	ICF-CY關係圖的工作表				檢查清單名稱		
文件編號	A0	對象名稱	蘇意庭	製作者.製作小組		作成年月日	2015

# 健康狀態 (疾患或是疾病

偶爾感冒 睡眠問題 焦慮感

## 心身機能・身體構造

b1340.1 |睡眠量 睡眠時間多少於八小時,多數時 候為六小時。

b1342.1 |睡眠維持 有時於預定時間之前會醒來,沒 有固定的時間,多為預定時間前 二~三小時。

b1343.1 |睡眠品質 這半年內睡眠時分身或受到干 擾易醒的次數或程度較半年前

#### 心身機能・身體構造

b1442.2 | 記憶擷取和處理 以前記得的一些詞彙會想不起來 提取有困難。

b1400.1 | 持續注意力 

個人因素

24歲,女性,目前就讀長庚大學, 為碩士班一年級學生,目前為全 職學生,學業課程包含大小考試、 報告以及論文寫作。 對新事物有學習的興趣,喜歡聽

音樂、看電影、看書等,平時不 定期會做體操,容易對未完成的 報告感到壓力。

心身機能・身體構造

b152.2 |情緒功能

較半年前容易暴躁,緊張或焦

慮。

#### 主觀,主體

希望身體和研究都可以漸入佳 境。

希望可以按部就班把該做的事 做好。

# 心身機能・身體構造

b5254.2 | 脹氣

 有時候肚子會有脹氣的感覺,吃 胃藥或走路偶爾可以減緩偶爾不 行。

b5351.2 | 發脹感 有時候肚子會有脹氣的感覺, 吃胃藥或走路偶爾可以減緩偶 爾不行。

# 環境因素

e355,+1 | 健康基 醫師在我生病或感冒時 緩解症狀產生的不

#### 心身機能・身體構造

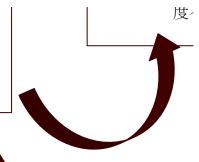
b1642.3 |時間管理 無法將時間做有效分配,因此事 情時常堆積到期限前。

# 活重

d2305.20 | 能夠規劃適當的 物而个仕眼則既谷易忘記,時吊 忘記拿放在飲水機上的水壺,洗 完筷子去上廁所就忘記拿。

b1440.2 |短期記憶 容易分心,對需長時間專注的事 物感到不耐煩。





#### 環境因素

e320,+3 | 朋友 朋友可以提供心靈支持,緩解焦慮 和沮喪感。 e410,+4 | 直系親屬成員個人態度 家人尤其是媽媽可以緩解我的焦慮,進而 提升睡眠品質,並提供飲食上的建議減少 脹氣等問題。

e420,+3 | 朋友個人態度 對研究內容或目標有共同觀點或期 待的朋友可以促進學習上的動機, 減緩面對繁瑣事務產生的不耐。

e325, +3 |熟人、同儕、同事、鄰居、和社 區成員

同學提供的支持和協助可以幫助解決課程 或報告遇到的問題。

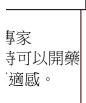
### 環境因素

e2250.2 | 溫度 天氣太熱使得耐心降低,並且 懶洋洋不想做事。

天氣潮 舒服。

e2253,2 |降雨 下大雨會不想出門,不想做事, 變得懶散。

季節



# カ/參加

管理個人時間 的時間表,但執行 工作

# e2251,3 |濕度

I濕悶熱會一直流汗, 感到不 天氣潮濕悶熱會一直流汗, 感到不舒服。

e2255,1 |季節變化 5變化劇烈導致容易感冒。