

110年度健康促進計畫 - 長庚科大

健康X減法方程式Ⅱ計畫



反菸毒/健康互助系列活動成果



CPR+AED 急救培訓營

1.學生場：

為建構校園夜間同儕健康互助網絡，本訓練營以校園救護社學生為主要對象。學生完成一整天集訓與考試後，100%通過 CPR+AED、BLS 及BTLS 證照。透過本活動同學對同儕互助專業態度與急救認識高達 4.84 分的認同度，並覺得此活動極具有教育意義。

2.教職員場：

100%通過取得 CPR+AED 證照。教職員認為透過本活動可以提升對 CPR+AED 的認識達4.96，可以提升對 CPR+AED 的正向態度達 4.94 分，使用信心 4.91 分，使用技能 4.91 分。高達 97%以上教職員認為本活動是有意義活動且也助於教職員對共構健康互助友善校園的共識。



口腔保健講座

本活動透過牙菌斑檢測與刷牙、講座與問答活動，師生認為有助於提升口腔保健知識的瞭解程度達4.7分、有助於提升蛀牙及其預防方法的認識程度達4.69分、認為有助於提升阻生牙的認識程度達4.57分、提升正確潔牙意願達4.71分、願意每餐飯後刷牙達4.62分、增加未來正確保健口腔把握度達4.54分。

「打擊惡視力」視力保健講座

本活動透過黃斑部病變、老花與視力平衡檢測、講座與問答活動，師生認為有助於提升視力保健的知識達4.5分、有助於提升正確執行保護眼睛執行自我照顧的意願達4.56分、願意每年定期進行眼睛追蹤達4.56分、未來正確保護視力把握程度達4.5分。師生反應「免費黃斑部檢測可以幫助自己是否有黃斑部病變」、「感謝活動讓我更了解視力保健」。



「無毒有我，健康齊步走」活動

同學在反菸知識提升7.3%，反毒知識提升18%且達顯著性成長($t=4.970, p=.000$)，反菸與反毒態度提升8.7%，達顯著性成長($t=6.365, p=.000$)。學生反應「很好可以辦類似活動增廣戒菸反毒知識有意思的演講、很有意義」。

「菸害樂活VR趣」

邀請師範大學與陽明大學一起辦理VR體驗活動。共50位參與體驗，完成率98%。高達90%的學生因參與VR體驗提升了自己對於菸毒防治的認知。

宿舍夜間健康照護關懷站

學生覺得宿舍夜間健康照護是一項很有意義的服務活動，且認為此活動有助於共構健康互助友善校園認同度達5分，本活動有助於提升與維護同學的身體健康達5分。同學表示：「宿舍內能有這麼一個提供同學們處理緊急傷口的地方，不僅賦予了我們使命感，也提供了同學們一個安心的存在」；「值班過程中可以學習到許多跟基護有關，像是點班或是有病生來時我們該做些甚麼，因此讓我覺得值班室一件很有趣又很充實的事」。

健康促進合作夥伴：軍訓室、校園救護社

