抄 本

檔　　號：
保存年限：

司法院　函

地址：10048台北市中正區重慶南路1段124號
承辦人：李宛儒
電話：(02)2361-8577轉335

受文者：如行文單位
發文日期：中華民國111年4月18日
發文字號：院台人一字第1110010471號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如說明一、二

裝

主旨：台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人淡水馬偕紀念醫院提供中央主管機關人員紓壓健康檢查套組，請轉知所屬同仁參考運用，請查照。

說明：

一、依本院人事處案陳台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人淡水馬偕紀念醫院（以下簡稱淡水馬偕紀念醫院）111年3月31日馬院淡健乙字第1110008003號函辦理，並檢附原函及附件電子檔各1份。

訂

二、旨揭紓壓健康檢查套組除傳統之無痛腸胃鏡、肺腫瘤及腦部MRI等生理健檢項目外，另增加「壓力檢測」乙項，由專業心理師評估壓力程度，另與心理師一對一會談諮商，完成後並會提供「HRV測試報告」（如附件），評估受檢人之壓力指數，俾利後續心理健康追蹤。適用對象為行政院人事行政總處110年11月26日總處給字第1104001467號函之「中央機關（構）員工一般健康檢查補助基準表」第一類人員者，每年健康檢查補助基準以新臺幣16,000元為限。

線

正本：本院所屬各機關(37)、本院各廳處室(以公文管理系統與傳閱系統傳送及公告周知)

副本：

電子交換：最高法院、最高行政法院、懲戒法院、法官學院、臺灣高等法院、福建高等法院金門分院、臺北高等行政法院、臺中高等行政法院、高雄高等行政法院、智慧財產及商業法院、臺灣高等法院臺中分院、臺灣高等法院臺南分院、臺灣高等法院高雄分院、臺灣高等法院花蓮分院、臺灣臺北地方法院、臺灣士林地方法院、臺灣新北地方法院、臺灣桃園地方法院、臺灣新竹地方法院、臺灣苗栗地方法院、臺灣臺中地方法院、臺灣南投地方法院、臺灣彰化地方法院、臺灣雲林地方法院、臺灣嘉義地方法院、臺灣臺南地方法院、臺灣高雄地方法院、臺灣橋頭地方法院、臺灣高雄少年及家事法院、臺灣屏東地方法院、臺灣臺東地方法院、臺灣花蓮地方法院、臺灣宜蘭地方法院、臺灣基隆地方法院、臺灣澎湖地方法院、福建金門地方法院、福建連江地方法院

電子郵件：本院各廳處室(以公文管理系統與傳閱系統傳送及公告周知)

保存年限：

台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人淡水馬偕紀念醫院 函

機關地址：25173新北市淡水區民權路47號
聯 絡 人：李家宏28094661
分機2440
Email:protein@mmh.org.tw
傳　　真：(02)28094679

受文者：司法院人事處

發文日期：中華民國一一一年三月三十一日
發文字號：馬院淡健乙字第1110008003號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：普通
附件：

主旨：本院提供中央主管機關人員健康檢查如附件，供貴單位參考，請查照。

說明：

一、依據行政院總處給字第1104001467號。

二、本院提供各中央主管機關人員紓壓健康檢查套組如附件，供貴單位同仁參考。

正本：司法院人事處
副本：

院長 陳大川

本案依分層負責規定
授權部室科主管決行

總收文 04/07
G011110471

馬偕紀念醫院
Mackay Memorial Hospital

淡水院區 健康檢查中心聯絡人：李家宏
電話：(02)28094661分機 2440&3440
電子郵件：mmh3a77@mmh.org.tw

紓壓健檢套組

項目	內容	臨床意義	無痛腸胃鏡	肺腫瘤健檢	腦部MRI
一般身體檢查	身高、體重、腰圍、血壓、脈搏	了解身體基本功能及正常性	◎	◎	◎
眼科檢查	視力、辨色力及眼壓	了解是否有視力不良或青光眼可能性	◎	◎	◎
壓力檢測	HRV壓力檢測及心理諮商一次	檢測交感神經及副交感神經變化，由專業心理師評估壓力程度。另與心理師一對一會談諮商	◎	◎	◎
家醫科醫師檢查	理學檢查及解說部份報告結果	頭頸部、呼吸、循環、消化、神經等各系統檢查 解說心電圖、腹部超音波及部份檢驗報告結果	◎	◎	◎
X-光攝影	胸部 X光 Chest PA	診斷有無心臟擴大、肺臟及胸部腫瘤等之異常	◎	◎	◎
	冠狀動脈鈣化評估	評估冠狀動脈是否有鈣化狹窄情形			
	肺部腫瘤篩檢	低輻射劑量肺部腫瘤篩檢，可提升早期肺癌的診斷率		◎	
特殊攝影	腦部磁振造影檢查(不打藥)	篩檢有關腦部有無腫瘤、變性或血管病變			◎
超音波檢查	腹部超音波 Abdomen Ultrasonography	肝、膽、胰、脾、腎檢查	◎	◎	◎
	頸動脈超音波	檢查通往腦部的頸部大動脈及相關分支是否有狹窄或管壁上有否斑塊形成		◎	
內視鏡檢查	胃鏡 Gastroscope	觀察食道、胃、十二指腸有無息肉病變、發炎、潰瘍	◎		
	大腸纖維鏡 Colonoscope	觀察大腸直腸有無發炎、息肉及腫瘤	◎		
麻醉處置費	內視鏡減痛鎮靜麻醉		◎		
心電圖檢查	靜式心電圖 Resting E.K.G.	診斷心律不整及各種心臟疾病所引起變化	◎	◎	
血糖測定	空腹血糖 Glucose AC	血液中葡萄糖濃度數值，為糖尿病診斷依據	◎	◎	◎
	醣化血色素 HbA1c	最近2-3的月的平均血糖濃度參考		◎	
肝膽功能檢查	直接膽紅素 Direct Bilirubin	肝臟膽道疾病及肝炎診斷參考	◎	◎	
	總膽紅素 Total Bilirubin		◎	◎	
	鹼性磷酸酶 Alp		◎	◎	◎
	血清麩氨酸轉移酶 SGOT		◎	◎	◎
	血清丙酮酸轉移酶 SGPT		◎	◎	◎
血脂肪檢查	總膽固醇 Total Cholesterol	心臟血管動脈硬化的危險參考指標	◎	◎	◎
	三酸甘油酯 Triglyceride		◎	◎	◎
	低密度脂蛋白膽固醇 LDL	體內最具代表性的脂質，動脈硬化的參考指標	◎	◎	◎
	高密度脂蛋白膽固醇 HDL		◎	◎	◎
腎功能檢查	尿素氮 BUN	腎臟機能及痛風的診斷參考指標	◎	◎	◎
	肌酸酐 Creatinine		◎	◎	◎
痛風檢查	尿酸 Uric Acid		◎	◎	◎
血液檢查	白血球分類計數 WBC-DC	了解是否貧血、感染、發炎、凝血等功能	◎	◎	◎

2022/3/28

紓壓健檢套組

項目	內容	臨床意義	無痛腸胃鏡	肺腫瘤健檢	腦部MRI
全套血液檢查(8項)	血紅素 Hb、紅血球數目 RBC、血球容積比 Ht、平均血球容積 MCV、平均紅血球色素 MCH、平均血色素濃度 MCHC、白血球總數 WBC count、血小板數目 Platelet	了解是否貧血、感染、發炎、凝血等功能	◎	◎	◎
全套尿液檢查(13項)	比重 Specific Gravity、酸鹼度 pH、尿蛋白 Protein、尿糖 Glucose、酮體 Ketone Body、膽紅素 Bilirubin、尿潛血反應 Occult Blood、尿膽素原 Urobilinogen、白血球價數 Leukocyte、硝酸鹽 Nitrite、紅血球 RBC、白血球 WBC、上皮細胞 Epithelial cell	肝、膽、腎及糖尿病、尿道發炎、感染參考指標	◎	◎	◎
附加服務	健檢後14個工作天，提供個人健檢報告書一份及安排家醫科醫生諮詢 健檢結果異常追蹤者，協助門診掛號		◎	◎	◎
合約價			16000	16000	16000

2022/3/28

附件

HRV 測試報告

2019/4/13

明遠精密科技股份有限公司

測試者： ○　　年齡： ○　　性別： ○

壓力指數： ○　　壓力等級： ○



註解：

項目	值		標準	狀態
平均心率	○	bpm	80	
紀錄異常頻率 (%)	○	%		
自律神經活性 (SDNN)	○	ms	41	
副交感神經活性 (RMSSD)	○	ms	35	
低高頻能量比值 (LF/HF)	○			

說明：

壓力指數: 用來說明目前受測者的所處的壓力狀態。
< 50　有長期接受紓壓訓練、或心率紀錄異常。
50 ~ 150　為一般正常狀態。
150 ~ 500 身心壓力偏大、或過度運動導致的疲勞狀態。
500 ~ 900 嚴重身心壓力。
> 900　極度身心壓力，長期處於高度壓力。或是存在其他生理疾病。

壓力等級 依據壓力指數與其他各項分析所得到的壓力結論
良好　有長期接受紓壓訓練，身心壓力受到良好調控。
正常　一般正常狀態。
偏高　身心壓力過大,或過度運動的身體疲勞，請適度休息或從事紓壓活動。
嚴重　嚴重身心壓力、長期處於高度壓力、或其他生理疾病。
建議立即尋求醫師協助。

平均心率 :心臟每分鐘跳動的次數，單位為 BPM (次/分)。 正常人每分鐘心跳約在80下附近，過高與過低都不正常。

紀錄異常頻率 : 表示測試過程中，前後兩次心率相差大於0.2倍或可明顯判斷為人為因素所造成異常的比例。正常狀況為0。否則請檢查是否為人為因素如肢體移動所造成。否則如時常發生時，建議諮詢醫師協助。

自律神經活性 (SDNN) : 測量期間的心率標準差，此數值表示受測者目前自律神經活躍程度。通常分數越高越好。

副交感神經活性 (RMSSD) : 測量期間相鄰兩次心率差值的標準差，此數值可用來說明副交感神經的活躍程度。數值越大越好。正常人在遇到壓力時交感神經會變的興奮。然而當壓力解除時，副交感神經活性便會啟動以恢復正常狀態。但是長期壓力狀態下有可能導致副交感神經被長期壓抑而無法正常表現。此時，建議多做一些能夠放鬆心情的活動，如呼吸訓練、散步、運動、打坐、瑜珈、聽音樂等等。

高低頻比值 (LF/HF) :將心率進行頻譜分析。將0.03 ~ 0.15 Hz 的頻譜能量除以 0.15 ~ 0.4 Hz 的頻譜能量來表示。此數值可以反應出交感/副交感神經之間平衡的指標，或是代表交感神經調控的指標。對於未接受過舒壓呼吸訓練的受測者，此比值在
- 小於0.2　交感神經收到過度壓抑或是副交感神經過度興奮。
- 0.2 ~ 2.0　正常範圍。
- 大於2.0　交感神經過於興奮或副交感神經受到過度壓抑。

但對於持續接受舒壓呼吸訓練受測者，此數值可能會處於相當高的狀態，因此上述的標準並不適用。