

預防勝於治療～ 從公共衛生政策談健康促進



臺南市麻豆區衛生所

林珍琴 護理師

許瑞娟 護理師



失智症是什麼？



失智症 Dementia

- 是一種疾病而**不是正常的老化**
- 症狀除記憶力減退，還會影響到其他認知功能(語言能力、空間感、計算力、判斷力、抽象思考能力等)
- 同時可能出現干擾行為、個性改變、妄想或幻覺等症狀

健忘和失智症 有何不同？

健忘



會想起這件事，感到不確認，
或回憶時還知道有這件事。

失智症



連事件本身都忘了。



1

記憶力衰退



2

執行熟悉
工作有困難



我!@去#\$說

3

語言能力
衰退



4

分不清時間
與地點



失智的 早期症狀

這十種症狀你有徵兆了嗎?



腦神經內科 林志豪醫師



5

判斷力衰退



6

記錄事項或
追蹤有問題



7

東西放錯地方



8

情緒與行為
改變



9

視覺與空間感
辨認衰退



10

從工作或
社交退縮

防走失手鍊



區公所即可申辦
免費申請

預防走失 愛心手鍊

服務內容

為協助相關民眾走失後尋獲，能藉由本局提供愛心手鍊得以確認身分，並給予及時援助。

申請對象

設籍並實際居住本市，有走失之虞，且符合下列資格條件之一者：

- 1 六十歲以上
設籍並實際居住於臺南市
- 2 五十五歲以上原住民及
戶籍登記熟註記之市定
原住民。
- 3 未滿六十歲領有第一類身心障礙證明
包含智能障礙、精神障礙、自閉症、失
智症或頑性(難治型)癲癇症者；植物人
除外。

應備文件

- 1 申請書。
- 2 申請人身分證正、反面影本。
- 3 申請人家屬或緊急連絡之身分證正、反面影本及電話等聯絡資訊。
- 4 未滿六十歲者須檢附身心障礙證明正、反面影本。

受理單位

本市各區公所(可跨區申辦)

社會局諮詢專線：
06-2156974 轉分機24

為失蹤老人
找到回家的路



臺南市政府警察局防走失 ~ 申請自願捺印指紋程序如下：

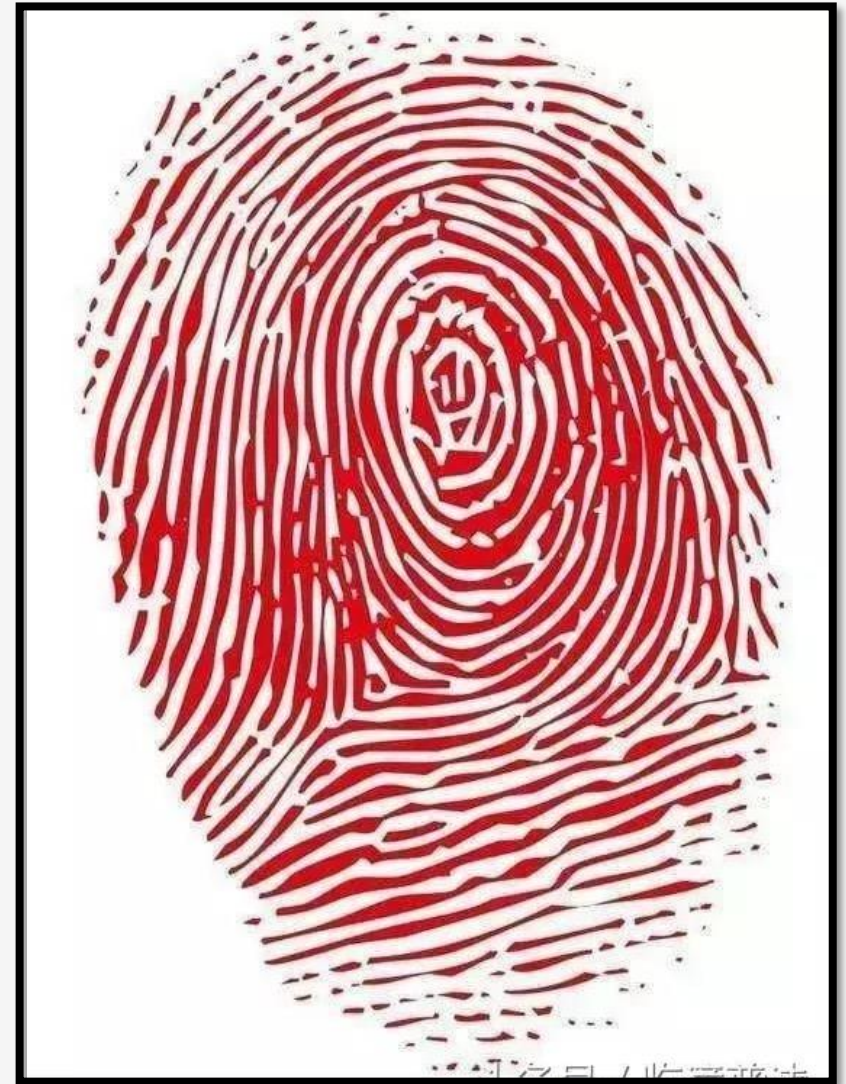
身心障礙、精神障礙及失智老人等易走失人口，為防止走失需要建立指紋檔案（失蹤人口查尋專用）時可申請。

（一）自行至各直轄市、縣（市）政府警察局鑑識中心（科）或分局偵查隊申請；或累計十人以上，向社福團體或社團報名，申請警察局派員前往辦理。

（二）申請人為自願捺印指紋者本人之家屬、監護人或輔助人時，應帶領本人共同前往辦理。

（三）應以簽名或按捺指紋方式簽署指紋捺印同意書，並填寫申請人之基本資料。

（四）應繳驗及核對戶口名簿或身心障礙手冊等資料。



看

發現異狀

看見有人.....
重複問同樣的問題
做同樣的行為
遺忘事務或認錯人
他(她)可能需要協助
或可能是失智者



留

適當協助

如果留得住
可以給予適當的協助，如聯絡家屬
、延長停留
如果留不住
絕不強留，盡力就好，可留意身高、
穿著及離開方向



問

關心需求

遇到疑似失智症者，可以主動關心。
例如：
您家住在哪裡？
您需要幫忙嗎？



撥

如遇到
熟識的失智症者，能主動帶其返家
不熟的失智症者，能協助聯絡 **110**
或失智症關懷專線：**0800-474-580**



資料來源：台灣失智症協會



預防失智症8要點

延緩衰老飲食法大公開

LINE

@imi6277c



李婉萍營養師



1 持續學習
新事物



2 保持運動
習慣



3 常與朋友
聚會



4 避免噪音
環境



5 不要吸菸



6 飲酒勿
過量



7 保護頭部
避免受傷



8 戴口罩阻隔
髒空氣

4 大高風險族群這樣做

解法



糖尿病
高纖全穀
雜糧為主食



高血壓
地中海
飲食法



肥胖
BMI
維持18.5-23間



憂鬱
攝取鈣、鎂、
葉酸、色胺酸食物



AD-8 極早期失智症篩檢量表

診斷與治療篇

Heho健康整理包

症狀

描述

1 判斷力上的困難	和先前比判斷力變差、易被詐騙、明顯錯誤的投資、送禮變得很不合邏輯
2 興趣降低	變得不愛出門，對之前喜歡的活動明顯沒興趣
3 重複相同問題	重複故事和描述、重複問相同的事、重複述說過去事
4 在使用小工具上有困難	不會用原本會用的器具、時常打錯電話、不會用電視遙控器、不會用微波爐
5 忘記正確的日期時間	記憶力減退、忘記正確的年月、說錯自己的年齡
6 複雜財務處理上有困難	不會處理複雜的財務、所得稅、水電繳費、信用卡帳單繳費等
7 記不住行程的時間	與他人有約卻記不住日期時間，經提醒也想不起來常常忘記約會等
8 有持續性思考、記憶方面的問題	過去半年或一年來有持續性的思考力或記憶力障礙

是 +1分 不是 0分

不知道 不計分

跟過去的自己作比對，若有2分以上，建議到醫院進行詳細評估檢查



112年我國十大死因

死因別	死亡人數 (人)		死亡率 (每十萬人口)		標準化死亡率 (每十萬人口)	
		年增率 (%)		年增率 (%)		年增率 (%)
所有死亡原因	205,575	-1.4	880.7	-1.5	429.6	-3.2
1.癌症	53,126	2.3	227.6	2.2	115.4	-0.5
2.心臟疾病(高血壓性 疾病除外)	23,424	-1.0	100.3	-1.1	46.8	-2.1
3.肺炎	16,702	16.6	71.6	16.5	29.9	13.7
4.腦血管疾病	12,371	-0.4	53.0	-0.5	24.6	-2.0
5.糖尿病	11,625	-5.4	49.8	-5.5	22.8	-7.6
6.嚴重特殊傳染性肺炎 (COVID-19)	8,962	-38.9	38.4	-39.0	16.5	-42.2
7.高血壓性疾病	8,930	2.4	38.3	2.3	16.5	1.3
8.事故傷害	7,063	1.6	30.3	1.5	20.0	0.1
9.慢性下呼吸道疾病	6,164	-5.1	26.4	-5.2	11.1	-6.6
10.腎炎、腎病症候群 及腎病變	5,814	0.0	24.9	-0.1	11.1	-1.7

112年十大癌症死因

癌症別	死亡人數 (人)		死亡率 (每十萬人口)		標準化死亡率 (每十萬人口)	
		年增率 (%)		年增率 (%)		年增率 (%)
所有癌症死亡原因	53,126	2.3	227.6	2.2	115.4	-0.5
1.氣管、支氣管和肺癌	10,348	2.9	44.3	2.8	21.6	-0.7
2.肝和肝內膽管癌	7,724	-0.7	33.1	-0.8	16.4	-3.6
3.結腸、直腸和肛門癌	6,791	-0.9	29.1	-1.0	14.2	-3.4
4.女性乳癌	2,972	4.9	25.2	4.6	13.3	2.0
5.前列腺(攝護腺)癌	1,815	-0.8	15.7	-0.7	7.7	-4.0
6.口腔癌	3,610	3.8	15.5	3.7	8.6	1.1
7.胰臟癌	2,879	4.0	12.3	3.9	6.2	1.5
8.胃癌	2,327	2.2	10.0	2.1	4.9	-0.2
9.食道癌	2,064	4.2	8.8	4.1	4.9	2.1
10.卵巢癌	751	-1.8	6.4	-2.1	3.5	-5.8

1. 112年與111年比較，十大癌症死因順位皆不變，**肺癌及肝癌**已連續**44年**排名前2名

2. 標準化死亡率下降最多者為**卵巢癌、前列腺癌、肝癌、大腸癌**；反之**食道癌、女性乳癌**略為增加

114年擴大癌症篩檢

免費癌症諮詢專線0800-222-543

擴大後篩檢
服務對象、年齡

114.1.1起 符合資格年齡 篩檢項目 檢查條件

	25歲以上	婦女子宮頸癌 子宮頸抹片	25-29歲，每3年1次 30歲以上，每1年1次
	35歲以上	人類乳突病毒 婦女HPV篩檢	35歲，當年度1次 45歲，當年度1次 65歲，當年度1次
	40-74歲	婦女乳癌篩檢 乳房X光攝影	40-74歲，每2年1次
	40-74歲	大腸癌篩檢 糞便潛血檢查	40-44歲且具家族史 45-74歲 每2年1次 ★家族史： 指父母、兄弟姊妹、子女經診斷為大腸癌者
	40-74歲	肺癌篩檢(肺部) 低劑量電腦斷層	40-74歲女性且具家族史 45-74歲男性且具家族史 50-74歲重度吸菸者(20包·年) 每2年1次 ★家族史： 指父母、兄弟姊妹、子女經診斷為肺癌者
	30歲	口腔癌篩檢 口腔黏膜檢查	30歲以上嚼檳榔(含戒檳者) - 或目前吸菸者，18-29歲嚼檳榔(含已戒)之原住民 每2年1次

成人預防保健

為達成健康臺灣願景，自114年1月1日起提供30-39歲每5年1次、40歲以上未滿65歲民衆每3年1次、55歲以上原住民、罹患小兒麻痺且年齡在35歲以上者、65歲以上民衆每年1次成人健康檢查。



服務項目

- 1 基本資料** 問卷(疾病史、家族史、服藥史、健康行為、憂鬱檢測等)
- 2 身體檢查** 一般理學檢查、身高、體重、血壓、身體質量指數(BMI)、腰圍
- 3 實驗室檢查**
 - ① 尿液檢查: 蛋白質
 - ② 腎絲球過濾率(eGFR)計算
 - ③ 血液生化檢查: GOT、GPT、尿酸、肌酸酐、血糖、血脂(總膽固醇、三酸甘油酯、高密度脂蛋白膽固醇、低密度脂蛋白膽固醇計算)。
 - ④ B型肝炎表面抗原(HBsAg)及C型肝炎抗體(anti-HCV): 45歲至79歲(原住民40歲至79歲)，可搭配成人預防保健服務終身接受1次檢查。
- 4 健康諮詢** 戒菸、節酒、戒檳榔、規律運動、維持正常體重、健康飲食、事故傷害預防、口腔保健、慢性疾病風險評估、腎病識能衛教指導

免費諮詢專線0800-222-543

臺南

臺南市政府衛生局 關心您 (廣告)

由國民健康署運用菸酒稅費支撥

肺癌發生人數排名第1

1 肺癌
16,880人
發生率39.7/10⁵

2 大腸癌
16,238人
發生率38.4/10⁵

3 女性乳癌
15,448人
發生率82.5/10⁵

4 肝癌
10,775人
發生率25.0/10⁵

5 口腔癌
8,211人
發生率21.6/10⁵

110年 發生人 數排名



攝護腺癌 **6**
7,481人
發生率35.3/10⁵

甲狀腺癌 **7**
4,626人
發生率14.7/10⁵

胃癌 **8**
4,060人
發生率9.3 /10⁵

皮膚癌 **9**
3,954人
發生率8.7 /10⁵

胰臟癌 **10**
3,190人
發生率7.4 /10⁵

註: 1. 本署癌症登記資料 (不含原位癌)

2. 此張標準化率係以西元2000年世界標準人口為標準人口計算(單位為每10萬人口)。

3. 圖片來源: Flaticon (www.flaticon.com)



LDCT肺癌篩檢成效顯著

早期發現肺癌提升存活率

國民健康署自111年7月1日起，已將肺癌篩檢納入我國第五癌篩檢，補助肺癌**高風險族群每2年1次免費LDCT檢查服務**，臺灣成為世界第一個針對具肺癌家族史及重度吸菸者提供肺癌篩檢的國家。

截至113年12月31日止，全國已有158,937位民眾接受檢查，並找出1,957名確診肺癌個案，其中早期（0及1期）個案占了83% (1,621人)，顯示LDCT檢查確實有助於早期發現肺癌，提升肺癌存活率。

篩檢對象包含：

1.具肺癌家族史：45至74歲男性或40至74歲女性，且其有血緣關係之父母、子女或兄弟姊妹經診斷為肺癌之民眾。

2.重度吸菸者：50至74歲吸菸史達20包-年以上，仍在吸菸或戒菸未達15年之重度吸菸者。

免
費

肺癌篩檢

高風險民眾別錯過！



- 111年7月起國民健康署提供低劑量電腦斷層掃描(LDCT)，幫助民眾偵測早期肺癌，以能早期治療預後好！
- LDCT篩檢對象為肺癌高風險民眾：
具**肺癌家族史** & **重度吸菸史**

■ **肺癌是台灣癌症死因排行第一名**

高風險民眾請記得攜帶健保卡及相關資料
定期到院接受兩年一次的LDCT篩檢哦！



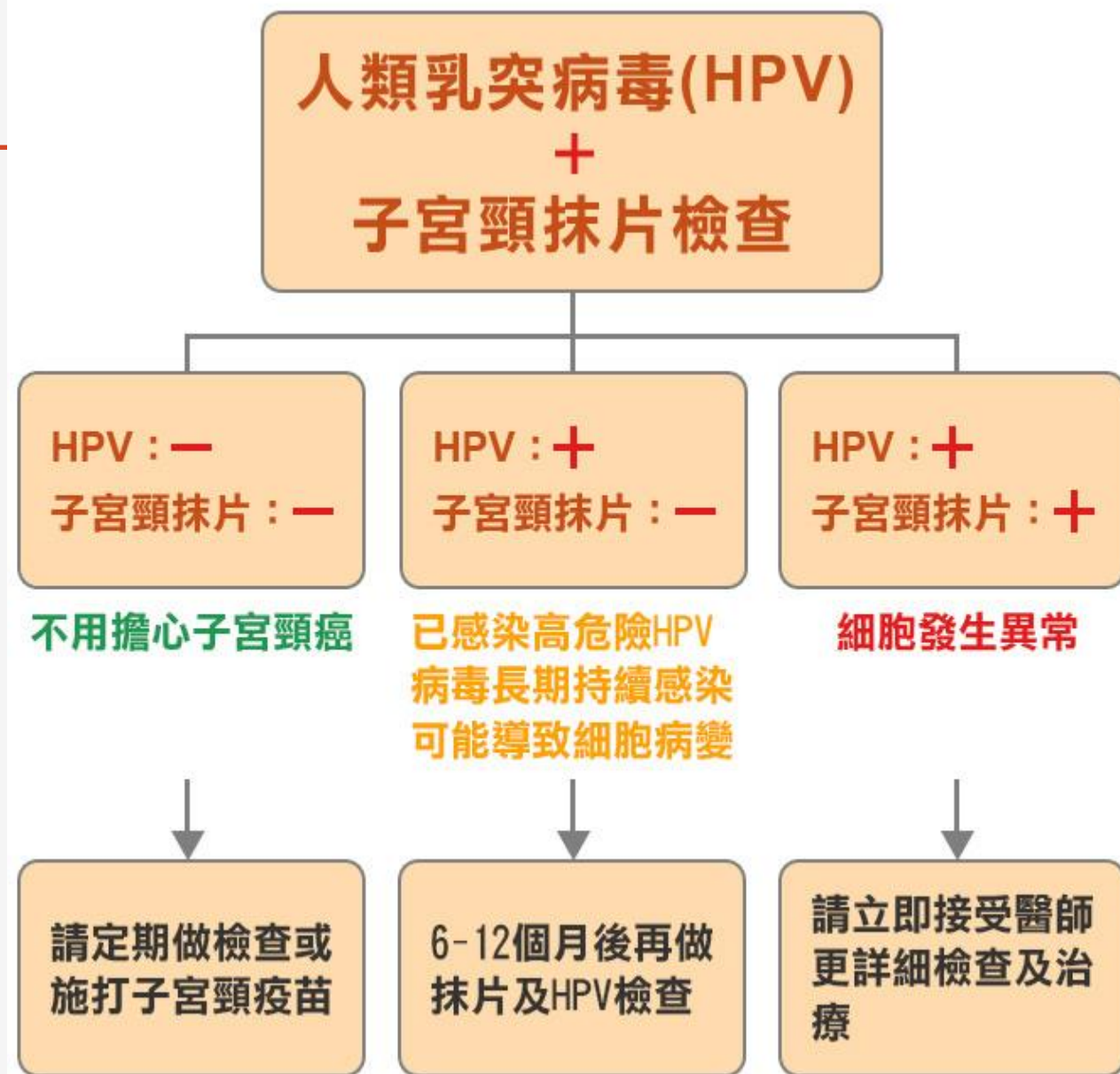
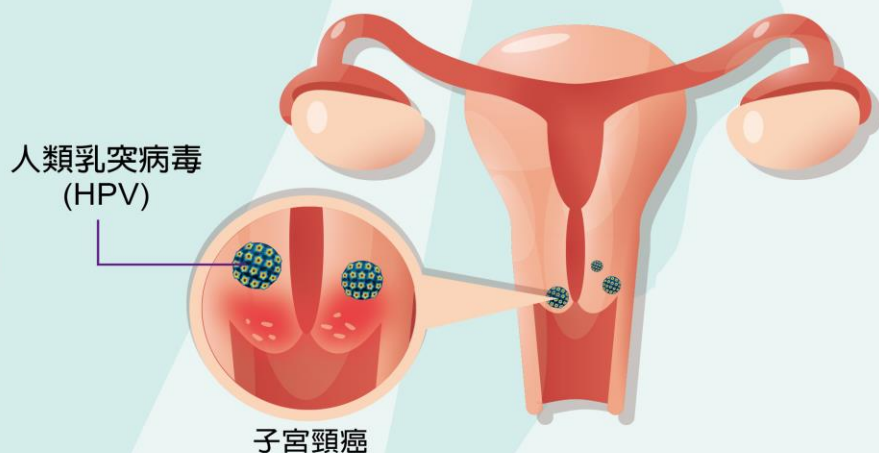
臺南市公費肺癌篩檢醫院聯繫窗口

序號	醫事機構名稱	地址	肺癌篩檢 聯繫窗口
1	新營醫院	臺南市新營區信義街73號	(06)6351131#2125
2	麻豆新樓醫院	臺南市麻豆區麻佳路一段207號	(06)5702228#2198
3	佳里奇美醫院	臺南市佳里區佳興里佳里興606號	(06)7263333#33269
4	柳營奇美醫院	臺南市柳營區太康里201號	(06)6226999#77140
5	胸腔病院	臺南市仁德區中山路864號	(06)2146006#5300
6	奇美醫院	臺南市永康區中華路901號	(06)2812811#53289
7	高雄榮民總醫院臺南分院	臺南市永康區復興里復興路427號	(06)3125101#61106
8	台南市立醫院	臺南市東區崇德路670號	(06)2609926#21121
9	台南新樓醫院	臺南市東區泉北里東門路1段57號	(06)2748316#1515
10	衛生福利部臺南醫院	臺南市中西區中山路125號	(06)2200055#2625
11	郭綜合醫院	臺南市中西區民生路二段22號	(06)2221111#1282
12	國立成功大學醫學院附設醫院	臺南市北區勝利路138號	(06)2353535 #3082、3084、3056
13	臺南市立安南醫院	臺南市安南區長和路二段66號	3563978、3553111 #1130、1154
14	營新醫院	臺南市新營區隋唐街228號	(06)6592345#841

申請前請先電洽醫院聯繫窗口

及早進行HPV檢查 遠離子宮頸癌威脅

- 早期發現子宮頸癌，治癒率可達**百分之百**。
- 子宮頸抹片+HPV DNA篩檢可提高準確率至**九成**以上。
- HPV DNA結果正常，可延長檢測時間至**三年**。



Free HPV Screening!



年次

乳房X光攝影檢查 So easy

① 預約

像核可乳房X光攝影
醫療機構預約篩檢



核可醫事機構
名單及表單

② 報到

依預約時間提早10分鐘至
放射科櫃台(或乳攝車)報到
(請攜帶健保卡)

放射科



③ 檢查

由女性放射師說明流程後更換衣服，
依放射師指示進行乳房X光攝影檢查
避免一件式洋裝 (檢查時間約10分鐘)



④ 報告結果

等待檢查報告寄回 (約10天)

正常

維持2年1次
乳房X光攝影檢查

異常

1. 請預約乳房外科門診
2. 請記得回診並依醫囑
接受複(確)診

小提醒

即使檢查結果為正常
還是要定期接受檢查
當身體有異狀時，
請盡速就醫。





定期

乳癌X光篩檢 降低41%死亡率

健康署補助

2年一次乳房X光攝影檢查

40歲-
未滿75歲

每2年
一次



廣告

麻豆區114年公費乳癌篩檢(乳房攝影)日程

對象：40-74歲 女性，每2年1次

溫馨提醒：

1. 相關篩檢資格、地點可至〈臺南市政府健檢預約平台〉網站查詢。
2. 相檢請攜帶健保卡、不用空腹、請穿著好穿脫的上衣。



日期	時間	地點
1月6日(一)	9:00-16:00	麻豆全聯中正店
1月13日(一)	8:00-15:00	麻豆區衛生所
2月9日(日)	7:00-10:00	培文國小禮堂 (配合行動醫院辦理)
2月10日(一)	9:00-16:00	麻豆全聯中正店
2月24日(一)	8:00-15:00	麻豆區衛生所
3月10日(一)	8:00-15:00	麻豆區衛生所
3月24日(一)	8:00-15:00	麻豆區衛生所
4月14日(一)	8:00-15:00	麻豆區衛生所
4月20日(日)	7:00-10:00	曾文農工學生活動中心 (配合行動醫院辦理)
4月28日(一)	8:00-15:00	麻豆區衛生所
5月12日(一)	8:00-15:00	麻豆區衛生所
5月18日(日)	7:00-10:00	炳翰機構(麻口里32-1號) (配合行動醫院辦理)
5月26日(一)	8:00-15:00	麻豆區衛生所
6月8日(日)	7:00-10:00	培文國小(禮堂) (配合行動醫院辦理)
6月16日(一)	8:00-12:00	麻豆區衛生所
6月23日(一)	8:00-12:00	麻豆區衛生所
6月30日(一)	8:00-12:00	麻豆區衛生所



大腸癌持續居冠！

50-74歲篩檢每21人
就有1人發現病變，

籲國人快篩檢！



千金難買早篩到

大腸癌的自然史

— 5-10年 —



正常



微小腺瘤



腺瘤



進行性腺瘤或早期癌



進行癌



衛生福利部
國民健康署

Health Promotion Administration,
Ministry of Health and Welfare

經費由國民健康署菸品健康福利捐支應

資料提供：台灣消化系內視鏡醫學會邱瀚模醫師

廣告

採便有撇步 在家輕鬆做

採便⑧撇步



坐上馬桶解便
(也可以在報紙上解便
後取得檢驗樣本)。



如圖示，在整條糞便
上以輕劃方式重複來
回刮取檢體。微量就
足夠檢驗，太多反而
不好。



將沾有檢體的採便管插
回管內並用力蓋上。



送回醫療院所，回家
等待檢驗報告。

「由於糞便中的血液在室溫下
會被破壞，採便後請盡速送回
醫療院所；如無法於當日送檢
者，務必先存放於冰箱冷藏保
存。」

18歲

25歲

40歲



口腔癌

口腔黏膜檢查

30歲以上嚼檳榔(含已戒)
或吸菸者、18歲以上
嚼檳榔(含已戒)原住民
每2年補助1次



乳癌

乳房X光攝影檢查

40-74 歲女性
每2年補助1次



大腸癌

糞便潛血檢查

45-74歲民眾
40-44歲具家族史
每2年補助1次



子宮頸癌

子宮頸抹片檢查

25-29歲婦女每3年補助1次
30歲以上婦女每年補助1次
(建議每3年至少做1次)



肺癌

低劑量電腦斷層檢查

45-74歲男性/40-74歲女性
且具肺癌家族史者
50-74歲重度吸菸者
每2年補助1次

政府補助民眾大腸癌、口腔癌、子宮頸癌、乳癌及肺癌篩檢，請定期接受檢查，如果**檢查有異常，請務必接受進一步檢查**，以早期發現早期治療，詳細資訊請洽醫療院所、當地衛生局(所)或健康服務中心。



特約機構查詢



肺癌辦理
醫院名單



口腔司及口腔癌
及檳榔危害防制資訊



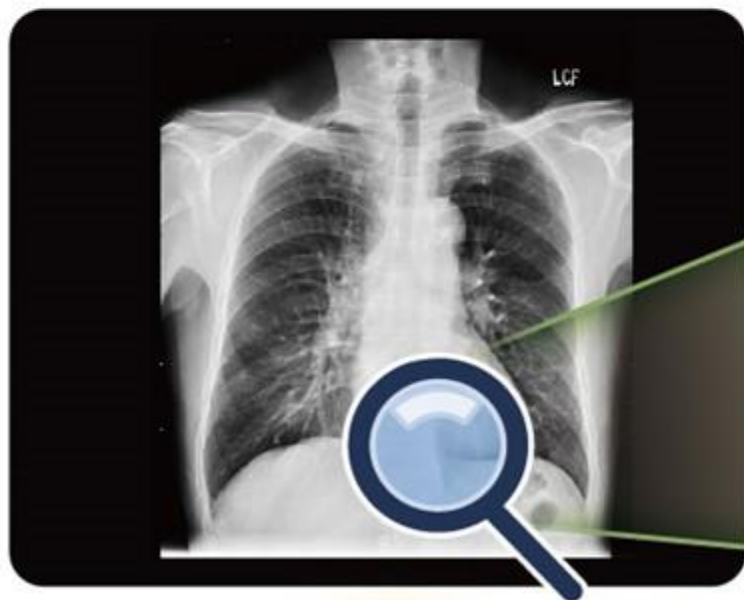
1舉2得

臺南市政府衛生局 行動醫院 全民健檢

acer
Medical

照胸腔X光 同步測骨鬆

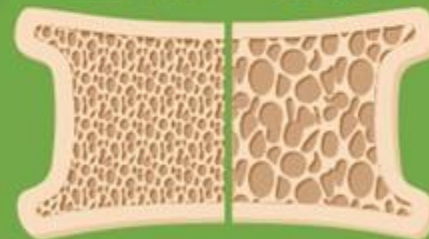
本院採用衛福部最新AI智慧醫材 **智骨篩**



智骨篩
AI分析



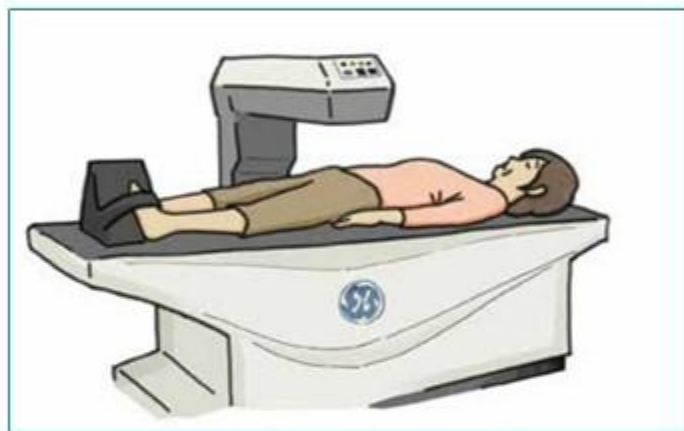
正常 骨鬆



判斷骨密度正常/異常
(界定值: $T \text{ 值} \leq -2.5$)

現行 骨質密度量測工具

目前缺乏
方便且準確度高的篩檢工具



雙能量 X 光吸收儀 (DXA)

- #黃金標準
- #醫院門診、健檢中心
- #準確度高，但不便且具輻射性

標準骨質密度檢查



定量超音波骨密儀 (QUS)

- #初篩工具
- #健檢中心、巡迴健檢
- #攜帶方便，但準確度低

骨質密度篩檢用

高盛行率

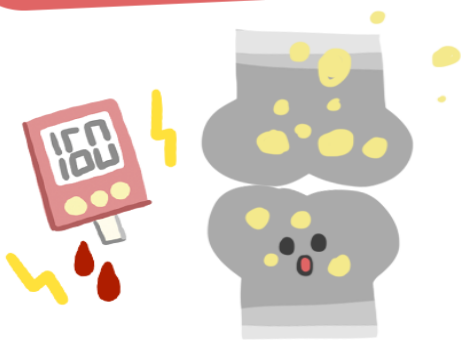
潛在患者
22.3~27%

低檢出率

1

糖尿病與更年期女性 都需要嚴防骨質疏鬆症找上身

第一型糖尿病



骨骼生產不足

缺乏胰島素

低骨質密度

第二型糖尿病



胰島素抗性

高骨質流失速度

更年期



雌性激素分泌
急速降低

骨質流失速度
嚴重增加

容易導致「骨質疏鬆症」

糖

2

骨質疏鬆 最常受影響的三個部位

脊椎骨



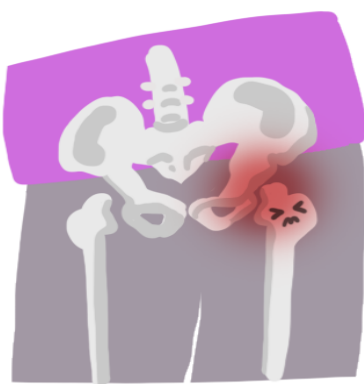
駝背

變矮

腰酸
背痛

脊椎骨無法再
負擔全身重量
造成壓迫性骨折

髖骨(大腿骨)頭部



復原慢

需開刀

危及
生命

老年人因行動
較不便，常因
跌倒傷到髖骨

手腕骨



在跌倒時
用手撐地而
產生骨折

糖

預防骨質疏鬆這樣做

適度曬太陽



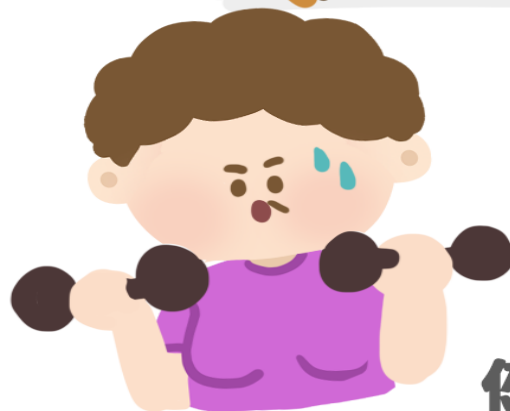
上午**10點前**
or
下午**2點後**

曬太陽**10到20分鐘**



小提醒：
不擦防曬乳
注意不要曬傷

荷重運動



健走、爬樓梯
舞蹈、登山、
舉啞鈴操

4

預防骨質疏鬆這樣做

增加鈣質食物攝取

成人一天建議攝取1000毫克的鈣質

可以這樣吃

2塊5香豆干
(約230毫克)

1湯匙帶骨小魚乾
(約250毫克)

2杯240cc牛奶
(約600毫克)

1塊傳統豆腐
(約110毫克)



糖

終身免費一次 B、C型肝炎篩檢
早篩早安心



民眾
45-79歲



原住民
40-79歲

我們想保護您

C肝不能拖

不立即治療會導致肝硬化、肝癌



成人預防保健服務介紹

主動篩檢

篩檢管道多

(可洽當地衛生局、醫療院所)

符合以下資格，

可接受成人預防保健

B、C型肝炎篩檢，終身一次：

☑ 45歲-79歲

☑ 40歲-79歲之原住民

衛生福利部國民健康署

Health Promotion Administration, MOHW

經費來自菸品健康福利捐

廣告

肝炎治療效果佳

C肝口服新藥 治癒率高達9成以上



BC肝有藥醫



別放棄20萬

目前新型的全口服抗病毒藥物(direct-acting anti-viral, DAA)只需服用2至6個月，治癒成功率達97%，成效良好，且自108年1月起，**健保已放寬給付條件**，只要**確認感染慢性C型肝炎**，且檢驗出C型肝炎病毒，不論有無肝纖維化，**都免費提供藥物治療**。



護肝小撇步



避免接觸危險因子(如避免共用針頭等)



保持健康體位，包括健康飲食及多運動

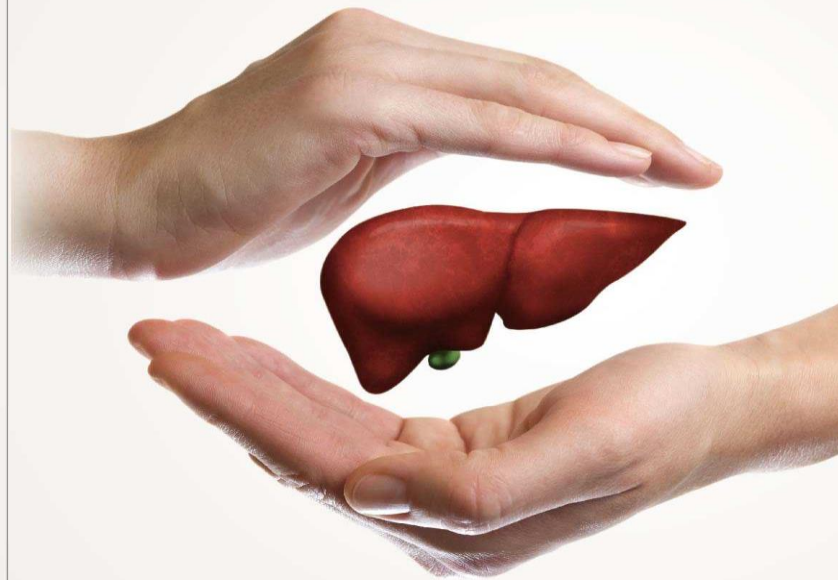


勿飲酒，預防脂肪肝、酒精性肝炎

良好的日常生活習慣是保護肝臟的重要法則。

經費來自菸品健康福利捐 [廣告]

C肝有藥醫 20萬 健保幫你出 護肝請主動篩檢



衛生福利部國民健康署
Health Promotion Administration, MOHW

肌少症知多少

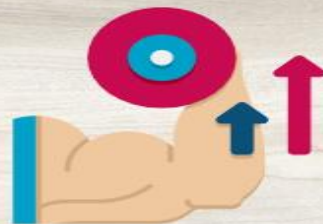
肌少症判斷標準

肌肉質量



男 < **7.0** kg/m²
女 < **5.7** kg/m²

肌肉力量



男 < **26** kg
女 < **18** kg
(握力)

體能表現



< **0.8** m/s
(行走速度)

InBody
可測量！



45.0	50.0
目前體重	
細胞外水比	
0.371	
研究參數	
基礎代謝率	1554 kcal (1489 ~ 1737)
腰臀圍比	0.82 (0.80 ~ 0.90)
內臟脂肪級別	4 (1 ~ 9)
內臟脂肪面積	49.2 cm ²
SMI	8.2 kg/m ²
運動的熱量消耗	

5大肌少症徵兆及潛在問題



平地
走路緩慢



手部
握力下降



行動不便
需撐扶手



反覆跌倒



體重減輕

可能的潛在問題



攝取充足熱量

如果熱量攝取不足，
就會分解肌肉中的蛋白質，
造成肌肉流失

肌力訓練

舉啞鈴（或水瓶）
增加肌肉量和肌耐力



飲食



Health 2 Sync

運動

預防 肌少症

攝取適量蛋白質

建議每天攝取量 **1-1.5g/kg**，
以 60kg 的人為例，
一天的蛋白質約為 60-90g

補充維生素 D

適當日曬、攝取含維生素D的食物，
如**黑木耳**、**深海魚**、**蛋黃與香菇**

有氧

健走、騎腳踏車



慢性病防治



預防「三高」 遠離慢性疾病



----- 國人常見的 **3** 種慢性疾病 -----



高血壓



高血糖



高血脂



代謝症候群五大指標

腹部肥胖



腰圍
男性 $\geq 90\text{cm}$
女性 $\geq 80\text{cm}$

血壓上升



收縮壓 $\geq 130\text{mmHg}$
舒張壓 $\geq 85\text{mmHg}$

高密度膽固醇 過低

HDL-C



男性 $< 40\text{mg/dl}$
女性 $< 50\text{mg/dl}$

三酸甘油脂 上升



$\text{TG} \geq 150\text{mg/dl}$

空腹血糖值 上升



$\text{FPG} \geq 100\text{mg/dl}$

以上五項組成因子，符合三項(含)以上即可判定為代謝症候群。

代謝症候群可怕嗎？

未來轉變「三高、心血管疾病」機率**倍增**

糖尿病

6倍

高血壓

4倍

高血脂症

3倍

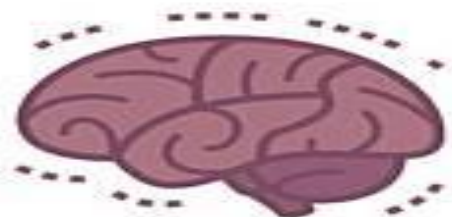
心臟病
腦中風

2倍

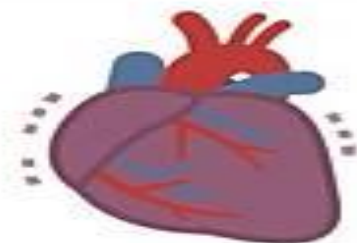
台灣成人每 **5** 人就有 **1** 位罹患代謝症候群



高血壓應積極妥善控制， 有助防範各項重大疾病。



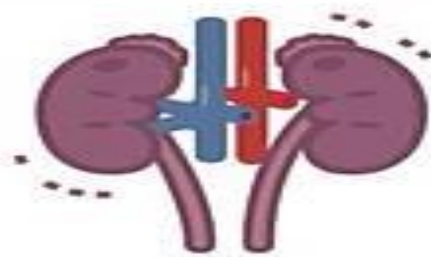
腦中風



心肌梗塞



視網膜病變



慢性腎臟病

上僅為部分重大疾病，呼籲病友妥善控制血壓。

高血壓分類表

分類	收縮壓 (毫米汞柱mmHg)	舒張壓 (毫米汞柱mmHg)
正常血壓	<120	和 <80
 高血壓前期	120~139	或 80~89
第一期高血壓	140~159	或 90~99
第二期高血壓	≥160	或 ≥100





居家血壓量測3重點

1 舒適坐姿

測量血壓時，靠著椅背、不翹腳，壓脈帶與心臟同高。



2 量測前休息

至少休息5分鐘，且在舒適平穩的狀況下量測，量測位置為上手臂。



5分鐘



3 722原則

連續**7**天、每天**2**回、每回**2**次，2次量測之間相隔1分鐘，再將量測值取平均值。



預防

代謝症候群 4 絕招

1 每早量血壓、腰圍及體重



2 均衡攝取六大類食物



3 每週運動 5 次 / 每次達 30 分



4 不抽菸、少喝酒、作息正常



三高失控

腎敗難免

驗尿可知乾坤

8 腎臟保健 項黃金守則



- ① 維持適當的體型與動態的生活型態
- ② 控制規律的血糖值
- ③ 監測血壓
- ④ 健康飲食與監測體重
- ⑤ 維持健康液體攝入量
- ⑥ 不抽菸
- ⑦ 用藥應依照醫師處方
- ⑧ 如果有一個或一個以上危險因子的人
應檢測腎功能



衛生福利部國民健康署 關心您

本經費由衛生福利部國民健康署菸害防制及衛生保健基金支應 廣告

* 需待至少 5 分鐘以上，尿中泡泡都未消除

阿公～你尿尿的泡泡
都沒有消掉耶！*



因為我有蛋白尿啊！



蛋白尿是什麼？

就是尿裡面驗出蛋白質
腎臟受損了！



腎臟若傷到，大量蛋白尿

若有 **疑似** 症狀，記得就醫檢查喔！

尿有泡，腎臟病？



慙孫～你尿尿有泡泡耶！
會不會跟我一樣是蛋白尿？



不一定喔！
要做檢查才知道喔～



尿太快



喝水少



運動後

都有可能造成蛋白尿！

慢性腎臟病的治療目標



90~100

第一期



腎臟功能約正常人**60%以上**，如果有糖尿病及高血壓的狀況，需要控制好血糖及血壓。

60~89

第二期



30~59

第三期



腎臟功能約正常人**15~59%**應積極配合醫師治療，減緩進入第五期腎臟病變的速度。

15~29

第四期



<15

第五期



腎臟功能剩**15%以下**，可能需準備洗腎或移植。

冷颼颼 溫差大 心警訊



FAST送醫！

三高肥胖中風年輕化

年輕都會中風

01 健康

1



突然半邊面
身麻木

2



說話
有障礙

3



失去
平衡感

4



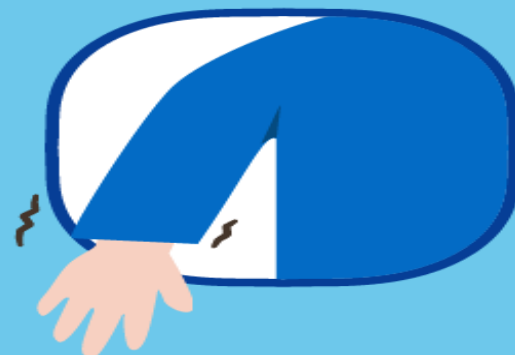
不明原因
嚴重頭痛

這樣做 判別腦中風



微笑

嘴角歪斜
臉不對稱



舉手

手部
無力下垂



說你好

說話
不清楚



無法做到
任一動作

快打119

研究發現，腦中風患者若在發作 **3小時內** 注射溶解血栓藥物，恢復效果較好，恢復健康的機率也較大。



科學算病館-原慢性疾病風險評估平台

「您知道十年內罹患慢性疾病的風險是可以預測的嗎？」

平台可以為您預測冠心病、高血壓、腦中風、糖尿病、心血管不良事件等5種慢性疾病罹病風險哦!準備好健康檢查報告，開始評估吧!

! 平台適用年齡為35歲至70歲，其他年齡僅供參考!



有合格檢驗所的相關報告的都可以

步驟 1

提供您個人健康數據，一次評估五種疾病的風險

(數據提供愈完整，可試算的疾病種類愈多)

性 別

男 ☐ 女 ☒

年 齡

52

身高(公分)

158

體重(公斤)

55



腰圍(公分)

70



收縮壓(mm/Hg)

120

總膽固醇(mg/dl)

343

高密度膽固醇(mg/dl)

121

低密度膽固醇(mg/dl)

206

三酸甘油酯(mg/dl)

79

空腹血糖(mg/dl)

98

是否有糖尿病

無 ☒ 有 ☐

是否有高血壓

無 ☒ 有 ☐

吸菸習慣

無 ☒ 有 ☐

開始計算

分級說明：

- 1. 高血壓係以個人風險/族群風險比值，低風險 <0.75 ；中風險 $0.75-1.25$ ；高風險 >1.25 。
- 2. 其他項目則參考WHO，低風險 $<10\%$ 、中風險 $10-20\%$ 、高風險 $\geq 20\%$ 。



冠心病
CHD

低風險

個人
4%

>



檢視
健康指引



腦中風
Stroke

低風險

個人
6%

>



檢視
健康指引



糖尿病
Diabetes

中風險

個人
12%

>



檢視
健康指引



高血壓
Hypertension

中風險

個人
42%

>



檢視
健康指引



心血管不良事件
MACE

低風險

個人
7%

>



檢視
健康指引



科學算病館-原慢性疾病風險評估平台

健康
老化



正
確
用
藥

根據統計：



老年人平均每人至少一種慢性病

平均用藥量約是年輕人的5倍以上！

**服藥發生交互作用的機率，則多出
2.5倍**

不適當使用



銀髮族用藥安全檢測

若家中長輩有下列情形，就可能有用藥不當的風險喔！
請尋求醫師或藥師協助檢查藥物，做好個人用藥紀錄，
避免造成身體傷害。

- ☐ 每天服用 5 種以上處方藥 (1 分)
- ☐ 同時有服用中草藥、維他命或保健食品的習慣 (3 分)
- ☐ 有跨醫院、跨科別就診領藥的情形 (1 分)
- ☐ 不清楚或看不懂藥袋（藥品包裝）上的說明 (2 分)
- ☐ 搞不清楚（或無法說出）正在吃的藥 (2 分)
- ☐ 常忘記吃藥，或會自行加藥或減藥 (2 分)
- ☐ 有服用他人（家人或親友）藥物的情形 (2 分)
- ☐ 會聽他人或媒體介紹而購買號稱可治病的產品 (4 分)
- ☐ 有直接至藥局購買藥物服用的習慣 (1 分)
- ☐ 曾對藥物過敏，但不清楚藥名 (1 分)
- ☐ 有囤積藥物的習慣（家中有許多未吃完的藥） (1 分)



0~1 分

需要家人關心提醒，
並做好個人用藥紀錄



2~4 分

有用藥不當風險，儘
快諮詢醫師或藥師，
找出改善方法



5 分以上

有危險用藥行為，請
尋求醫師/藥師協助，
改變用藥行為



財團法人藥害救濟基金會
Taiwan Drug Relief Foundation



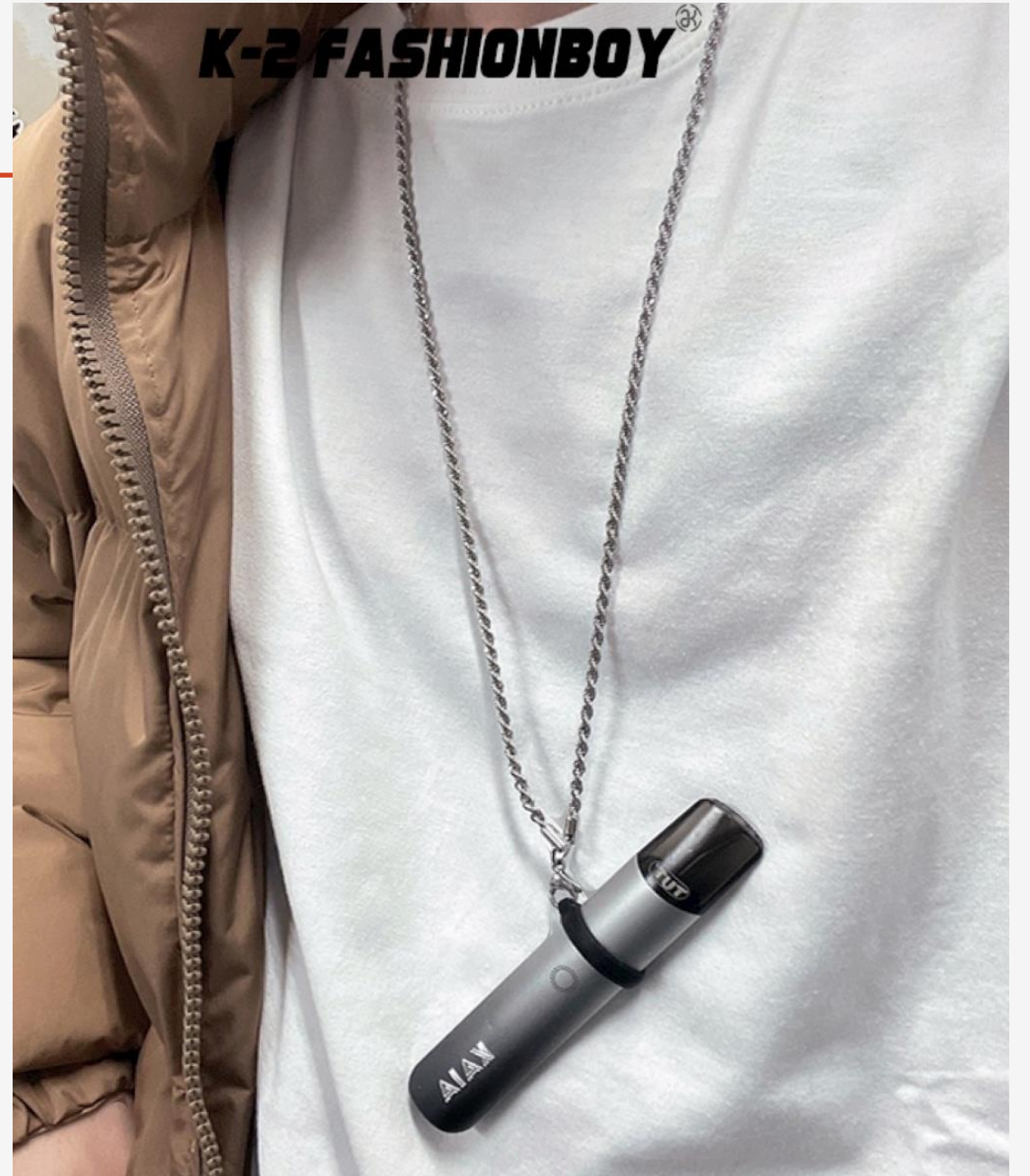
聰明用藥醫點通



tdrf_npo

2017.11





吸喪屍煙彈撞死孝警



肇事駕駛 黃嫌

我怎麼會出現在這

辯太累恍神



逆向撞警車.多元計程車

坦承有用喪屍煙彈



調監視器

📍 新北

竹筍飯大胃王拚戰

開車出門就狂飆! 無照男認:吸食喪屍電子煙

他有使用毒品嗎？——如何察覺孩子或親人使用毒品？



青少年常用毒品



K他命、安非他命、及搖頭丸為主
近年則出現新興毒品如：
喵喵、浴鹽、K2
以及多種混合型毒品

混合型毒品致命性極高



依托咪酯

Etomidate

-又稱「喪屍毒品」

-用於醫療上使用的麻醉藥品

-於113年11月27日改列為第二級毒品

電子煙器

喪屍煙彈 (依托咪酯)



◀ 常見被濫用於電子菸油中吸食



長期恐會造成腎上腺功能不全



過量使用更會有死亡的風險



無法思考、無法控制身體，
造成不自主的抽動扭動、
異常顫抖等行為



藥效嚴重發作時，身體會從腰部
對折打滾，宛如殭屍



珍愛生命 拒絕毒品



毒品危害防制諮詢專線：0800-770-885(請請你，幫幫我)



臺中市政府警察局少年警察隊

認

識

M

痘

- ✓ M痘臨床症狀與天花類似，但傳染力較弱，嚴重度較輕微。
- ✓ 常見症狀為發燒、畏寒、頭痛、肌肉痠痛、淋巴腺腫大等 症狀，發燒1-3天後會出現不同型態的皮膚病灶(如:皮疹、斑疹、斑丘疹、水泡、膿疱等)，部分亦出現在生殖器上。
- ✓ 符合M痘疫苗接種條件的民眾：近1年有風險性行為者(例如：多重性伴侶、性交易服務者、於營業場所發生性行為者等)；過去曾罹患性病；或性接觸對象有前述任一情形者等，應儘速完成2劑疫苗接種。(可至台南疫苗接種預約系統)



症狀不典型，如有**出現疑似症狀**都應該**立即就醫**，交由醫師評估！

圖片參考來源：美國CDC、歐盟CDC及新英格蘭NEJM期刊等相關文獻

猴痘是一種**人畜共通傳染病**，主要由齧齒和靈長類動物傳給人，可在人與人間持續傳播



主要症狀

發燒、畏寒／寒顫、出汗、頭痛、肌肉痛、淋巴腺腫大及極度倦怠

發燒1至3天後出現**皮膚病灶**，如皮疹、水泡、斑疹等



1



近1年有風險性行為者、過去曾感染性病或
性接觸對象有前述任一情形者，請接種猴痘疫苗

2



接種2劑保護力達**9成**
保護自己也保護親密接觸的人

3



免登記
直接至醫療院所
預約掛號

本土猴痘ing

接種疫苗定下心



衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC 告

感謝聆聽



113
年度

左流右新 健康安心



10/1
起

第一階段

流感+COVID-19疫苗

- 對象
- 65歲以上長者
 - 55至64歲原住民
 - 高風險慢性病
 - 孕婦
 - 6個月內嬰兒之父母
 - 學齡前幼兒
 - 幼兒園托育人員、托育機構專業人員及居家托育人員(保母)
 - 國小、國中、高中、高職、五專一至三年級學生
 - 安養、長期照顧(服務)等機構之受照顧者及其所屬工作人員
 - 醫事及衛生防疫相關人員
 - 禽畜相關及動物防疫人員



★ 請攜帶相關證明文件及健保卡

11/1
起

第二階段

流感疫苗

對象

- 50至64歲無高風險慢性病成人

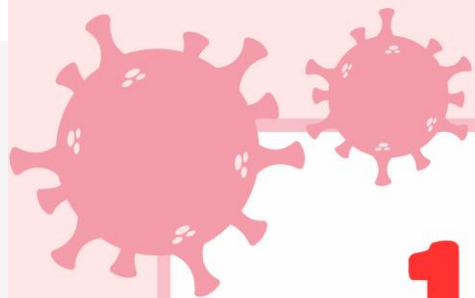
COVID-19疫苗

對象

- 出生滿6個月以上民眾

接種至疫苗用罄為止





114年1月1日起

**公費流感疫苗
全面開打**



提供6個月以上民眾接種



流感會出現什麼症狀？

常見症狀

發燒、頭痛、喉嚨痛、咳嗽、肌肉酸痛

危險徵兆

呼吸困難、呼吸急促、發紺(缺氧)、
血痰或痰液變濃、胸痛、意識改變、
低血壓或高燒持續72小時

◆ 65歲以上長者或有潛在疾病者應提高警覺



接種流感疫苗與及時服用抗病毒藥 可有效降低流感重症與死亡機率

1. 孕婦、幼兒、慢性病、年長者等，感染後為併發重症高風險族群；WHO表示接種流感疫苗，是最有效且具成本效益的預防重症/死亡方法，應每年接種
2. 疾管署研究發現，在流感發病5天內服用抗病毒藥物，可減少2.1倍死亡機率
3. 流感病毒的R0值：1.3，群體免疫閾值：23%

流感疫苗

↓ 70%

可降低流感重症
(ICU住院)風險

流感疫苗

↓ 48%

可降低流感相關
併發症死亡風險

5天內服用抗病毒藥

↓ 2.1 倍

及時服用抗病毒藥
可降低死亡風險

資料來源：1. 美國CDC全國多中心研究(全年齡層) Vaccine Effectiveness Against Influenza A-Associated Hospitalization, Organ Failure, and Death: United States, 2022-2023, Clin Infect Dis. 2024 Apr 10
2. 台灣疾管署研究(發表於歐洲流感研討會 2023) From zero influenza in the Covid pandemic, then a surge of severe complicated influenza after reopening in 2023 and its implications: Taiwan Experiences

2025/02/04

衛生福利部疾病管制署

新冠JN.1接種



接種 新冠JN.1疫苗了嗎？

114年1月1日起

✓ 新冠JN.1開放全民接種



台南打疫苗
預約系統



XEC是目前全球佔比最高新冠變異株

JN.1疫苗可有效預防重症/死亡

病毒特徵



1. **JN.1子代**，為KS.1.1與 KP.3.3混種變異株
2. 全球佔比最高(~45%)、增加最快之病毒株

檢測工具影響



現有PCR(核酸檢驗)、與核准快篩試劑，仍可有效檢測XEC變異株

疾病嚴重度



WHO與美國CDC尚無收到XEC感染後，致重症率或致死率上升證據

疫苗/藥物影響



1. **JN.1疫苗可預防重症/死亡**，WHO與美國CDC建議民衆儘速接種疫苗
2. **目前抗病毒藥物仍有效**，染疫後應儘速就醫/服藥

資料來源：WHO XEC變異株 風險評估 (2024年12月) https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruses/209122024_xec_lre.pdf?sfvrsn=13695ab6_2、東京大學新冠XEC變異株特性研究(刊載LANCET) Virological characteristics of the SARS-CoV-2 XEC variant [https://www.thelancet.com/journal/S01473-3099\(24\)00131-X/fulltext](https://www.thelancet.com/journal/S01473-3099(24)00131-X/fulltext)

新冠具重大健康威脅！接種疫苗 有效減少重症住院與死亡機率

1. WHO與美國CDC表示新冠是重大健康威脅，**高齡、完全無接種或未接種最新成份的疫苗，為重症/死亡危險因子**
2. 美國CDC與台灣疾管署統計，超過八成新冠重症是65歲以上長者；研究指出，**長者、罹患慢性病、先天性疾病或肥胖者，接種新冠疫苗可大幅減少重症/死亡風險**

 **52%**
可降低新冠
住院風險*

 **87%**
可降低新冠
死亡風險#

資料來源：WHO COVID-19 Dashboard; WHO COVID-19 epidemiological update - 17 January 2025; US CDC: People with Certain Medical Conditions and COVID-19 Risk Factors; 疾管署每週疫情報告；*（美國18歲以上共127萬人新冠疫苗研究，2025年1月發表）Evaluating the Effectiveness of mRNA-1273.815 Against COVID-19 Hospitalization Among Adults Aged ≥ 18 Years in the United States; #紐西蘭全國75萬人新冠疫苗研究，2024年9月發表）Effectiveness of COVID-19 vaccines against hospitalisation, death and infection over time in Aotearoa New Zealand: a retrospective cohort study

2025/02/25

衛生福利部疾病管制署

肺炎鏈球菌疫苗*

疫苗名稱	13價結合型肺炎鏈球菌疫苗 (PCV13)	23價肺炎鏈球菌多醣體疫苗 (PPV23)
疫苗內容	13種血清型	23種血清型
特性	● 抗體+免疫記憶 ● 保護力較長	● 抗體 ● 保護力較短

- ★ 1. 降低因感染肺炎鏈球菌導致嚴重併發症或死亡風險
- ★ 2. 提供更完整的免疫保護力





肺炎鏈球菌疫苗接種資訊 報你知!



接種對象	接種疫苗	接種條件
65歲以上長者	✓ 13價肺炎鏈球菌疫苗 (PCV13)	1. 先接種一劑PCV13，間隔一年再接種1劑PPV23 2. 曾接種1劑PPV23，一年後接種1劑PCV13
19歲以上IPD高風險對象 65歲以上機構住民及洗腎患者	✓ 23價肺炎鏈球菌疫苗 (PPV23)	1. 先接種一劑PCV13， 間隔8週 再接種1劑PPV23 2. 曾接種1劑PPV23，一年後接種1劑PCV13
55歲以上原住民	✓ 23價肺炎鏈球菌疫苗 (PPV23)	未曾接種過可先接種一劑PPV23

符合接種資格者趕快洽各區衛生所及合約院所



114年臺南市補助

帶狀疱疹疫苗

對象

設籍於臺南市65歲以上
具有低收、中低收入戶身分且罹患高風險慢性病患者

接種地點

臺南市各區衛生所(預約接種)

攜帶證件

1. 低收、中低收入戶證明
2. 高風險慢性病人相關證明
(如診斷證明書、健保快易通等，
可證明符合高風險慢性病人疾病代碼者)
3. 健保IC卡



臺南市政府衛生局 關心您



感染症	人類免疫不全病毒疾病或感染	中經系統與感覺器官的疾病	多發性硬化症與其他脫髓鞘疾病	循環系統疾病	肺性心臟病	循環系統疾病	動脈粥樣硬化	呼吸系統疾病	其他肺部疾病	生殖泌尿系統疾病	
血液和造血器官及涉及免疫機轉的疾病	免疫缺乏症		癲癇及重覆發作		瓣膜疾病		動脈瘤				
	類肉瘤病與其他		短暫性腦缺血發作與腦血管疾病所致的腦血管症候群				其他血管疾病				
內分泌、營養和代謝疾病			糖尿病		發炎性及毒性多發神經病變後遺症	心肌病變	支氣管炎與其他慢性阻塞性肺疾病	消化系統疾病	慢性肝炎與肝硬化		腎病症候群 慢性腎衰竭及腎衰竭未明示者 腎臟萎縮
	重症肌無力				心臟傳導疾病						
	其他及未特定之肌病變				心衰竭與其他	支氣管擴張症					
神經系統與感覺器官的疾病	中樞神經系統發炎性疾病的後遺症 帕金森氏病 阿茲海默氏病與其他神經退化性疾病	循環系統疾病	風濕熱與慢性風濕性心臟病	非外傷性腦出血	呼吸系統疾病	肺沉著症及外因所致之肺疾病	肌肉骨骼系統及結締組織疾病	類風濕性關節炎	全身性自體免疫症候群 其他結締組織疾病		
			高血壓疾病	腦梗塞							
			心絞痛與其他缺血性心臟病	其他腦血管疾病或其後遺症							

先天畸形、變形與染色體異常	先天或後天脾臟缺損
---------------	-----------

臺南市政府健康共照雲 (1 / 3)

健康日記

打造在地化智能共照服務



透過健康日記上傳生理數值, 並提供個人化預防衛教資訊, 幫助民眾即時管理健康並調整生活習慣!

已建立36處健康照護站服務據

市政中心 衛生局 衛生所 社區關懷據點

透過健康照護站及健康隨行包進行生理量測, 量測數據可即時上傳至共照雲, 並以LINE@通知量測結果及衛教資訊。



健康照護站

固定式、隨到隨量

健康隨行包

機動性強、攜帶便利

231,397人次完成生理量測、8,094人完成ICOPE和咀嚼吞嚥障礙評估

經費由長照服務發展基金支應 廣告

台南市COVID-19諮詢平台分流

確診者/居家隔離者

非確診者/其他



臺南共照雲

LINE ID

@794mfoab



台南快疫通

LINE ID

@vaccine_tainan

台南共照雲居隔單下載教學

適用對象

- 個案研判日為111年5月4日(含)後且評估為居家照護之臺南市確診者
- 與確診者最後接觸日為111年5月8日(含)以後被匡列為親密接觸者

- 加入「台南共照雲」, 並完成註冊綁定
- 經系統認證為確診個案或被匡列之親密接觸者
- 點選置底選單「居隔單申請」
- 取得下載連結



請確診者於收到簡訊後
儘快透過連結回填相關資料
以加速疫調及居家照護派案作業

疾管署簡訊畫面

您為COVID-19確診個案, 請前往自主回報系統網站並核對個人資料後, 主動回報密切接觸者資料, 並通知您工作或就學的聯絡窗口。謝謝您。
<https://fbbs.cdc.gov.tw/>

台南市簡訊畫面

由於您為新冠肺炎確診個案, 臺南市政府邀請您加入「臺南共照雲」<https://fbbs.cdc.gov.tw/>並註冊綁定, 讓我們更快服務您。

上述 2 則簡訊皆須回填

2022.05.14



健康加油站

健康促進遊戲化，
提升服務黏著度



辦理系列健康促進活動，民眾可透過定期量血壓或
填寫健康量表累積健康幣！



臺南市政府健康共照雲 (1 / 3)

精準化邀約 與篩檢資格查詢

全國首創

透過LINE@即可查詢篩檢資格!



透過API介接臺南市愛篩檢平台及國民健康署癌症篩檢系統, 可選擇特定對象推播客製化訊息, 只要民眾綁定LINE@就可以收到專屬的篩檢邀約與活動通知!



累計超過9萬次篩檢推播!
累計超過2萬次預約健檢查詢!



衛生福利部中央健康保險署
National Health Insurance Administration,
Ministry of Health and Welfare

健康存摺
My Health Bank



登入健康存摺

健康存摺介紹短片

使用指南

常見問題

請選擇登入方式 ...

健康存摺 My Health Bank

健保資訊查詢變得更簡單！



一般登入



健保卡



自然人憑證



OTP 登入



公告事項

原來健康這麼近

健康存摺行動版

✓ 用藥資料 **更易懂**

✓ 就醫紀錄 **隨身查**



健保APP
下載處



不只用藥資料很便民! 還有其他更多
貼心服務喔



免插卡
手機即可登入



健康紀錄全掌握



數據資料視覺化
易讀又好懂



提供疾病評估
輕鬆自我健康管理



衛生福利部中央健康保險署
National Health Insurance Administration,
Ministry of Health and Welfare

健保用心 全民安心

諮詢專線 0800-030-598
網址 <https://www.nhi.gov.tw>



健康存摺專區

廣告

Q

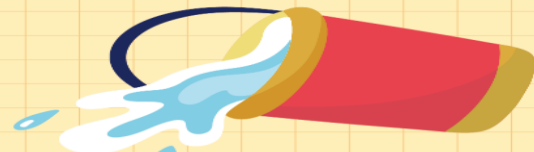
健康存摺有哪些資料？

A

健康存摺提供整合跨機關、跨單位之健康資料（非醫師法及醫療法定義之病歷，相關診斷及詳細罹病或就醫情形，仍應洽詢相關醫事機構之醫師），內容如下：

- 西、中、牙醫門診、用藥資料、檢驗資料、影像或病理檢查資料：**提供自登入日起近三年特約醫院、診所及藥局等醫事機構申報及健保卡上傳之就醫資料，並於每日更新健保卡上傳資料之內容，例如：114年03月13日登入系統，可查詢111年03月01日至114年03月13日之西醫、中醫、牙醫、手術、用藥資料，以此類推。
- 住院及手術資料：**提供自105年起至登入日特約醫事機構申報及健保卡上傳之住院就醫及手術資料，並於每日更新健保卡上傳資料之內容，例如：114年03月13日登入系統，可查詢105年01月01日至114年03月13日之住院就醫及手術資料，以此類推。
- 過敏資料：**提供特約醫院及診所等醫事機構自104年1月1日起上傳之過敏資料（不含104年1月1日前之資料）。
- 器捐或安寧緩和醫療意願：**提供衛生福利部醫事司檢送之器官捐贈意願或安寧緩和醫療意願資料，如對本資料有疑義者，請洽衛生福利部（電話：02-85906666）或台灣安寧照顧協會（電話：02-28081585）或財團法人器官捐贈移植登錄中心（電話：02-23582088）或衛生福利部預立醫療決定、安寧緩和醫療及器官捐贈意願資料處理小組（電話：02-23933298）。
- 成人預防保健結果：**提供特約醫事服務機構向國民健康署申報之成人預防保健檢查結果資料，前開資料依規定於提供成人預防保健服務日之次月一日起六十日內傳輸至本署系統或登錄於本署網頁，故資料呈現上有時間落差，另因資料為特約醫事服務機構人工輸入，故部分資料恐有缺漏或誤植。如對本資料有疑義者，請洽提供檢查之醫事服務機構或國民健康署（02-25220888）。
- 預防接種資料：**提供衛生福利部疾病管制署檢送之預防接種資料，如對本資料有疑義者，請洽疾病管制署（電話：02-23959825分機3679）。
- 癌症篩檢結果資料：**提供自105年1月1日起，衛生福利部國民健康署癌症篩檢結果資料，如對本資料有疑義者，請洽國民健康署（電話：02-25220888）。
- COVID-19 病毒檢測結果資料：**提供特約醫事機構透過健保IC卡上傳及疾病管制署公費之PCR檢測結果資料。

防積水、護荷包



巡

倒

清

刷

呼乾啦!

依傳染病防治法第25條第2項規定，**所有人、管理人及使用人**應主動清除場所之登革熱病媒蚊孳生源，避免病媒蚊孳生。

經查獲病媒蚊幼蟲孳生，將依傳染病法第70條第1項第1款規定，處**新臺幣3,000元以上15,000元以下罰鍰**。

1月至3月

宣導改善期

4月起

逕行處分 無改善期



病媒蚊孳生源
自我檢查表



衛教宣導短片



臺南市政府衛生局 關心您 廣告



臺南市麻豆區衛生所
Madou District Health Station

防蚊裙罩

結核病傳染病防治及介紹

※傳染途徑：

經由**空氣、飛沫傳染**。人體因為吸入帶有**結核菌**的飛沫核，並在肺部末梢引起感染而造成肺結核，感染後結核菌也可以透過血液循環造成其他部位的病灶(肺外結核)。

※治療方法：

結核病可以治癒，只要**規則服藥 6-9個月**，絕大部份的結核病人都能痊癒。

※預防方法：

保持室內通風、注意咳嗽禮節、健康飲食作息、不吸菸不酗酒。

拒絕酷酷掃



-  ✓ 咳嗽超過兩週
-  ✓ 胸痛
-  ✓ 食慾不振 體重減輕
-  ✓ 虛弱疲勞
-  ✓ 咳血咳痰
-  ✓ 發冷、發燒、夜間盜汗

小! 可能是肺結核 !

有以上症狀，請儘速就醫

衛生福利部疾病管制署 廣告
TAIWAN CDC 告

臺南市麻豆區衛生所 關心您



糖尿病患者福音

免費 結核病 風險檢查

(潛伏結核感染檢驗)

糖尿病合併結核病

您不可忽視的共病



糖尿病人免疫機能降低，發生結核病的風險是非糖尿病人的**2-3**倍，若合併罹患結核病，會使血糖控制更加不容易。

免費抽血檢驗
免空腹
報告異常者
轉介治療

麻豆區衛生所
每週一~週三
上午8:30-11:00
洽詢電話：5722215
承辦人：姜 護理師

說明：

一、文獻顯示，糖尿病會增加結核病發病風險2-3.6倍，而且血糖控制不佳者，風險更為增加。經分析我國2015年結核病新案中有13%為糖尿病個案，其中45-64歲年齡層的結核病個案同時罹患糖尿病者更高達16.7%，其次為65歲以上者共病比率為13.3%。根據內政部戶政司人口數資料，本市糖尿病盛行率高達7.54%，為不可輕忽的族群。

二、執行依據：依據衛生福利部疾病管制署風險族群潛伏結核感染檢驗與治療計畫暨臺南市114年度結核病/漢生病直接觀察治療(DOTS)計畫執行。

三、執行對象≥45歲 且 HbA1c≥9 之糖尿病患者。

四、請攜帶**健保卡**洽詢台南市各區衛生所。

2025 年
03月10日
公告

糖尿病合併結核病

您不可忽視的共病



糖尿病人免疫機能降低，發生結核病的風險是非糖尿病人的**2-3**倍，若合併罹患結核病，會使血糖控制更加不容易。

規則服藥6個月以上可治癒結核病，但若血糖控制不佳，會影響結核病藥物療效。

咳嗽2週 儘速檢查 控制糖尿病 戰勝結核病



衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC



www.cdc.gov.tw



1922防疫達人
www.facebook.com/TWDCDC

疫情通報及關懷專線：1922

潛伏結核感染防預防及治療



潛伏感染不會傳染！ 感染≠發病！

※什麼是潛伏結核感染？

若感染結核菌但尚未發病，是不會傳染給他人，稱為潛伏結核感染(LTBI)。但**結核菌**可長期**潛存**在人體內，當**免疫力低下**時就有可能**發病**！

※篩檢方式：

1. 丙型干擾素釋放試驗(IGRA)
2. 皮膚結核菌素測驗

※預防性治療：

潛伏結核感染

治療可以降低7-9成的發病機率，由醫師評估並接受公共衛生的都治關懷服務，治療的時間約1個月至6個月不等。



潛伏感染不傳染， 篩檢治療除結核

潛伏結核感染戰勝秘笈

潛伏結核，代表體內有結核菌沉睡著，若沒治療，當這隻病菌醒來後，會攻擊人體而發病(即結核病)，現在馬上篩檢治療，就能降低九成以上發病機率。

結核病戰勝秘笈

按規服藥2周可大大降低傳染力，持續服藥6個月以上可完全治癒
發現咳嗽、胸痛、體重減輕、倦怠、食慾不振、發燒、咳血等症狀持續兩周趕快就醫檢查!!

衛生福利部疾病管制署 關心您 廣告
8 TAIWAN CDC

無菸環境好空氣 身體健康最神氣

公園好空氣

公園綠地
除吸菸區外
不得吸菸



禁菸場所停看聽

擴大夜店
(酒吧)
全面納入禁菸場所



校園深呼吸

校園全面禁菸



提高禁菸年齡

未滿20歲
不得吸菸



全面禁止電子煙

- 禁止電子煙
使用及販賣
- 嚴查加熱菸



撥專線 找健康



戒菸專線:
0800-636363