



電玩失調 (Gaming disorder)

2018/05/10

世界衛生組織於 2018 年 1 月份公布的第 11 版國際疾病分類編碼(ICD-11)草案中，將「電玩失調」(Gaming disorder) 納入危害精神健康的疾病之一，預計於 2018 年 6 月正式出版。

根據世界衛生組織網站上，第 11 版國際疾病分類編碼 (ICD-11) 草案的描述，「電玩失調」是指持續或反覆的電玩行為模式，包括數位遊戲(Digital-gaming) 或電子遊戲 (Video-gaming)，不分線上或離線。「電玩失調」(Gaming disorder) 其主要症狀包含：無法掌控玩電玩的時間、電玩的優先程度日漸增加，甚至取代其他日常生活的事情、即使出現負面後果仍無法停止玩電玩。若上述症狀影響到其他個人、家庭、社會、教育和職業等各方面，且時間持續超過一年，則可能被診斷電玩失調症。

一、「電玩失調」Gaming disorder 的定義

「電玩失調」有三大主要症狀：

1. 玩電玩的次數、頻率、強度、持續時間、結束時間與前後行為等相關控制力受損。
2. 電玩的重要性優先程度大於人生志趣或日常生活。
3. 就算產生負面結果，仍然持續狂玩電玩，且以上行為已經對個人、家庭、社會、教育、職業或其他領域的功能造成傷害，且時間持續超過一年。

二、什麼是 ICD (International Classification of Disease)

國際疾病分類系統的主要目的是為了讓不同國家或不同地區將其所蒐集到的疾病診斷或相關健康問題資料，經由統一標準的分類，以便進行衛生健康資料比較分析，作為各國衛生機關制定決策和監測疾病趨勢時的參考標準。

三、為何要將「電玩失調」列入國際疾病分類編碼

世界衛生組織根據相關研究並諮詢多位精神健康專家後，認為過度使用電玩、對電玩上癮可能會導致不良的身心影響，於是決定擬將「電玩失調」列入國際疾病分類編碼，一旦「電玩失調」被列入疾病分類，就成為正式的健康問題，未來可以作為醫生診斷、醫護人員、相關研究人員進行防治之用。

資料來源：

<http://www.who.int/features/ga/gaming-disorder/en/>

<https://icd.who.int/dev11/l-m/en>

