



強化學校健康促進 培養學生自主健康管理

■旗津醫院 社區健康促進室 鍾詠全

旗津醫院秉持著守護旗津世代健康的願景與宗旨，不遺餘力推動與提升旗津區各項醫療服務。照顧範圍從長者到幼童，從一般民衆到中低收入戶家庭，努力扮演旗津鄰里的「好厝邊」。旗津居民也因地緣關係，比一般高雄市居民所獲得醫療資源較缺乏。因此本院從初期，積極在幼稚園推廣早療篩檢關懷服務，一直到最近，我們已經將醫療保健的概念深入學校，藉由從小關心兒童健康與教育正確醫療知識，保護未來國家棟樑。這是我們的使命，也是我們對旗津居民的義務。

「學校健康促進計畫」是近年來教育部與衛生福利部共同重視的議題。根據國民健康署調查，國內2歲到18歲的兒童及青少年肥胖比率，已從6%飆高至25%，爆增5倍，長大後罹患心血管疾病的風險，是非肥胖者的6到20倍（國民健康署，2014）。藉由數據的呈現，發現全台灣各級學校開始著重學生健康體位，各學校也絞盡腦汁如何讓學生能恢復正常體位，讓學生擁有健康，培養自主健康管理的概念。

順著學校健康促進的潮流，本院積極與旗津區學校共同合作推廣「學校健康促進計畫」。旗津區

共有3所國民小學，1所國民中學。本院根據各校學童的健康狀況與健康促進學校政策之不同，分別實施不同的醫療服務與援助。103年11月，本院首先與旗津國民小學合作。藉由學童透過專業營養師的飲食指導與復健科的同仁帶領學童一起運動。經過三個月的介入後，82位體位異常的學員中，有18位明顯減重（共減重20.5公斤），BMI明顯改善有40人。因此以學生為導向的參與教學方式，真正地由學生自己參與，建立全人健康的理念且逐步地落實健康生活型態。隨後，本院也於104年陸續與中洲國民小學、大汕國民小學共同攜手合作學校健康促進計畫，讓旗津區的學童擺脫肥胖，奔向健康之康莊大道。

未來，本院將針對國中生規劃心理健康教育計畫，特別著重學童心理健康狀況。這不同於過去學校健康促進計畫的模式，而是跳脫傳統框架，大膽兼具創新的概念來共同營造健康促進之校園環境，讓旗津區的學童獲得完善的健康照護，建立健康永續的社區願景。



▼旗津國小體適能課程