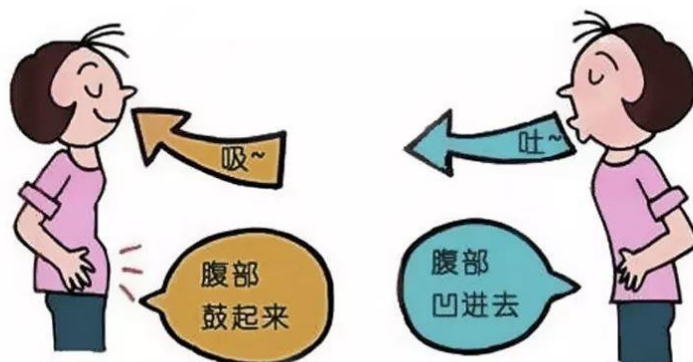
時常處於壓力與焦慮狀態下，會導致體內皮質醇升高，進而影響免疫系統的平衡和健康，可能會致病疑慮。包括自體免疫疾病、心血管疾病、代謝症候群、骨質疏鬆、抑鬱、感染，以及癌症。需要適時讓身體得到放鬆，以維持身心健康。

😊 學會放鬆技巧的好處

1. 較**不會緊張焦慮**，較能抵抗壓力及充滿自信活力，提高處理事物效率。
2. 練習放鬆技巧能**減少壓力對身體健康的影響**。
3. 能透過自然的方式調節情緒，**減少依賴外在藥物**而成癮的風險。

😊 放鬆技巧(一)-腹式呼吸法

1. 先找一個舒適的位置，坐或躺皆可，將雙手置於肚臍前。
2. 由鼻子吸氣再由嘴巴吐氣。以**鼻子緩慢吸氣時**，雙手感受空氣吸入而使**腹部鼓起**。以**嘴巴輕鬆吐氣時**，將空氣吐出時，雙手感覺**腹部慢慢下降**。
3. 吸氣時默念「一秒、兩秒、三秒、四秒」並暫停一秒，想像溫暖且舒服的氣體流進你的體內。
4. 慢慢地吐氣，吐氣速度越慢越好，越慢越能產生平靜放鬆的感覺，想像所有的緊張也跟著釋出。





放鬆技巧(二)-漸進式肌肉放鬆法

這種放鬆技巧的要訣是逐一收縮及放鬆身體某一組的肌肉，讓我們感受緊張和放鬆的對比。將**肌肉繃緊至少 10 秒，然後放鬆 30 秒**。繃緊時勿過度用力。重覆以上步驟，按以下次序放鬆身體的各組肌肉：

1. **眼睛**—緊閉眼睛，然後放鬆。
2. **眉心**—閉上眼睛，皺起眉頭和鼻子集中在眉心，然後放鬆。
3. **牙關**—咬緊牙關，然後鬆開。
4. **頸**—把頭挨向左肩，直至右邊頸部肌肉繃緊，然後把頭慢慢移回原位。接著把頭挨向右肩，直至左邊頸部肌肉繃緊，然後把頭慢慢移回原位。
5. **肩膀**—縮起肩膀，盡量貼近耳朵，然後放鬆。
6. **上臂**—把手掌搭在肩膀上，把力量集中在上臂，然後鬆開，伸直雙手。
7. **前臂**—雙手垂下，把手掌後掌心屈曲，盡量指向手腕，使前手背肌肉繃緊，然後伸直腕關節和手掌，放鬆肌肉。
8. **手**—緊握拳頭，然後鬆開拳頭，直至雙手不需再出力。先是右手，然後左手。
9. **胸膛**—深深吸一口氣使肺部擴張，收縮胸部肌肉，閉氣 10 秒，然後呼氣。
10. **腹部**—深深吸一口氣使小腹肌肉繃緊，然後慢慢呼氣放鬆，直至小腹回復原位。
11. **背部**—頭俯向前，盡量把下巴貼近胸膛，感到背部肌肉拉緊。然後把頭慢慢抬頭起。接着把手垂在兩旁，挺起胸膛，使背肌收緊，然後放鬆。
12. **腿部**—雙腳伸直，腳掌向上屈曲，盡量貼近小腿前方，使小腿後的肌肉拉緊，然後把腳掌回復原位放鬆。
13. **腳板**—坐在椅子上，雙腳放平，把腳趾向腳板方向屈曲，感到腳面踝骨的肌肉拉緊，然後把腳趾回復原位放鬆。

玖、衛生福利部 109 年度藥癮治療費用補助方案簡介

一、方案目的

- (一) 補貼自費藥癮醫療費用，降低個案就醫障礙，提升治療動機。
- (二) 促進醫療機構投入藥癮醫療服務，完善藥癮醫療服務發展，提升治療效果。
- (三) 深化個案管理服務與強化相關共病照護，促進個案身心健康，減少藥癮問題對公共衛生與社會治安之危害。

二、方案期程

自 109 年 1 月 1 日起至 109 年 12 月 31 日。

三、補助對象及內容

- (一) 藥物使用障礙症 (drug use disorder) 患者 (以下稱藥癮個案)：

註：本方案所稱藥物使用障礙症之「藥物」，係指「毒品危害防制條例」第 2 條所稱之具有成癮性、濫用性及對社會危害性之麻醉藥品與其製品及影響精神物質與其製品，包括第一級至第四級。

- (二) 補助額度

每位個案全年度累計補助額度，依個案當年度首次收案時年齡限制如下：

1. 18 歲(含)以上：以 3 萬 5,000 元為限。

2. 未滿 18 歲：以 4 萬元為限。

- (三) 本方案僅補助非健保給付之自費藥癮醫療費用，並採「部分」補助方式，未由本方案補助之處置項目，或本方案單次補助額度不及治療機構該處置項目所訂自費收費標準之差額，由個案自行負擔。

(四)補助項目

項目	補助內容說明
門診診察	1. 包括門診初診或複診之診察費，依個案實際到診補助 2. <u>限非鴉片類藥癮治療申請。</u>
生理心理功能檢查	每個療程限申請 2 次。
藥癮社會生活功能評估	1. 針對家庭與社會功能進行整體評估，包括社交技巧、社會角色行使能力、社會網路支持及對資源的運用等，並提出處遇建議。 2. 每個療程以申請 2 次為原則
藥癮心理衡鑑	1. 針對藥癮者心理功能進行整體性評估，包括情緒、認知及行為模式及特殊心理議題或需求及治療動機等進行整體性評估，並提出處遇建議。 2. 每個療程以申請 2 次為原則
藥癮職能評鑑	1. 針對藥癮者進行整體性的日常生活功能與職業能力的評估，包括：就業動機、一般行為、社交行為、工作行為等功能性評估，並提出未來個別或團體職能治療之計畫，以協助其生活功能之重建與職業復健資源之連結。 2. 每個療程以申請 2 次為原則
藥癮個別團體心理治療	單次治療時間至少達 40 分鐘以上。
尿液毒物檢驗	<u>限非鴉片類藥癮治療申請。</u>

其他:丁基原啡因藥品費，替代治療給藥服務費、藥癮血液及生化檢查、藥癮支持性會談、藥癮家族治療、藥癮職能治療、精神科特別護理費、精神科住院病人特別處理費

四、108—110 年度衛生福利部指定藥癮戒治機構(中彰投地區)

臺中市		
臺中榮民總醫院	臺中市西屯區臺灣大道四段 1650 號	04-23592525
中國醫藥大學附設醫院	臺中市北區育德路 2 號	04-22052121
中山醫學大學附設醫院中興分院	臺中市南區復興路二段 11 號	04-22621652
中山醫學大學附設醫院	臺中市南區建國北路一段 110 號	04-24739595
衛生福利部臺中醫院	臺中市西區三民路一段 199 號	04-22294411
私立臺中仁愛之家附設靜和醫院	臺中市西區南屯路一段 158 號	04-23711129
維新醫療社團法人臺中維新醫院	臺中市北區育德路 185、187 號	04-22038585
宏恩醫院龍安分院	臺中市南區德富路 145 巷 2 號	04-37017188
台中慈濟醫院	臺中市潭子區豐興路一段 88 號	04-36060666
光田醫療社團法人光田綜合醫院	臺中市大甲區經國路 321 號	04-26888126
童綜合醫療社團法人童綜合醫院	臺中市沙鹿區成功西街 8 號	04-26626161
衛生福利部豐原醫院	臺中市豐原區安康路 100 號	04-25271180
國軍臺中總醫附設診療服務處	臺中市太平區中山路二段 348 號	04-23934191
陽光精神科醫院	臺中市清水區吳厝里大楊南街 98 號	04-26202949
清濱醫院	臺中市清水區港埠路四段 195 號	04-26283995
賢德醫院	臺中市太平區宜昌路 420 號	04-22732551
清海醫院	臺中市石岡區下坑巷 41 之 2 號	04-25721694
仁愛醫療財團法人大里仁愛醫院	臺中市大里區東榮路 483 號	04-24819900

澄清綜合醫院中港分院	臺中市臺灣大道四段 966 號	04-24632000 轉 55173
詹東霖心身診所	臺中市區三民路二段 11 號 1 樓	04-22256362
康誠診所	臺中市南屯區大墩路 705 號	04-23103968
南投縣		
埔基醫療財團法人埔里基督教醫院	南投縣埔里鎮鐵山路 1 號	049-2912151 轉 5143
臺中榮民總醫院埔里分院	南投縣埔里鎮榮光路 1 號	049-2990833
衛生福利部南投醫院	南投縣南投市復興路 478 號	049-2231150
衛生福利部草屯療養院	南投縣草屯鎮玉屏路 161 號	049-2550800
彰化縣		
衛生福利部彰化醫院	彰化縣埔心鄉中正路二段 80 號	04-8298686 轉 1040
彰化基督教醫院	彰化縣彰化市南校街 135 號	04-7238595
鹿港基督教醫院(長青院區)	彰化縣鹿港鎮鹿東路二段 888 號	04-7789595
秀傳紀念醫院	彰化縣彰化市中山路一段 542 號	04-7256166
彰濱秀傳紀念醫院	彰化縣鹿港鎮鹿工路 6 號	04-7813888
明德醫院	彰化縣彰化市龍山里中山路二段 874 巷 33 號	04-7223138
修慧診所	彰化縣彰化市金馬路三段 59 號	04-7266158
二林基督教醫院	彰化縣二林鎮大成路一段 558 號	04-8952031

筆記區



彰濱秀傳醫院位置圖



醫薩刀中心

原發性顫抖治療的新選擇



達文西微創手術系統

精準手術 減少疼痛



秀傳亞洲微遠距微創手術中心

亞洲首創外科手術訓練中心



高檢中心

優質的高級健檢服務



Hybrid Room

影像導航系統 讓手術更精準



樂活舒壓中心

樂活健康心主張



維納斯醫學美容中心

輕鬆創造美麗人生



秀傳醫療財團法人彰濱秀傳紀念醫院

總機：04-7813888 地址：彰化縣鹿港鎮鹿工路六號

掛號專線：04-7810566 網址：www.cbshow.org.tw

本院提供四癌篩檢：子宮頸癌 乳癌 大腸癌 口腔癌

洽詢專線：04-7813888轉71190、72156 彰濱秀傳醫院關心您的健康

