

「電玩成癮症」 為精神疾病之一種

南投縣專業身心科團隊在「網路成癮門診」幫忙您

「電玩失調症」3大臨床判斷指標：

- ❶ 失去對於玩遊戲的控制。
- ❷ 遊戲的重要性高於生活中其他興趣。
- ❸ 在知悉遊戲會產生負面影響的情況下，仍選擇繼續玩遊戲。

倘您或您的家人有高度網路沉迷傾向，嚴重影響家庭、社交、學業、工作，建議可進一步尋求專業協助，瞭解使用網路之情形與評估相關心理症狀。



南投縣網癮醫療門診資源



醫療院所名稱	電話	地址
衛生福利部草屯療養院	049-2550800	南投縣草屯鎮玉屏路161號
衛生福利部南投醫院	049-2231150	南投縣南投市復興路478號
臺中榮民總醫院埔里分院	049-2990833	南投縣埔里鎮榮光路1號
埔基醫療財團法人 埔里基督教醫院	049-2912151	南投縣埔里鎮鐵山路1號
南投市衛生所 網路成癮夜間門診 服務時間： 每週三晚上18:00-21:00	049-2223264	南投縣南投市三和一路13號



南投縣政府衛生局 關心您 廣告

網路使用習慣自我篩檢量表 Chen Internet Addiction Scale (CIAS)

請回想您6個月內是否有這些情形，然後圈選1個您認為最適合您實際狀況的答案

Focusing on the last six months, rate the degree to which each statement matches your experience.

項目 (item)	極不符合 not at all	不太符合 a little bit	符合 moderately	非常符合 extremely
1. 想上網而無法上網的時候，我就會感到坐立不安 I feel restless and irritable when the Internet is disconnected or unavailable.	1	2	3	4
2. 我發現自己上網休閒的時間越來越長 I find that I have been spending longer and longer periods of time online.	1	2	3	4
3. 我習慣減少睡眠時間，以便能有更多時間上網休閒 I make it a habit to sleep less so that more time can be spent online.	1	2	3	4
4. 上網對我的學業已造成一些不好的影響 Going online has negatively affected my schoolwork or job performance.	1	2	3	4

♥ 評分結果及建議 (Scores and Recommendations) ♥

總分超過11分者即可能具有高度網路沉迷傾向，建議可進一步尋求專業協助，瞭解使用網路之情形與評估相關心理症狀。若對於量表結果有疑慮，請洽南投縣心理衛生中心。

If the total score is more than 11 points, may have a high degree of Internet addiction. We recommended that you can seek that professional assistance to understand the use of the Internet and assess related psychological symptoms. If you have any problem about the scale, you can contact the Community Mental Health Center from Nantou Country.