

新竹市立三民國中 113 學年度

健康促進計畫種子學校

推動「正確用藥與全民健保」成果報告

一、依據

依據本市 113 學年度學校健康促進計畫辦理。

二、實施期程

自 113 年 8 月 1 日起至 114 年 7 月 31 日止。

三、學校特色

新竹市土地面積較小(104 平方公里)，在全台 22 個縣市當中，排名第 20 名，然而腹地雖小，總人口數約 45.55 萬(112 年 8 月)，人口密度排名全台前三名，僅次於台北市與嘉義市。在資源方面擁有清華、交通、中華、玄奘及元培 5 所大學，47 公立高中國中小，設有國立台大醫院新竹分院與馬偕醫院新竹分院 2 所區域醫院，5 所地區醫院，1 所軍事醫院，診所 434 家，藥商 1822 家，平均每一醫療機構服務面積為 0.24 平方公里，優於全台平均(僅次於台北)。顯示本市在醫療資源上充足，在就醫及購買居家藥品具有便利性。

根據衛生福利部中央健康保險署統計，健保一年平均花費 1600 億元在藥費上，但每年約有 193 公噸的藥物被民眾丟棄；根據全民健保總體檢資料中指出，平均每人每年門診次數 15.2 次，25% 民眾領藥沒吃完浪費 300 億藥費/年。

錯誤的用藥造成健保資源的浪費，錯誤的丟棄方式造成環境生態的污染，更影響身體健康。因此為了全民的健康、健保的永續經營及環境生態，推動全民健保

暨正確用藥議題為學校當前重要的課題。

四、現況分析

(一) SWOTS 情境評估（背景分析）及行動策略

Strength 優勢	1. 就醫方便，醫療資源充足 2. 教育品質佳，多數家長重視孩子教育 3. 社區居民或社區教育組織互助氛圍良好，有助於整合各方資源 4. 各高國中小學校之間相距不遠，具跨校整合優勢
Weakness 劣勢	1. 就醫與藥局資源便利，容易產生過度使用與浪費情形 2. 高社經背景家庭居多，不易說服與接觸 3. 低社經背景家庭缺乏對健康議題的重視
Opportunity 機會點	1. 腹地不大，可以學校為中心進行全市推廣 2. 整合社區的資源人力，借助其專業或長才 3. 友善的社區關係，建立源源不絕的互助網 4. 融合知性、趣味和體驗實作以吸引學生注意
Threat 威脅點	1. 學生多以課業為主，缺乏對健康議題的接觸 2. 家長忙於工作，對健促議題較易忽略 3. 學校課程與活動緊湊，推廣時間不足
Solution 解決之道	1. 結合現有學校的課程進行議題融入與推廣 2. 設計有趣、多元課程與活動提高參與動機 3. 善用社群平台進行推廣，爭取議題曝光度 4. 整合各校與社區的資源力量，提高影響性

(二)『正確用藥與全民健保』現況分析

台灣的全民健保制度自 1995 年實施以來，為民眾提供了高效率且普及的醫療，使得醫療服務的可近性大幅提高。健康管理的挑戰。

首先，台灣民眾在醫療資源的使用上普遍存在過度依賴醫療服務的現象，這與全民

健保所提供的低自付額制度有密切的關係，並且常常會在未完全了解自身情況或醫生指示的情況下自行使用藥物，另外，由於處方藥物的購買過程中缺乏嚴格的審核，這使得部分民眾在藥物使用上也缺乏足夠的專業指引與知識。

其次，隨著醫療資訊的逐漸普及，許多人對藥物的認識仍停留在基本層面，缺乏對藥物作用、劑量調整、使用時間等細節的充分了解，且「自我診斷與自我急救」的情況相當普遍。然而台灣的健康保險系統讓民眾能夠以較低的成本獲得醫療服務，包括處方藥物，多種不當用藥行為，不僅可能加劇疾病的發展，還可能導致藥物性問題，長期下來會導致誤診或不當使用甚至造成重大健康風險。

最後，台灣的健保系統以低自付額和費用補貼為特點，患者通常支付相對較少的掛號費與自費部分，因此面對健康問題時，許多民眾傾向立刻就醫，甚至出現小病大醫院這種過度就診的行為，無論是看專科醫師還是檢查項目，都會消耗大量的醫療資源，導致醫療體系及健保制度的重度負擔。

綜上所述，台灣雖然擁有全球最著名的全民健保系統，但在正確用藥與建立正確健保觀念的落實上，仍需加強民眾對藥物安全的意識與知識，並促進醫療服務提供者之間的協作與溝通，加強藥物使用教育、醫療人員的專業培訓，以及建立更完善的藥物追蹤機制，可以有效減少用藥失誤，提升民眾的用藥安全與健康水準。

五、計畫預期成效

1. 完成校內設定指標

確認學生正確用藥與全民健保知能。

2. 符合完成新竹市設定指標

校本指標	全市指標
------	------

1. 對健保正確認知後測比率增加: (1) 國中 5% 。	1. 對健保正確認知後測比率增加: (1) 國小 5% 。
2. 正確使用門、急診後測比率增加: (1) 國中 1% 。	2. 正確使用門、急診後測比率增加: (1) 國小 1% 。
3. 建立良好醫病關係後測比率增加: (1) 國中 1% 。	3. 建立良好醫病關係後測比率增加: (1) 國小 1% 。
4. 倡議珍惜健保後測比率增加。 (1) 國中 1% 。	4. 倡議珍惜健保後測比率增加。 (1) 國小 1% 。
5. 遵醫囑服藥比率: 遵醫囑服藥增進心理健康 (1) 國中 1% 。	5. 遵醫囑服藥比率: 遵醫囑服藥增進心理健康 (1) 國中 1% 。
6. 不過量使用止痛藥比率: (1) 國中 1% 。	6. 不過量使用止痛藥比率: (1) 國小 1% 。
7. 有用藥問題會主動諮詢藥師比率: (1) 國中 1% 。	7. 有用藥問題會主動諮詢藥師比率: (1) 國小 1% 。

五、計畫內容

依據 WHO 健康促進學校六大範疇：學校健康政策、健康教育與活動、服務活動、學校物質環境、學校社會環境、健康服務與社區關係等六項，並回歸於教育本質：學校健康教育與活動，以此六項為主軸歸納出本校促進正確用藥與全民健保知能之目的，據以擬定實施策略、執行內容與實施時間，詳述如下：

正確用藥與全民健保

六大層面	實施內容	工作期程	佐證方式
------	------	------	------

一、 健康政策	1. 召開健康促進委員會會議。	113/08~ 113/10	會議記錄單、簽到單
	2. 訂定實施時間表與工作分配。		健促活動行事曆
	3. 制定本校正確用藥暨全民健保計畫。		計劃書
二、 健康技能 (教學)	1. 鼓勵教師將該議題融入教學活動，讓學生了解正確用藥與全民健保知的相關知識。	113/09 ~ 114/01	課程照片
	2. 參與全市辦理之用藥海報設計比賽、全民健保學習單比賽	114/02~ 114/03	活動計畫、照片
	3. 辦理正確用藥暨全民健保寒假作業	114/02	作業成果、照片
三、 健康服務	1. 邀請學者專家對全校職員生進正確用藥講座（含廢藥處理）。	114/02~ 114/06	活動照片、簽到表
	2. 利用校園公告提供正確用藥暨全民健保相關資訊。	不定期	校網、校園布告欄照片
	3. 健康中心提供正確用藥相關宣導資料及諮詢服務。	經常性	學生知能問卷調查
四、 物質環境	1. 蒐集正確用藥相關教材及參考資料。	經常性	活動照片
	2. 張貼正確用藥海報、活動及學校辦理相關活動訊息。	經常性	活動計畫、照片
	3. 播放正確用藥影音資訊、標語。	經常性	活動照片
	4. 張貼正確用藥資料於公佈欄，提供學生及教職員用藥安全的教育。	經常性	活動照片
五、 社會環境	1. 收集報紙或媒體報導，公佈因疏忽用藥安全危害身體健康之資料。	經常性	書面資料
	2. 利用學生朝會、親師座談會及跑馬燈加強宣導。	113/09~ 114/06	活動照片
	3. 透過聯絡簿配合本校「健康教育課程」加強對家長宣導正確用藥概念。	經常性	活動照片
六、 社區關係	1. 召開親師座談會宣導「健康促進學校計畫」內涵。	113.09	活動計畫、照片

2. 結合社區家長及藥局，推動正確用藥概念。	114/02～ 114/06	活動學習單
3. 於校慶運動會，力邀家長及社區參與正確用藥相關資訊宣導。	113/10	活動照片
4. 與社區藥局、醫學中心結合，進行參訪。	114/03	活動學習單、照片

六、預定進度

月 次 工作項目	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月
1.組成健康促進工作團隊											
2.進行現況分析及需求評估											
3.決定目標及健康議題											
4.擬定學校健康促進計畫											
5.活動設計及編製活動教材											
6.執行健康促進計畫											
7.資料分析											
8.成果撰寫											

七、人力配置

計畫之主要人力為學校健康促進委員會團隊成員及工作團隊之成員，各成員之工作項目如下表。

職 稱	姓名	編 組 任 務
計畫主持人-校長	丁淑觀	總理本校健康促進學校一切相關事宜。
協同主持人-學務主任	陳國慶	協助處理推行健康促進學校相關事務，協調相關處室配合相關活動。
協同主持人-教務主任	吳昌諭	協助健康促進計畫課程融入統整規劃事宜。

協同主持人-總務主任	謝偉傑	協助健康促進計劃環境建置之事宜。
協同主持人-輔導主任	陳龍志	協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。
研究人員-衛生組長	葉庭均	負責校內健康促進活動宣傳及工作執行。
研究人員-體育組長	林合展	負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行。
研究人員-生輔組長	郭福鈞	負責健康促進計劃相關網站資料之建置製作。
研究人員-活動組長	周筱軒	協助各項宣導及學生活動之推展。
研究人員-輔導組長	林進鑑	協助各項計畫活動之推展。
研究人員-護理師	陳淑貞	負責健康促進相關活動的推動及統籌，社區及學校資源之協調整合。
研究人員-護理師	彭瓘惠	負責活動策略設計、效果評價及資料分析統計。
研究人員-會計主任	林鈺琇	負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。
研究人員-家長會代表	陳耀川	協助家長會配合學校宣導「健康促進學校」各項事宜。
諮詢單位	新竹市教育處	協助辦理各項知能研討進修、策略改進及相關經費申請。
諮詢單位	新竹市衛生局	協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務。

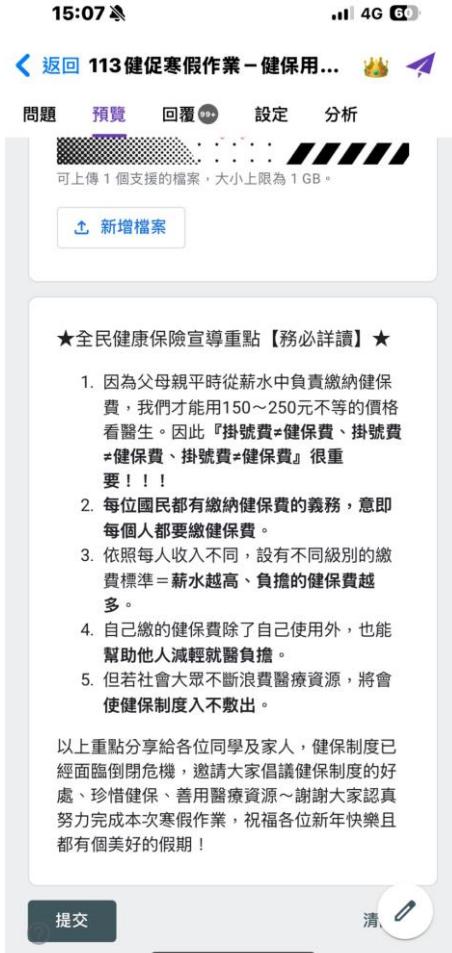
八、執行過程與活動照片

項次	推動策略	實施內容	工作期程	照片編號
一	健康政策	1. 召開健康促進委員會會議。	113.09	
		2. 訂定實施時間表與工作分配。		
		3. 制定本校正確用藥暨全民健保計畫。	113.10	
二	健康技能 (教學)	1. 鼓勵教師將該議題融入教學活動，讓學生了解正確用藥與全民健保知的相關知識。	113.09 114.02	

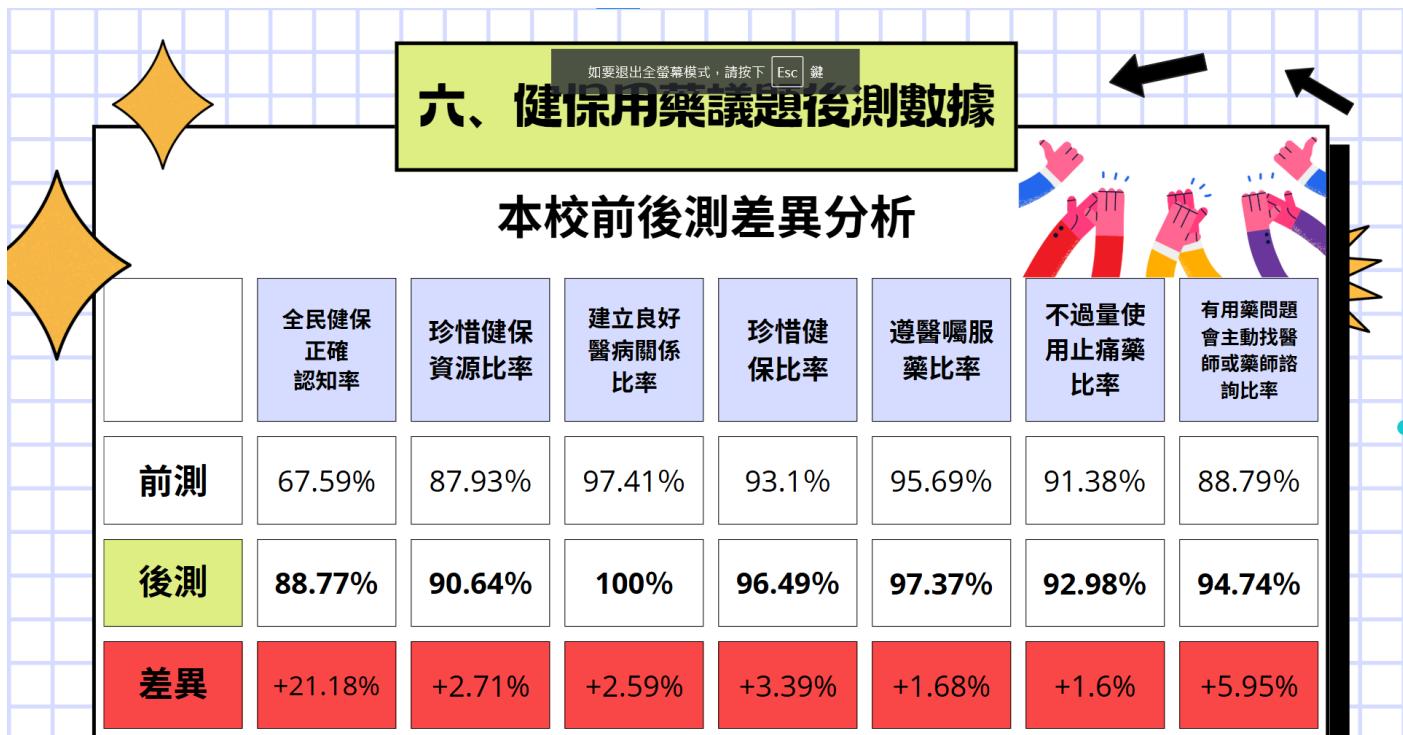
		2. 參與全市辦理之用藥海報設計比賽、全民健保學習單比賽	113.09 114.02	
		3. 辦理正確用藥暨全民健保寒假作業	114.02	
三	健康服務	1. 邀請學者專家對全校職員工生進正確用藥講座（含廢藥處理）。	114.05 114/06	
		2. 利用校園公告提供正確用藥暨全民健保相關資訊。	不定期	
		3. 健康中心提供正確用藥相關宣導資料及諮詢服務。	經常性	
四	物質環境	1. 蒐集正確用藥相關教材及參考資料。	經常性	
		2. 張貼正確用藥海報、活動及學校辦理相關活動訊息。	經常性	
		3. 播放正確用藥影音資訊、標語。	經常性	
		4. 張貼正確用藥資料於公佈欄，提供學生及教職員用藥安全的教育。	經常性	
五	社會環境	1. 收集報紙或媒體報導，公佈因疏忽用藥安全危害身體健康之資料。	經常性	
		2. 利用學生朝會、親師座談會及跑馬燈加強宣導。	113.09 114.05	
		3. 透過聯絡簿配合本校「健康教育課程」加強對家長宣導正確用藥概念。	經常性	
六	社區關係	1. 召開親師座談會宣導「健康促進學校計畫」內涵。	113.09	
		2. 結合社區家長及藥局，推動正確用藥概念。	114.02 114.06	
		3. 於校慶運動會，力邀家長及社區參與正確用藥相關資訊宣導。	113.10	

九、活動照片

1.健保用藥講座宣傳海報 	2.健保用藥曼陀羅思考法
3.健保用藥融入寒假作業 	4.健保脫皮奇遇記融入課程設計
5.學生於課堂中拍攝影片倡議珍惜健保 	6.入班宣導全民健保及正確用藥

	
<p>7. 健康中心提供正確用藥相關宣導資料及諮詢服務。</p>	<p>8. 定期於全校會議或導師會報進行健促宣導。</p>
	
<p>9. 七八年級(約 1700 人)寒假作業，有效推廣健康促進議題。</p>	<p>10. 透過聯絡簿配合本校「健康教育課程」加強對家長宣導正確用藥概念。</p>

十、前後測結果分析



十一、結語

根據本校健保用藥計畫的前後測數據顯示，學生在各項用藥認知與行為表現上皆呈現正向成長，其中以「用藥相關認知率」提升幅度最大，增加了 21.18%，顯示本次計畫在提升學生用藥知識與健保觀念方面成效顯著。

此外，「有用藥問題會主動找醫師或藥師諮詢」的比率也成長了 5.95%，代表學生對於求助專業的態度更加積極，有助於減少錯誤用藥風險。而其他如「珍惜健保資源」、「建立良好醫病關係」、「遵醫囑服藥」等指標亦均呈穩定成長，反映學生在實際行為面亦有進步。

整體而言，本次健保用藥教育計畫有效提升了學生對正確用藥知識的理解與實踐，並強化了他們珍惜健保資源與尋求專業協助的意識。未來可持續透過生活化教學、情境模擬及親師合作等方式深化學習成效，培養學生成為理性用藥、愛護健保的健康公民。

承辦人

葉庭均組長

陳國慶主任

丁淑觀 校長