

出國報告（出國類別：開會）

國際心身醫學學會
（27th World Congress of the
International College of Psychosomatic
Medicine）

服務機關：國立臺灣大學醫學院附設醫院

姓名：黃薇嘉

派赴國家：德國

出國期間：113年9月15日至113年9月23日

報告日期：113年12月17日

摘要

今年有幸參加在圖賓根大學舉辦的「國際心身醫學學會會議（International College of Psychosomatic Medicine, ICPM）」，該會議為國際精神流行病學定期會議，本次會議主題為「Advancing Psychosomatic Medicine in a Challenging World」。在本次大會中，我們籌組了一個以「臺灣心身醫學臨床實務及研究現況」為主題的學術研討會，並特別探討了我們近年來在此領域的研究成果。我負責的報告部分是有關「身體症狀障礙症（somatic symptom disorder, SSD）」的精神病理學相關研究。在期三天的學術會議帶給我許多新的啟發與收穫。以下是我對本次會議的心得分享。

目次

一、目的與過程.....	1
二、心得與建議.....	2

一、目的與過程

在本次大會中，我們籌組了一個以「臺灣心身醫學臨床實務及研究現況」為主題的學術研討會，並特別探討了我們近年來在此領域的研究成果。我負責的報告部分是有關「身體症狀障礙症（somatic symptom disorder, SSD）」的精神病理學相關研究，這個過程中我仔細整理了我們團隊多年來對於 SSD 的研究，包括其核心精神病理、對於患者下游功能及主觀生活品質的影響，以及 SSD 與上游神經心理學指標和表現型標記（phenotype marker）的相關性。

在準備報告的過程中，我重新學習和梳理了過去的研究資料，不僅加深了對這一領域的理解，還獲得了與他國學者分享的機會。在報告後的討論環節中，許多來自不同文化背景的學者提問與回饋讓我深刻感受到，心身醫學深受文化脈絡的影響，各國對於憂鬱、焦慮、心身症等疾患的看法，直接影響了臨床實務重點的差異以及疾病盛行率的不同。雖然我們來自不同文化背景，但我們因對心身醫學的共同興趣而聚在一起，在討論的過程中，對彼此文化的理解得到了進一步深化，這是一個非常寶貴的學術交流經驗。

二、心得與建議

為期三天的會議包含豐富多樣的內容，各學術研討會及主題演講涵蓋的範圍相當廣泛，與會者的背景也十分多元，除精神科醫師外，還有內科醫師、神經科醫師、心理師、社工等專業人士。每位講者從不同角度探討了身心關係，例如透過生物指標來揭示致病機制，或者運用心理社會層面的干預，甚至結合人工智慧來重構心與身之間的互動，進而協助患者減輕身心負擔。這些不同的角度讓我對心身醫學的理解變得更加立體，深刻體會到這個領域的活力與創造力，真正以人為主體，展現出獨特的跨學科融合。

在這次會議過程中，我對心身醫學未來的發展有了更深的反思。目前的臨床實務多半側重於「疾病」與「缺陷 (defect)」的概念，並以「症狀消除」和「缺陷修復」來定義「治癒」。然而，心與身的關係是持續且動態的，若以單純消除症狀為目標，效果往往不如預期，甚至讓患者困在反覆發作的身體症狀中，感到沮喪與無力。唯有將焦點從「疾病治癒」轉向「健康促進」，回到以人為中心，才有機會達成心與身之間關係的平衡。

另一個深刻的感悟是，當前的醫學界強調實證醫學，追求生物學證據、致病機轉、基因與影像指標等。然而，若我們一味執著於這些物質性證據，最終可能會迷失「人」在其中扮演的關鍵角色，反而與心身醫學的核心價值背道而馳。

總結來說，這次會議讓我深刻感受到心身醫學的多樣性和前瞻性，也讓我對於未來的臨床實務和研究充滿了期待。透過與國際學者的交流和學習，我不僅加深了對自身專業領域的理解，也啟發了我對未來研究方向的思考。期待未來能夠將這些新的知識與經驗應用到臨床及研究實務中，造福更多的個案。