

104 年三高及慢性腎臟病
防治宣導

104 年三高及慢性腎臟病防治宣導

一、考核指標：依據「104 年度縣市衛生局衛生保健工作-活躍老化計畫」，結合社區相關資源辦理三高及慢性腎臟病防治宣導活動，彰化縣參與活動之 65 歲以上人數 ≥ 8950 人。

二、參加對象：65 歲（含）以上民眾。

三、辦理方式：

- (一) 結合轄區醫療院所辦理社區三高及腎臟病防治宣導活動。
- (二) 結合轄區社區關懷據點、社區健康營造中心、社區大學、老人文康服務中心、長青學苑、老人會...等社區團體，辦理說明會、演講、媒體宣導（如：播放腎臟病防治宣導短片）、有獎徵答等方式與民眾互動，以吸引民眾注意及提升民眾對慢性腎臟病之認知率。

四、注意事項：

- (一) 各衛生所結合社區相關資源辦理三高及慢性腎臟病防治宣導活動，參與活動之 65 歲以上總數須 ≥ 250 人次，不限辦理場次。
- (二) 若須申請講師，請於活動前一個月聯繫林育姍小姐，電話 0927699237，並確定時間、地點及活動主題（可參考表 1），每場次參與人數至少 50 人。
- (三) 可配合世界腎臟病日（每年 3 月第 2 個星期四）、世界高血壓日（5 月 17 日）、世界心臟病日（9 月 29 日）、世界糖尿病日（11 月 14 日）等活動宣導。

(四) 請於「三高及慢性腎臟病宣導」及「高齡友善環境宣導」時，完成認知前後測問卷，並將認知率填報於 104 年度衛生所「三高暨慢性腎臟病防治」及「高齡友善環境宣導」衛教宣導成果表。

PS：認知率問卷共 5 題，每題 20 分，填答「對」才計分。認知率問卷請衛生所自存，不須繳交。

(五) 三高及慢性腎臟病宣導時，須結合「高齡友善環境宣導」及「正常腰圍及 BMI 宣導」，並於宣導時播放高齡友善城市短片及發送 MBI 轉盤。

(六) 「正常腰圍及 BMI 宣導」須宣導「18 歲以上成人肥胖是指 BMI ≥ 27 」，並於「正常腰圍及 BMI 宣導成果表」填寫 BMI ≥ 24 及腰圍異常人數。

五、宣導主題及成果繳交日：

宣導主題	三高及慢性腎臟病、高齡友善環境、正常腰圍及 BMI 宣導	
成果寄件日	6 月 30 日前	10 月 01 日前
分區	彰化區、鹿港區、員林區	二林區、田中區
辦理衛生所	南西北、東區、花壇、芬園 員林、溪湖、大村、埔心、 永靖、鹿港、和美、線西、 伸港、福興、秀水、埔鹽	二林、埤頭、芳苑、大城、 竹塘、北斗、田中、社頭、 二林、田尾、溪州

六、考核項目：65 歲以上腎臟病認知宣導人次 ≥ 250 人，此項業務佔成人及中老年保健照護工作-腎臟病防治工作團體考評 10%。

七、成果繳交格式及方式：

- (一) 請依規定日期前完成宣導活動，須繳交「三高及慢性腎臟病防治宣導成果表」、「高齡友善環境宣導成果表」及「正常腰圍及 BMI 宣導」（如 B02 表 2、3、4）。
- (二) 成果皆需含相片及簽到表，相片請含主講者、主題及聽眾，請一張相片只含一種主題。
- (三) 若與其他活動合辦，可以相機翻拍簽到單後，插入→圖片→從檔案選擇照片；若可掃描簽到單再插入圖片，其解析度較佳。簽到單可共用。
- (四) 上述成果請以電子郵件方式傳送至企劃資訊科孫琺雲電子信箱 yunangel@mail.chshb.gov.tw。

八、附件：

- (一) B02 表 1 2015 年健康講座主題
- (二) B02 表 2 三高暨慢性腎臟病防治衛教宣導成果表
- (三) B02 表 3 高齡友善環境宣導衛教宣導成果表
- (四) B02 表 4 正常腰圍及 BMI 教宣導成果表
- (五) B02 表 5 104 年度彰化縣衛生所衛教宣導簽到單
- (六) B02 表 6 104 年三高暨慢性腎臟病防治-前後測問卷
- (七) B02 表 7 104 年認識高齡友善城市-前後測問卷

B02 表 1 2015 年健康講座主題	
1. 肥胖與疾病	6. 樂齡腎臟保健，從血壓做起(減鹽)
2. 淺談血管保健	7. 活出自我，迎向”腎”利(減鹽)
3. 預防腦血管病變	8. 正確用藥常識
4. 遠離代謝症候群	9. 糖尿病慢性合併症
5. 血脂管控、健康掌握	

B02 表 2

104 年度衛生所「三高暨慢性腎臟病防治」衛教宣導成果表

活動主題：	衛生所名稱：_____衛生所
主辦單位：	主講者：
活動日期： 年 月 日	活動時間：
活動地點：	宣導對象：
參加人數： _____ 人（男_____人；女_____人）	
認知率分析：完整前後測回收人數_____人，前測平均分數_____分、 後測平均分數_____分、認知率提升_____%。	
備註：認知率問卷共 5 題，每題 20 分，填答「對」才計分。	
活動方式(可複選)： <input type="checkbox"/> 說明會或演講 <input type="checkbox"/> 媒體宣導（播放影片） <input type="checkbox"/> 角色扮演 <input type="checkbox"/> 有獎徵答 <input type="checkbox"/> 其他_____	
插入→圖片→從檔案選擇照片(圖片不會變形)	
☆照片說明：	

活動簽到單

若與其他活動合辦，可以相機翻拍簽到單後，插入→圖片→從檔案選擇照片；若可掃描簽到單再插入，其解析度較佳。

B02 表 3 104 年度衛生所「高齡友善環境」衛教宣導成果表

活動主題：	衛生所名稱：_____衛生所
主辦單位：	主講者：
活動日期： 年 月 日	活動時間：
活動地點：	宣導對象：
參加人數： _____ 人	
認知率分析：完整前後測回收人數_____人，前測平均分數_____分、 後測平均分數_____分、認知率提升_____%。	
認知率問卷共 5 題，每題 20 分，填答「對」才計分。	
活動方式(可複選)： <input type="checkbox"/> 說明會或演講 <input type="checkbox"/> 媒體宣導（播放影片） <input type="checkbox"/> 角色扮演 <input type="checkbox"/> 有獎徵答 <input type="checkbox"/> 其他_____	
插入→圖片→從檔案選擇照片(圖片不會變形)	
☆照片說明：	

活動簽到單

若與其他活動合辦，可以相機翻拍簽到單後，插入→圖片→從檔案選擇照片；若可掃描簽到單再插入，其解析度較佳。

B02 表 4 104 年度衛生所「正常腰圍及 BMI」衛教宣導成果表

活動主題：	衛生所名稱：_____衛生所
主辦單位：	主講者：
活動日期： 年 月 日	活動時間：
活動地點：	宣導對象：
參加人數： _____人	
BMI \geq 24 共 _____人、腰圍異常共 _____人	
活動方式(可複選)： <input type="checkbox"/> 說明會或演講 <input type="checkbox"/> 媒體宣導（播放影片） <input type="checkbox"/> 角色扮演 <input type="checkbox"/> 有獎徵答 <input type="checkbox"/> 其他_____	
插入→圖片→從檔案選擇照片(圖片不會變形)	
☆照片說明：	

活動簽到單
若與其他活動合辦，可以相機翻拍簽到單後，插入→圖片→從檔案選擇照片；若可掃描簽到單再插入，其解析度較佳。

B02 表 6 104 年三高暨慢性腎臟病防治-前測問卷

姓名：_____ 年齡：_____歲 性別：男 女

1. 「三高」是指糖尿病、高血壓及高血脂？
對 錯 不知道
 2. 有三高者，得到腎臟病可能性較一般人高？
對 錯 不知道
 3. 控制三高及飲食、定期追蹤，可以延緩腎臟病進展？
對 錯 不知道
 4. 腎臟病就是要洗腎了？
對 錯 不知道
 5. 正常空腹血糖小於 100mg/dl、血壓小於 140/90mmHg
對 錯 不知道
-

104 年三高暨慢性腎臟病防治-後測問卷

姓名：_____ 年齡：_____歲 性別：男 女

1. 「三高」是指糖尿病、高血壓及高血脂？
對 錯 不知道
2. 有三高者，得到腎臟病可能性較一般人高？
對 錯 不知道
3. 控制三高及飲食、定期追蹤，可以延緩腎臟病進展？
對 錯 不知道
4. 腎臟病就是要洗腎了？
對 錯 不知道
5. 正常空腹血糖小於 100mg/dl、血壓小於 140/90mmHg
對 錯 不知道

B02 表 7 **104 年認識高齡友善城市—前測問卷**

姓名：_____ 年齡：_____歲 性別：男 女

1. 全台灣皆已投入高齡友善城市的推行與建構。
對 錯 不知道
 2. 為了因應台灣人口快速老化，建構高齡友善城市與環境是非常重要且必要的。
對 錯 不知道
 3. 無障礙環境是為了身障人士建構的，跟高齡友善城市沒有關係。
對 錯 不知道
 4. 高齡友善城市的精神是要建構讓長者能夠活躍老化的環境，其中包含：安居（住宅）、連通（通訊與資訊）、暢行（交通運輸）、無礙（無障礙與安全的公共空間）、不老（工作與志願服務）、親老（社會參與）、康健（社區及健康服務）、敬老（敬老與社會融入），共八個面向。
對 錯 不知道
 5. 只要願意，高齡者也可以再度就業；或成為志願服務的志工，為社區鄰里盡一份心力。
對 錯 不知道
-

104 年認識高齡友善城市—後測問卷

姓名：_____ 年齡：_____歲 性別：男 女

1. 全台灣皆已投入高齡友善城市的推行與建構。
對 錯 不知道
2. 為了因應台灣人口快速老化，建構高齡友善城市與環境是非常重要且必要的。
對 錯 不知道
3. 無障礙環境是為了身障人士建構的，跟高齡友善城市沒有關係。
對 錯 不知道
4. 高齡友善城市的精神是要建構讓長者能夠活躍老化的環境，其中包含：安居（住宅）、連通（通訊與資訊）、暢行（交通運輸）、無礙（無障礙與安全的公共空間）、不老（工作與志願服務）、親老（社會參與）、康健（社區及健康服務）、敬老（敬老與社會融入），共八個面向。
對 錯 不知道
5. 只要願意，高齡者也可以再度就業；或成為志願服務的志工，為社區鄰里盡一份心力。
對 錯 不知道