



# 簡式健康量表 (BSRS-5)

## 受訪者資料

姓名：\_\_\_\_\_ 性別：\_\_\_\_ 出生日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日 年齡：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 住址：\_\_\_\_\_

### 說明：

簡式健康量表(BSRS-5)是由臺大李明濱教授等人所發展，能夠有效偵測個人的心理照護需求，主要在幫助個人快速瞭解自己的身心健康狀態。

本量表所列舉的問題是為協助您瞭解您的身心適應狀況，請您仔細回想在最近一星期中(包括今天)，這些問題使您感到困擾或苦惱的程度，然後圈選一個您認為最能代表您感覺的答案。本資料僅提供醫療人員治療參考之用，絕對守密，請安心填寫。

	完沒 全有	輕 微	中程 等度	屬 害	非屬 常害
1. 感覺緊張不安.....	0	1	2	3	4
2. 覺得容易苦惱或動怒.....	0	1	2	3	4
3. 感覺憂鬱、心情低落.....	0	1	2	3	4
4. 覺得比不上別人.....	0	1	2	3	4
5. 睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒...	0	1	2	3	4
6. 有自殺的想法.....	0	1	2	3	4

得分：0-5 分      身心障礙狀況良好

6-9 分      輕度情緒困擾，建議給予情緒支持

10-14 分      中度情緒困擾，建議轉介精神科治療或接受專業諮詢

15 分以上      重度情緒困擾，建議轉介精神科治療或接受專業諮詢

第 6 題為附加題，若前 5 題總分小於 6 分，但本題評分為 2 分以上(中等程度)時，宜考慮轉介至精神科別。

本案得分  超過 6 分  第 6 題獨立得分，處置情形如下：\_\_\_\_\_

※ 24 小時安心服務專線電話：1925 或生命線服務專線 1995。