

111學年度健康促進學校

健保用藥 期末報告

☆ 新竹國小 衛生組 陳盈秀、護理師 張雅玲 ☆



CONTENTS

- 1 學校衛生政策
- 2 學校物質環境
- 3 健康衛生政策
- 4 健康教學技能
- 5 健康服務
- 6 社區關係
- 7 校本特色
- 8 後測結果





PART ONE

學 校 衛 生 政 策



學校衛生政策



校務會議通過



領域老師
討論議題
融入課程
規劃

<https://www.hspc.hc.edu.tw/hss/s/main/p/mohw>

沈于時機(生少二項)並正確執行沈于少聯。(建議正確沈于時機如下：上廁所後、吃東西前、看病前後、擤鼻涕後、回到家後、玩遊戲後……。)

2.正確執行洗手5步驟：濕、搓(至少20秒)、沖、捧、擦。

3.請學生自備衛生紙，以便如廁使用

☆健康促進計畫需導師協助督促項目：

- 1.口腔衛生就醫矯治單。
- 2.視力保健就醫矯治單。
- 3.健康體位通知單簽名。
- 4.請各班老師將議題融入課程，並於明年4月底前繳交成果電子檔(Y:\007行政處室\02學政處\111學務處\衛生組\111年度健促成果)

1~3 年級：健保用藥、 4~6 年級：無菸拒檳

☆112年環境教育計畫11月底前完成：

電子檔放置於 Y:\007行政處室\03學務處\111學務處\衛生組\111年度環境教育實施計畫

納入校務手冊



學校衛生政策

許維倩正在分享螢幕畫面

COVID-19防疫注意事項



暑假期間

對抗新冠病毒15招

- ① 出門記得戴口罩
- ② 回家衣服要換掉
- ③ 外出鞋不進屋內
- ④ 社交距離1公尺
- ⑤ 手機清潔不能少
- ⑥ 摸完把手洗肥皂
- ⑦ 仔細洗手超過20秒
- ⑧ 咳嗽摀嘴有禮貌
- ⑨ 公置場所先少去
- ⑩ 約會聚餐先停掉
- ⑪ 自備餐具
- ⑫ 身體不適
- ⑬ 視訊問候最安全
- ⑭ 早睡早起免疫力
- ⑮ 運動強身不感冒

歡迎教學免費使用，尊重著作權，請勿重作商業行為。
F 唐笑貓魚
www.google.com 請點此頁面的畫面
歡迎教學免費使用，尊重著作權，請勿重作商業行為。
F 唐笑貓魚
www.google.com 請點此頁面的畫面

上午8:08 | xvp-scwvt-hdo

俊賢
葉俊賢
許維倩
新竹國小胡西
玲玲
玉枝
劉玉枝
慶慶
瑛廷 玉珍
另有另外 44 位使用者
君君

葉俊賢正在分享螢幕畫面

結業式健促宣導

葉俊賢正在分享螢幕畫面

上午8:20 | xvp-scwvt-hdo

俊賢
葉俊賢
許維倩
新竹國小胡西
玲玲
玉枝
劉玉枝
慶慶
瑛廷 玉珍
另有另外 47 位使用者
倩如
潘倚如
盈秀
你

教育部
臺灣師範大學

A cartoon illustration of a doctor wearing a white coat and glasses, holding a stethoscope around his neck and a small orange stick in his hand, standing in a field of green grass.

PART TWO

學 校 物 質 環 境

學校物質環境



海報宣導



圖書館走廊電視每日循環播放健促影片



PART THREE

學 校 社 會 環 境

結合音樂展演



直笛團快閃

音樂班招生

有獎徵答

寒假全市線上學習單



新竹國小學務處

由 Beatrice Chen 發佈 · 2022年12月20日上午10:52 ·

新竹市全民健保暨正確用藥中心學校-三民國中-「聰明就醫六要素 珍惜健保We can do!」寒假作業學習單

學習單連結網址 <https://forms.gle/Vewcfm8gXiqDAuyj7>

*112年1月23日(一)至3月10日(五)16時截止

*完成表單後，依照分數(80分以上)及完成度，可以參加抽獎活動。(不限制作答次數)

*可參考PPT宣導資料



DRIVE.GOOGLE.COM

110學習用PPT.pdf

訊息公告於學務處fb、校網



寒假六年級影片留言

學務處fb公告活動辦法

新竹國小學務處
由 Beatrice Chen 發佈 · 2022年11月29日 ·

111學年度健康促進學校健保用藥寒假作業(六年級)
~~~聰明就醫六要素，珍惜健保 we can do~~~

- 請仔細閱讀6張圖片中的內容。
- 想想你或家人曾經具體實踐哪一個要素，留言簡述其事件或過程。  
例：我有做到①觀察病症的情形，上次跌倒破皮，沒有立即生命危險，所以沒掛急診，媽媽帶我到\*\*診所擦藥。
- 為維護個資不須留名字，務必留下班級和座號，開學才能順利把禮物送給認真留言的同學喔。

新竹國小學務處

- 就醫前：①觀察病症的情形**  
【定義】觀察自己的身體警訊，來判斷是否需要就醫。
  - 嚴重性
  - 明確異常的身體數值（如：體溫、血壓）。
  - 症狀惡化現象（如：傷口擴大、疼痛加劇、症狀增多）。
  - 持續性
  - 症狀持續且未消退（如：高燒不退、血流不止）。
- 就醫後：⑤聰明用藥愛健保**  
【定義】遵循醫囑索取、服用藥品、不浪費醫療資源。
  - 聽醫生指示用藥
  - 完整療程的藥物服用完畢
  - 醫生交代可以不吃的藥才能不吃。
  - 避免浪費藥品
  - 不重複就醫多拿藥。
  - 不囤藥。
- 就醫中：④合理期待最和諧**  
【定義】對醫療抱持合理期待，配合且感謝專業人士。
  - 合理期待醫療效果
  - 釐清看病目的是為了確認病情，不是為了拿藥。
  - 信任醫護專業人士
  - 配合專業治療，提升藥品質。
- 後：⑥如期回診要記牢**  
第一級：  
第二級：

### 就醫中：③詳述病症用口訣

【定義】能利用口訣完整表述病情給醫生知悉。

+3 國中：十拿九穩

- 國小：那不就好說了
- 那：「哪」裡不適
- 不：「不」適感受
- 就：不適多「久」
- 好：怎麼變「好」
- 說：「說」出疑惑
- 十：健康狀況與病「史」
- 拿：病徵在「哪」
- 九：病徵有多「久」
- 穩：治療或疑慮詢「問」

加強推廣貼文

81則留言

留言 分享

# 寒假六年級影片留言

## 留言區學生回覆



林芝璽

60217

我做到⑤聰明用藥愛健保，上次感冒去看完醫生後  
藥師的指示，什麼時間要吃什麼藥，藥師還說如果吃完還  
需要再就醫拿藥，不需要就把資源留給需要的人，按照藥  
師說的話照做，果然很快就好了。

讚 回覆 隱藏 4週

聽從

2



Sandy Ko

我是60605，我有做到3詳述病症，上週媽媽帶我看中醫  
調養身體，醫生問的身體狀況有詳述告訴醫生那裡問題，  
把脈後拿藥，回家吃藥調養

讚 回覆 隱藏 6週 已編輯

1



Tim Liou

60606劉冠廷

我有做到，感冒或是身體不舒服會去小診所看醫生。有一  
次起疹子很嚴重，吃了診所的藥疹子還是一直不退，家人  
就帶我去大醫院做詳細檢查。我有做到不浪費醫療資源。

讚 回覆 隱藏 2週 已編輯



張懿

我媽媽有做到6如期回診要記牢，上次骨折，  
去看醫生好了之後，媽媽有記得定期復健。

60507

讚 回覆 隱藏 2週



Janny Tian

602 21

我有做到第(4)合理期待最合諧，在看病時，我知道看  
病的目的是為了確認病情，不是為了拿藥。在看病時，我  
也會配合專業治療，在看完的時候和醫生說謝謝。

大心 回覆 隱藏 1天



Erica Liao

60114

之前感冒，因為沒有很嚴重所以只去小診所看一下而已

讚 回覆 隱藏 1週



葉宇浩

60512

我有做到第2點，每次我感冒媽媽都會帶我去最近的小診  
所只有很嚴重的時候才會去大醫院

讚 回覆 隱藏 1天 已編輯



# 寒假六年級影片留言

從留言隨機抽出幸運獲獎同學

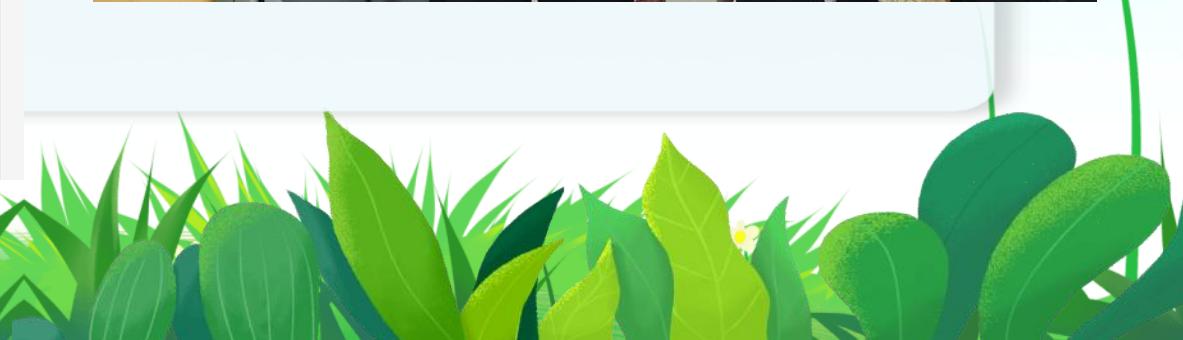
<https://www.luckyhelpers.com/>

## 抽獎活動名單

71筆符合 0筆不符合

× 71則留言

| #編號 | 帳號                                                                                          | 留言                                                                                             | Tag好友 | 留言時間        |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------|
| 1   |  謝恩梅       | 607班25號 我有做到1和6 我每次有點小咳嗽會多喝水、多休息，如果觀察到症狀變嚴重，如：發燒、喉嚨痛等，會告訴媽媽帶我去診所看診。我也會定期每個月至眼科診所追蹤視力，並每晚使用散瞳藥水 | 0位好友  | 02/12 19:58 |
| 2   |  Tina Chen | 60717 我有做到第六點，以前生病吃完藥恢復的差不多之後，就不會再去診所回診。                                                       | 0位好友  | 02/12 19:14 |
| 3   |  Tim Liou  | 60606劉冠廷 我有做到，感冒或是身體不舒服會去小診所看醫生。有一次起疹子很嚴重，吃了診所的藥疹子還是一直不退，家人就帶我去大醫院做詳細檢查。我有做到不浪費醫療資源。           | 0位好友  | 02/12 17:13 |
| 4   |  莊憶沁     | 60316 每次感冒的時候，都會先觀察自己的病情是不是很嚴重，再選擇需不需要就醫，才不會浪費醫療資源                                             | 0位好友  | 02/12 15:17 |
| 5   |  Ivy Lin | 60810 我全部都有做到 每次看醫生都會做到以上幾點，能讓身體趕快好起來，也讓看診時更有效率，醫生也好的醫治好我們的病。                                  | 0位好友  | 02/12 13:38 |



# 兒童節跳蚤市場闖關

問答配對





# 兒童節跳蚤市場闖關

摸彩抽獎



# PART FIVE

## 健 康 教 學 技 能

# 四年級健保桌遊

健康課中，學生利用桌遊認識健保



# 四年級健保桌遊



吳婷妍

我覺得很有趣，因為可以增加我們對醫學的  
關懷，而且還可以了解醫生需要如何去對帶病人。

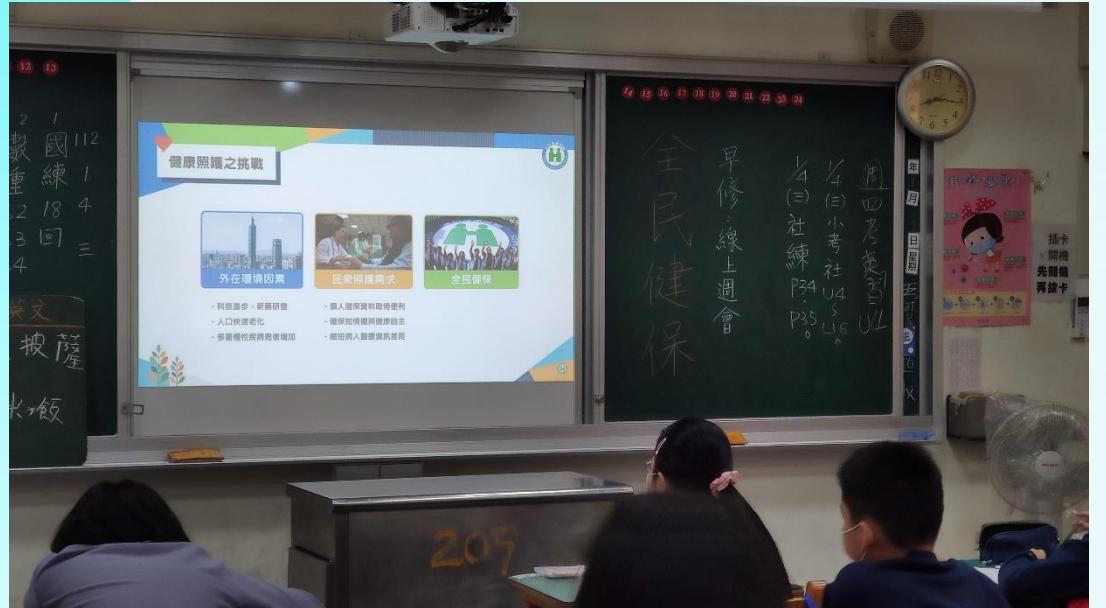
## 學生從桌遊獲得健保相關知識

很有趣因為可以和同學一起玩遊戲也可  
以學到許多關於醫學上的問題真很有趣。

我覺得透過這個遊戲可以加強我們對醫療  
知識認知，而且這個遊戲也很好玩。  
的

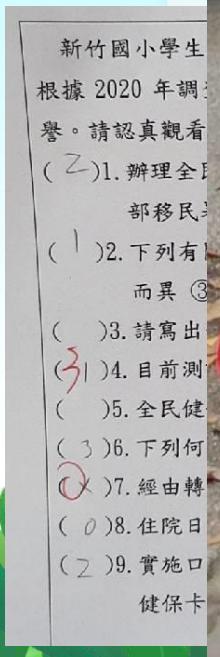
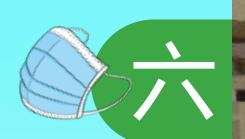


# 六年級線上週會



認識全民健保





# 五年級週會

## 藥師入校宣導



藥師Q&  
A  
時間



# 學生週會心得

# 五年級週會

裡面主持人也說要珍惜健保，她還有藥品有哪幾級，讓我們更認識了藥品和健保，也知道要珍惜健保。

健保用藥，聽完了這次的週會，我學到了很好知識，原來亂服用藥會有很可怕的後果，藥也有分成三種階級，有不用什麼級的藥，有些雖然不太懂，不過也有影片說明，也讓我知道原來臺灣健保其實還算好，我們新竹也有地區醫院，學到了好多知識。

健保用藥，聽完了這次的週會，我學到了很好知識，原來亂服用藥會有很可怕的後果，藥也有分成三種階級，有不同 的意思，知道自己要 用什麼級的藥，有些雖然不太懂，不過也有影片說明，也讓我知道原來臺灣健保其實還算好，我們新竹也有地區醫院，到了好多知識。

生活札記

星期三，我們全班到了禮堂聽演講解說，藥師正在講健保的功用，後來又給我們看了一些影片，影片內容有的談外國人生病，害怕臺灣醫療費很貴，結果發現比外國便宜好多，讚美臺灣的健保等。等到小室之後，結束後，我學到臺灣健保有好多優點，藥品要注意保存期限和日期等，謝謝藥師教我們這麼多東西。

# 班會討論



## 議題討論

### 議題討論：

1. 服用止痛藥 5「要」原則？

莊國玹：要知道、要看標示、要告知、要遵

2. 服用止痛藥 5「不要」原則？

王奕霏：不過量、不喝酒、不併用、不空腹

3. 何謂急診五級檢傷分級制度？

曾佳郁：第一級復甦急救，病人立即就診後處置，第二級危急，醫護人員需 10 分鐘內處置病人，醫護人員應在 30 分鐘內處置病人，

楊昊宸：第四級次緊急，醫護人員可在 60 分鐘內處置病人，第五級非緊急，醫護人員可在 120 分鐘內處置病人。

4. 廢棄藥品如何分類？如何處理？

鄭雅蓁：家中若有剩餘藥品屬於「還在使用期間內」的藥品，家中若有剩餘藥品屬於「已過期」的藥品。

1

## 議題討論

4. 別人誤會你時候可以自己用口語解釋清楚  
5. 小組討論的時候要尊重別人的意見

### ★健保用藥

1. 服用止痛藥 5 要原則？

A: 要知道、要看標示、要告知、要遵醫囑、要問專業

2. 服用止痛藥 5 不要原則？

A: 不喝酒、不併用、不空腹、不亂買、不過量

1

、不亂買、不過量

變？

<https://www.youtube.com/watch?v=Tg6y0oW6c0> 急診五級檢傷 5 分鐘版  
處理) — 病況危急生命或肢體，需立即處理。如：心

時間 10 分鐘) — 潛在性危及生命、肢體及器官功能外傷造成之大量出血，頭頸軀幹骨盆部位血流不外漏(如：頭部撞擊後鼻孔出血、四肢大動脈破裂等)、頭部撞擊後曾失去意識等。

(時間 30 分鐘) — 病況可能持續惡化，需急診處置；

1

3. 何謂急診五級檢傷分級制度？

A: 第一級復甦急救，病人立即就診後醫護人員馬上處置，第二級危急，醫護人員需 10 分鐘內處置病人，第三級緊急，醫護人員應在 30 分鐘內處置病人，第四級次緊急，醫護人員可在 60 分鐘內處置病人，第五級非緊急，醫護人員可在 120 分鐘內處置病人。

3. 廢棄藥品如何分類？如何處理？



呂昊承：

1. 將剩餘藥水倒入夾鏈袋中。

2. 藥水罐用水沖洗。

3. 把藥丸從包裝中取出，集中泡浸在步驟 2 的

4. 把泡過的茶葉、咖啡渣或擦手紙放入步驟 3 的藥丸、藥水混合。

外傷後肢體腫脹變形疑似骨折/脫臼、等。

(時間 60 分鐘) — 病況可能為慢性病及急性發作，如：急性咳嗽但沒有發燒、發燒但無不適等。

(時間 120 分鐘) — 病況非緊急，需做鑑別性診斷，如：擦傷、、蟄傷或咬傷，但無發燒或不適等。

# 法律暨健促知識擂台賽



## 六年級現場PK賽





# PART SIX

## 社 區 關 係

# 班親會宣導

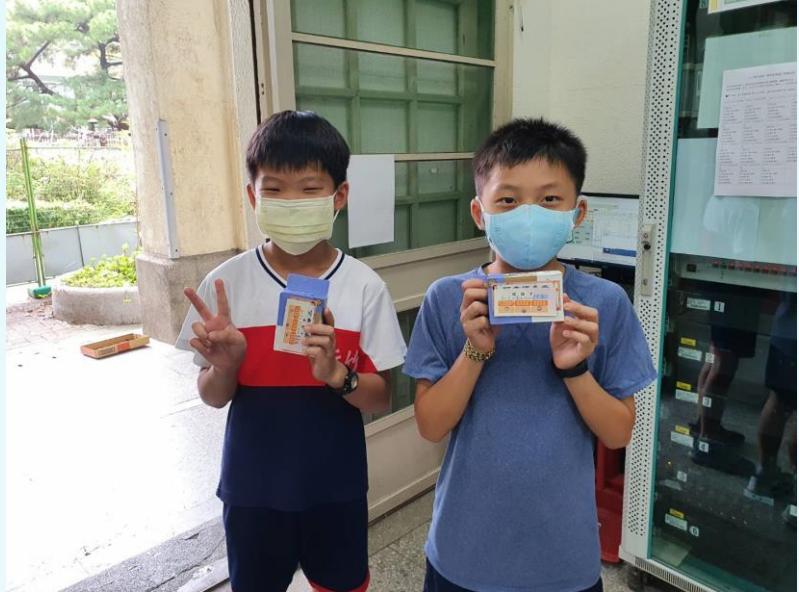
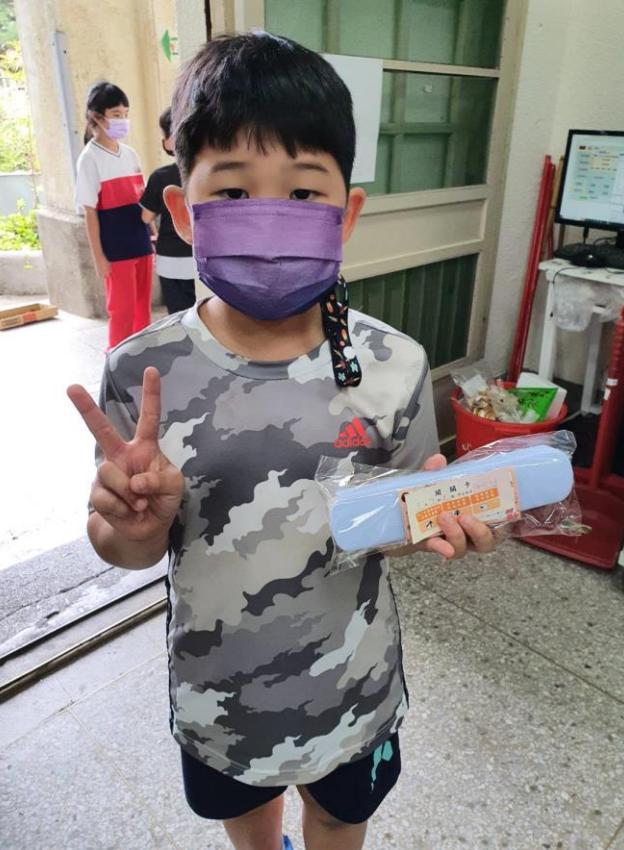


# 校慶親子闖關



學生、家長或親子合力，完成健保用藥問答配對

# 校慶親子闖關



校慶後，摸彩券抽出  
幸運兒，學生開心獲得小獎品



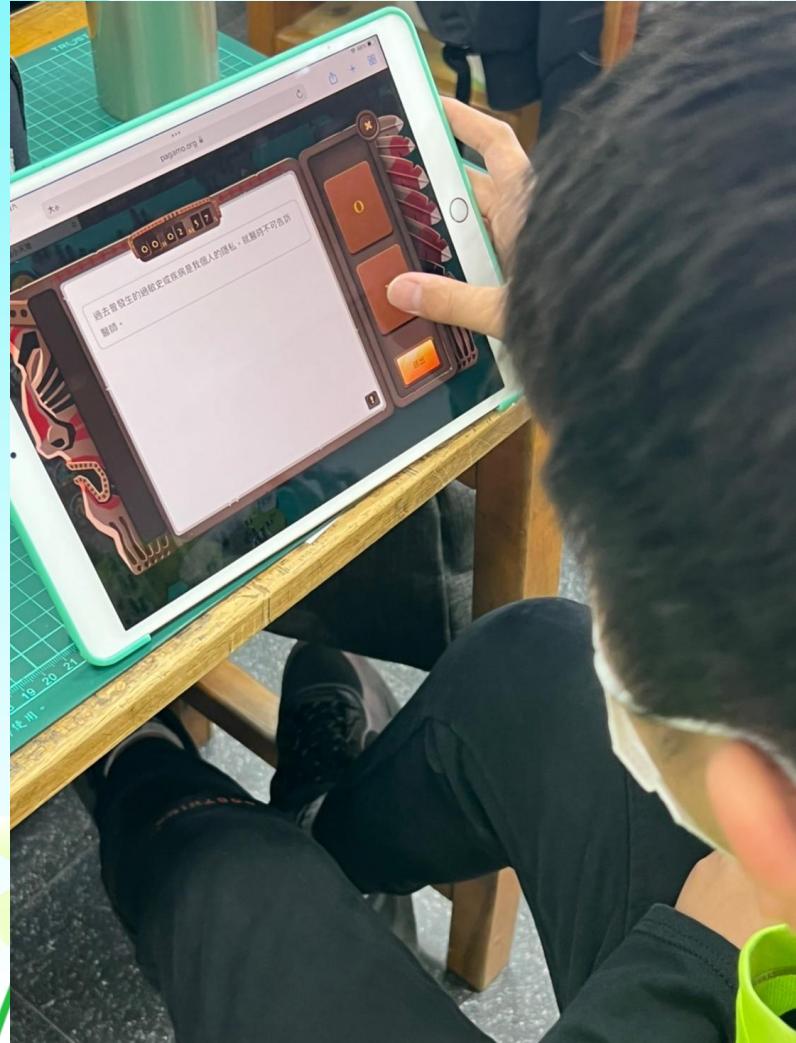
# PART SEVEN

# 校本特色



# 生生有平板

## PaGamo 競賽





雷雕餅乾



# 資訊課融入

## 學生雷雕作品



# PART EIGHT

## 成效指標





| 學校   | 對全民健保有正確認知比率 |       | 正確使用門急診比率 |       |
|------|--------------|-------|-----------|-------|
|      | 校平均          |       | 校平均       |       |
|      | 前測           | 後測    | 前測        | 後測    |
| 新竹國小 | 63.18        | 92.27 | 69.7      | 79.55 |
| 新竹市  | 54.84        | 71.88 | 76.31     | 79.42 |

預期成效  
進步百分比

|                |               |
|----------------|---------------|
| 增加5%           | 增加1%          |
| <b>+29.09%</b> | <b>+9.85%</b> |



| 學校   | 建立良好醫病關係比率 |       | 珍惜健保比率 |      |
|------|------------|-------|--------|------|
|      | 校平均        |       | 校平均    |      |
|      | 前測         | 後測    | 前測     | 後測   |
| 新竹國小 | 98.86      | 100   | 90.91  | 100  |
| 新竹市  | 97.84      | 98.06 | 91.83  | 92.8 |

| 學校   | 遵醫囑服藥比率 |       | 不過量使用止痛藥比率 |       | 有用藥問題會主動找<br>醫師或藥師諮詢比率 |       |
|------|---------|-------|------------|-------|------------------------|-------|
|      | 校平均     |       | 校平均        |       | 校平均                    |       |
|      | 前測      | 後測    | 前測         | 後測    | 前測                     | 後測    |
| 新竹國小 | 94.89   | 97.16 | 88.64      | 95.45 | 95.45                  | 96.59 |
| 新竹市  | 91.74   | 94.18 | 89.91      | 91.52 | 89.48                  | 92.95 |

預期成效  
進步百分比

增加1%  
2.27%

增加1%  
6.81%

增加1%  
1.14%





THANK YOU

