

心靈地圖

MAP

北高雄-服務據點



高雄市政府衛生局 關心您

廣告

心情溫度計

簡式健康量表每週自我檢測

請您仔細回想「在最近一星期中(包括今天)」，地圖中間①~⑤題的問題，題項對應到地圖指標 顏色，請依程度表圈選得分，最後將各題項分數加總，結果請看計分與說明。

題目

- 睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒？
- 感覺緊張不安？
- 覺得容易苦惱或動怒？
- 感覺憂鬱、心情低落？
- 覺得比不上別人？

程度表

程度	完全沒有	輕微	中等程度	厲害	非常厲害
分數	0	1	2	3	4

得分與說明

0-5分：為一般正常範圍，表示身心適應狀況良好。

6-9分：輕度情緒困擾，建議找家人或朋友，你可以抒發情緒，不必獨自承擔面對。

10-14分：中度情緒困擾，讓你很不舒服，你可以尋求紓壓管道或接受專業諮詢1925。

15分以上：重度情緒困擾，你需要好好照顧自己，建議尋求專業輔導或精神醫療評估。

★單題超過3分(含3分)，持續達一周以上，建議找人聊聊、找尋合宜的紓壓管道或尋求專業協助。

總分：



心情溫度計APP
偵測心情適時求助

心理諮商資源

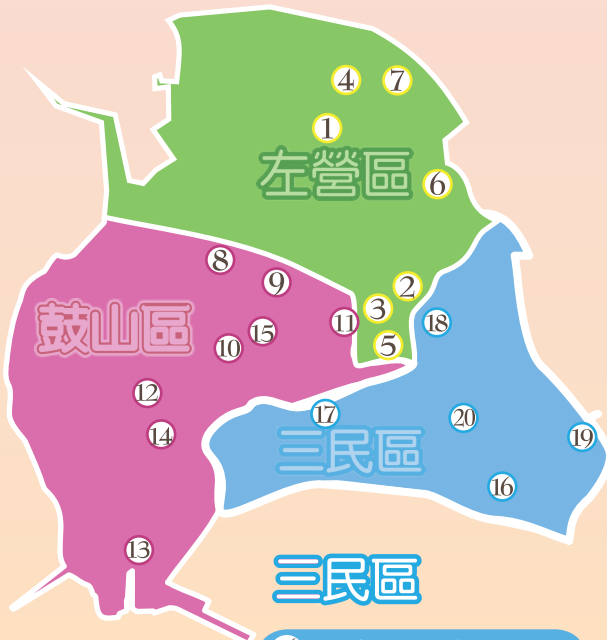
北高雄-服務據點

左營區

- 1 遇見心理諮商所
☎ 07-3453569
📍 高雄市左營區重光路82號1樓
- 2 綠野仙蹤心理諮商所
☎ 0972-223995
☎ 07-5508216
📍 高雄市左營區裕誠路188號2樓
- 3 芯耕園心理諮商所
☎ 07-5567315
📍 高雄市左營區至聖路312號17樓之3
- 4 回甘心理諮商所
☎ 07-5889880
📍 高雄市左營區站前北路100號4樓
- 5 糖心理諮商所
☎ 07-5509218
📍 高雄市左營區大順一路268號
- 6 樂聆心理治療所
☎ 0975-185953
📍 高雄市左營區榮成一街82號1樓
- 7 欣寧心理治療所
☎ 07-3502119
📍 高雄市左營區重慶路395號

鼓山區

- 8 芯安心理諮商所
☎ 07-5541515
📍 高雄市鼓山區裕誠路1515號2樓
- 9 繪心庭心理諮商所
☎ 07-5530101
📍 高雄市鼓山區華榮路228號7樓
- 10 擁抱天使心理諮商所
☎ 07-5226622
☎ 07-5555596
📍 高雄市鼓山區中華一路944號
- 11 藍秀宏心理諮商所
☎ 0988-271987
📍 高雄市鼓山區博愛二路343號5樓之2
- 12 心旅心理諮商所
☎ 0903-529623
☎ 07-5313381
📍 高雄市鼓山區內惟路8號
- 13 真誠心理諮商所
☎ 0905760003
📍 高雄市鼓山區鼓元街109號1樓
- 14 華遠心理諮商所
☎ 07-5527285
📍 高雄市鼓山區厚德路186號6樓之1
- 15 港灣藝術心理諮商所
✉ cyarttherapy@gmail.com
📍 高雄市鼓山區裕誠路2046號3樓



三民區

- 16 予愛心理諮商所
☎ 0905-923518
📍 高雄市三民區臥龍路54巷32號
- 17 敲敲話心理諮商所
Line ID: @008josxk
📍 高雄市三民區天津街255巷24號5樓
- 18 伴心理諮商所
☎ 07-3451358
📍 高雄市三民區明仁路58號
- 19 小魚兒心理治療所
☎ 07-7777641
📍 高雄市三民區澄清路620號2樓
- 20 心之森心理治療所
☎ 07-3809380
📍 高雄市三民區民族巷1-7號

心靈地圖

心理諮商資源 | 精神醫療資源

精神醫療資源

北高雄-服務據點

岡山區

- 1 樂安醫院
☎ 07-6256791
📍 高雄市岡山區通校路300號

楠梓區

- 3 心欣診所
☎ 07-3640490
📍 高雄市楠梓區德民路822號1樓
- 4 祈福診所
☎ 07-3531117
📍 高雄市楠梓區楠梓新路271號1-2樓

左營區

- 8 國軍高雄總醫院左營分院附設民眾診療服務處
☎ 07-5817121
📍 高雄市左營區軍校路553號

- 9 心方診所
☎ 07-3450697
📍 高雄市左營區華夏路728號1樓

- 10 耕心療癒診所
☎ 07-3592011
📍 高雄市左營區曾子路332號1樓

- 11 心晴診所
☎ 07-3463099
📍 高雄市左營區民族一路1032號1樓

- 12 養全診所
☎ 07-3451258
📍 高雄市左營區文康路109號1樓

- 13 陽光診所
☎ 07-3412598
📍 高雄市左營區自由三路176號2樓

- 14 尋路身心診所
☎ 07-3506021
📍 高雄市左營區重立路533號1樓

- 2 國軍高雄總醫院岡山分院附設民眾診療服務處
☎ 07-6250919
📍 高雄市岡山區大義二路1號

- 5 楠梓心寬診所
☎ 07-3629688
📍 高雄市楠梓區後昌新路128號1樓

- 6 郭玉柱診所
☎ 07-3661166
📍 高雄市楠梓區軍校路838號1樓

- 7 元景耳鼻喉科神經科診所
☎ 07-3524100
📍 高雄市楠梓區楠梓新路252號

- 15 李全忠診所
☎ 07-3450696
📍 高雄市左營區自由三路528號1樓

- 16 心樂診所
☎ 07-3421968
📍 高雄市左營區榮佑路9號1樓

- 17 高雄榮民總醫院
☎ 07-3422121
📍 高雄市左營區大中一路386號

- 18 唐子俊診所
☎ 07-5564028
📍 高雄市左營區忠言路193號1樓

- 19 河堤診所
☎ 07-5575658
📍 高雄市左營區裕誠路190號1樓

- 20 寬福診所
☎ 07-5580809
📍 高雄市左營區明誠二路200號1-2樓

路竹區

- 24 國良診所
☎ 07-6076698
📍 高雄市路竹區大社路27號

旗山區

- 25 欣明精神科診所
☎ 07-6627802
📍 高雄市旗山區延平一路660號1樓
- 26 衛生福利部旗山醫院
☎ 07-6613811
📍 高雄市旗山區中學路60號

燕巢區

- 27 燕巢靜和醫療社團法人燕巢靜和醫院
☎ 07-6156555
📍 高雄市燕巢區深水里深水路3之20號
- 28 義大醫療財團法人義大醫院
☎ 07-6150011
📍 高雄市燕巢區角宿里義大路1號
- 29 義大醫療財團法人義大治療醫院
☎ 07-6150022
📍 高雄市燕巢區角宿里義大路21號

仁武區

- 30 仁華診所
☎ 07-3725066
📍 高雄市仁武區中華路352號1樓
- 31 仁武深析診所
☎ 07-3746583
📍 高雄市仁武區仁雄路67-5號1-2樓

- 36 大順景福診所
☎ 07-3833799
📍 高雄市三民區大順二路720號1樓

- 37 建工心喜診所
☎ 07-3801585
📍 高雄市三民區建工路603號1-2樓

- 38 財團法人私立高雄醫學大學附設中和紀念醫院
☎ 07-3121101
📍 高雄市三民區自由一路100號

- 39 心樂是診所
☎ 07-3847373
📍 高雄市三民區九如一路333號1-2樓

- 40 心悅診所
☎ 07-3805562
📍 高雄市三民區建工路587號1-2樓

- 41 文心診所
☎ 07-3108004
📍 高雄市三民區大裕路256號1樓

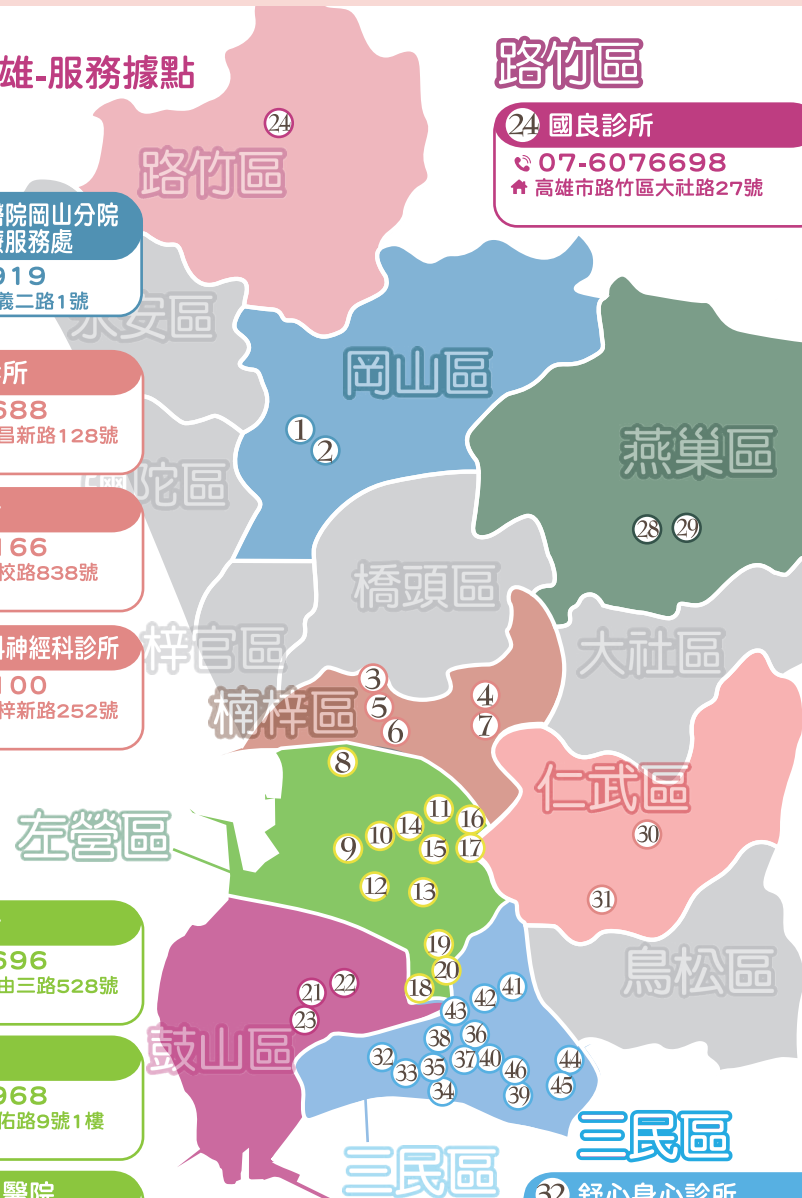
- 42 義大醫療財團法人義大大昌醫院
☎ 07-5599123
📍 高雄市三民區大昌一路305號

- 43 開心診所
☎ 07-3929988
📍 高雄市三民區敦煌路82號1樓

- 44 澄清文鳳診所
☎ 07-3986611
📍 高雄市三民區澄清路651號1-2樓

- 45 覺民診所
☎ 07-3980107
📍 高雄市三民區澄清路387號1樓

- 46 正中診所
☎ 07-3809900
📍 高雄市三民區正忠路18號1樓



鼓山區

- 21 樂群診所
☎ 07-5555596
📍 高雄市鼓山區中華一路946號1樓

- 22 元和雅診所
☎ 07-5550056
📍 高雄市鼓山區中華一路347號1-2樓

- 23 高雄市立聯合醫院
☎ 07-5552565
📍 高雄市鼓山區中華一路976號

- 32 舒心身心診所
☎ 07-3116116
📍 高雄市三民區吉林街150號2樓

- 33 茂德診所
☎ 07-3122238
📍 高雄市三民區自由一路14號

- 34 劉精神科診所
☎ 07-2229450
📍 高雄市三民區建國一路504號

- 35 健泰診所
☎ 07-3222066
📍 高雄市三民區熱河一街134號1-2樓