

# 學生健檢各項健康問題衛教單目錄

以下資料經彰化縣醫師公會提供，由涂俊銜醫師、莊永勳醫師、謝明穎醫師、黃啓民醫師、吳婉華醫師、彭致盛醫師、張啟杉醫師及吳祥富醫師撰寫。(聲明:本衛教單來自各專家醫師資料，只使用於公益目的。而此衛教單只適用於彰化縣學童健檢工作。)

## 學生健檢各項健康問題衛教單

- (1)辨色力異常
- (2)斜視
- (3)睫毛倒插
- (4)眼瞼下垂
- (5)眼球震顫
- (6)聽力異常
- (7)耳膜破損
- (8)耳道畸形
- (9)構音異常
- (10)唇顎裂
- (11)耳前瘻管
- (12)耳垢栓塞
- (13)慢性鼻炎
- (14)扁桃腺腫大
- (15)斜頸
- (16)淋巴腺腫大
- (17)甲狀腺腫大
- (18)心律不整
- (19)心雜音
- (20)呼吸聲異常
- (21)胸廓異常
- (22)男性女乳症
- (23)腹部異常腫塊
- (24)包皮過長與包莖
- (25)隱睪
- (26)陰囊水腫及疝氣
- (27)精索靜脈曲張
- (28)多併指
- (29)脊柱側彎
- (30)蹲距困難
- (31)扁平足
- (32)關節變形
- (33)水腫

- (34)濕疹
- (35)皮膚咖啡牛奶斑
- (36)癬
- (37)疣
- (38)紫斑
- (39)疥瘡
- (40)黑色棘皮症
- (41)BMI(身體質量指數)偏高
- (42)高血糖症
- (43)高尿酸血症
- (44)GOT(麩草酸轉胺酶)過高
- (45)GPT(麩丙酮酸轉胺酶)過高
- (46)B型肝炎
- (47)高膽固醇血症
- (48)三酸甘油酯過高
- (49)BUN(血清尿素氮)過高
- (50)肌酸酐(Creatinine)過高
- (51)肌酸酐(Creatinine)過低
- (52)血清免疫檢查(ASLO、IgA、C3)
- (53)尿液常規檢查
- (54)常規血液檢查
- (55)蟻蟲
- (56)體重過輕

## 學生健檢健康問題衛教單-辨色力異常

### 各位親愛的家長：

辨色力異常一般稱色盲，分先天性及後天性。先天性色盲是最常見的遺傳性眼部異常，程度較輕只有顏色相近才會混淆，稱色弱，完全無法分辨顏色，稱色盲。若色盲合併弱視，則可能是遺傳性錐狀細胞失養症。後天性色盲原因包括糖尿病、青光眼、白內障、視神經病變、視網膜病變等。遺傳性色盲的患者在職業選擇上較不適合需準確判定顏色的工作。目前對於遺傳性色盲、色弱或是錐狀細胞失養症候群均無法以藥物或手術治療。幸好大部分遺傳性辨色力異常多為色弱，對日常生活無顯著影響。程度較嚴重的色盲對生活影響較大，生活上需藉經驗建立替代的色彩辨識方式。對於遺傳性錐狀細胞失養症，早期發現可適當的療育，並以低視力輔具協助患者提升生活品質。而對家庭成員篩檢及優生保健的遺傳諮詢也是必要的。

### 下列事項請家長特別注意：

如果家長發現小朋友檢查出有辨色力異常，可先找眼科醫師釐清是否合併視力不良，若是單純辨色力異常，可藉由眼科醫師衛教及指導，以經驗建立替代的色彩辨別方式。若辨色力異常合併弱視，則需進一步檢查，確定弱視的原因以便進一步作適當的處置。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 聯絡電話：7234284 敬啟

---

## 學生健檢健康問題衛教單-斜視

### 各位親愛的家長：

斜視是兩眼視軸(視線)不平行，斜到內側的叫內斜視、鬥雞眼，斜到外側的叫外斜視、脫窗。除了外觀不好看之外，它也是造成弱視的主要原因之一。眼科學上檢查是否有斜視，初步是以燈光照射，看兩眼角膜上的光反射是否落在瞳孔中央，再進一步以兩眼交替遮蓋的方法，看眼睛是否移動來確定是否有斜視。這看似簡單的方法，卻不是家長們可以自行檢查的，大角度的斜視，任何人一望便知，小角度的鬥雞眼卻可能會造成弱視，就必須依賴眼科醫師專業的判定。

### 下列事項請家長特別注意：

對於斜視的病人並非只是開刀，建議家長必須帶孩子到眼科去檢查，對屈光狀態，視力發育情形，做審慎評估之後，先配鏡做弱視治療和訓練，使各個眼睛有相當的視力，最後才是手術治療。對於斜視除了高度警覺性及早發現外，治療時更須病患和家屬耐心的配合才能有好的結果。若您的孩子已確認診斷者，則繼續觀察治療即可。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-睫毛倒插

### 各位親愛的家長：

一般人的睫毛是長在眼瞼外面，而睫毛倒插則是因為睫毛生長的方向異常往內長，所以會倒插進眼球。常見有以下 3 種情況如 1. 睫毛方向不正常 2. 毛孔在眼瞼板後面 3. 睫毛方向沒問題，但上眼皮較厚或下垂，將睫毛捲到裡頭，常見於老年人、單眼皮的人。睫毛倒插的患者可能有異物感、刺痛感、時常揉眼睛、流淚、分泌物增加、懼光等現象，且睫毛不乾淨容易藏污納垢發生感染，嚴重者會導致角膜發炎、潰瘍，甚至視力喪失。由於角膜很敏感，所以當睫毛倒插刺到眼球時，會引起眼睛刺痛、癢或眨眼。

### 下列事項請家長特別注意：

睫毛倒插治療法有拔除、電燒、冷凍、雷射及手術等五種。小孩如果有睫毛倒插的現象，情況不嚴重時，可點抗生素眼藥膏緩和。若情形較嚴重，如一整排的睫毛倒插且有眼瞼內翻的情形，則考慮使用手術治療。建議家長必須帶孩子到眼科診所檢查治療。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-眼瞼下垂

### 各位親愛的家長：

正常眼睛平視時，上眼瞼應該只蓋到眼角膜 2mm 以內，如果遮蓋超過 2mm 以上，就稱之為眼瞼下垂。60%是先天的，40%是後天性的，先天性眼皮下垂有可能是遺傳或偶發的，也有可能是單側或雙側，通常小孩會將頭部往後仰，下巴上抬，有時為了將眼皮上舉，額頭容易出現皺紋。當有出現中等到嚴重程度眼皮下垂，就必須接受治療，讓視力正常發育避免弱視的問題。眼科學上檢查，會評估提上眼瞼肌功能，並依眼皮下垂的程度，決定該做何種治療方法及手術方式。

### 下列事項請家長特別注意：

對於眼皮下垂的患者，建議家長必須帶孩子到眼科去檢查，對屈光狀態，視力發育情形，眼皮下垂程度做審慎評估之後，再決定治療方式，嚴重的眼皮下垂則需接受手術治療。另外眼皮下垂患者也要注意是否有其他神經系統方面的病灶，因此建議家長一定要帶孩子到眼科診所做更進一步的詳細檢查及治療。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-眼球震顫

### 各位親愛的家長：

眼球震顫是指眼球，而且無法有效注視一定點。眼球震顫可分為生理性及病理性，發生的原因包括眼睛有嚴重眼疾(如視神經萎縮、黃斑部病變、先天性白內障、等)或其他中樞神經系統病變，患者可能有學習速度較慢、弱視、習慣歪著頭閱讀等現象。眼科學上檢查，會評估震顫的形態及方向，進一步探究病因並依病因決定治療的方法，部分型態的眼球震顫則可藉由施行眼球肌肉的手術治療。

### 下列事項請家長特別注意：

對於眼球震顫的患者，建議家長必須帶孩子到眼科去檢查，因為眼球震顫是一種臨床症狀，必須做詳細的眼科及神經學檢查，找出造成此症狀的病因再進一步治療，另外也要告知老師，以針對眼球震顫患者給予特殊學習方法，因此建議家長如果孩子有眼球震顫症狀，一定要帶孩子到眼科做更進一步的詳細檢查及治療。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-聽力異常

### 各位親愛的家長：

聽力障礙可能發生在母體懷孕時、生產時、孩子成長歷程中，或是因年齡漸長而逐漸退化。其發生的原因，除了遺傳、嚴重撞擊、老化外，最常見的原因便是聽覺器官的病變。嬰兒出生後的定期健康檢查及聽語能力的發展都需密切注意，並與醫療機構建立諮詢的習慣，一旦發現孩子的聽覺反應與口語發展遲緩或有異樣，則需立即作進一步的鑑定，以利儘速介入早期療育，使聽力損失的影響減至最低。

### 下列事項請家長特別注意：

引起兒童聽障的原因很多。如何來對一個懷疑可能有聽障的兒童來做正確的診斷與評估呢？基本上完整的評估是需要一個團隊的，這團隊中包括了耳科醫師、聽力師、兒科醫師、心智科醫師、語言治療師、遺傳諮詢師等。總之，建議家長可先帶學童至耳鼻喉科診所做檢查。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-耳膜破損

### 各位親愛的家長：

耳膜破損多出於意外(外傷)或病變，例如：(1)掏耳朵時，不慎傷到。(2)大氣壓力變化引起的「耳氣壓傷」而傷及耳膜。譬如打耳光、放鞭炮。過遽的壓力變化，例如感冒時搭飛機，偶而也會導致耳膜破裂。(3)大多數的耳膜穿孔乃因中耳炎，由內往外破出，當急性上呼吸道感染併發急性中耳炎或中耳積水，經一段時日或反覆發作之後，部份耳膜受到侵蝕而破裂，造成耳朵流膿。

耳膜穿孔可能會影響到聽力，造成傳導性聽力障礙，小的破洞並不妨礙聽力，破孔愈大，聽力受損愈嚴重，但仍不至於完全耳聾。當外耳道進水時，例如洗頭、洗澡或游泳，水會經由破孔灌入中耳，引起急性發炎，造成生活上極大的不便和困擾。

### 下列事項請家長特別注意：

外傷造成的耳膜穿孔只要不續發感染，破孔面積不太大，通常會在一個月左右都能自行癒合。慢性中耳炎之耳膜穿孔，有必要加以修補。破掉的耳膜可以用鼓室(膜)成型術來修補，成功率高達九成以上，可以消除耳漏並改善聽力。此種手術是一種較為精密的顯微手術方法。總之，建議家長可先帶學童至耳鼻喉科診所做檢查。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-耳道畸形

### 各位親愛的家長：

小耳症(耳道畸形)是先天性顱顏缺陷，一出生即缺少一隻耳朵，或是一隻耳朵長得不明顯或沒有耳洞；且大部分是突變造成，發生機率約為二千分之一，產前檢查篩檢十分困難。小耳症不會影響幼兒的生長發育，也不至於嚴重影響學習。

### 下列事項請家長特別注意：

單耳小耳症的另一側耳朵聽力大多正常，對聽語發展影響不大。若兩耳均為小耳症者，就會嚴重影響聽力，需要配帶助聽器並進行復健。

在六歲學齡前，接受整形外科手術，重建外耳，不但可減少兒童心理障礙，效果最佳，且重建效果極佳。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-構音異常

### 各位親愛的家長：

『構音異常』簡單的說就是咬字不清楚，說話不清晰，也就是台語中常說的『臭乳呆』，有些人認為這是「大雞慢啼」，或是有些人認為是因為語言因素造成的「台灣國語」，這些狀況都包括在『構音異常』的範圍內。構音異常的成因常見如下：1. 無任何器官上的障礙，就是發音不清楚。2. 構音器官有問題，譬如口腔的大小形狀、舌頭與舌繫帶的長度，牙齒咬合不好及唇顎裂等構音器官的問題都會造成構音障礙。3. 唇舌動作協調差也會造成構音異常。例如腦性麻痺。4. 聽力不好。5. 學習能力差。6. 人格特徵及情緒問題。

### 下列事項請家長特別注意：

大部分小孩的構音問題是屬於發展性的，隨著年齡漸長會漸漸改善。換言之，四歲以前的幼兒有發音不清楚，很可能是因為他的語言純熟度不夠或是口腔構音動作不足，一段時間以後，構音的問題會自行修正。但是，如果到了四歲以後，孩子仍有相常程度的發音不清時，建議至醫療院所檢查，包括口腔構造、聽力及語言發展等評估，再進一步決定是否需要接受語言治療。總之，建議家長可先帶學童至耳鼻喉科或小兒科診所做檢查。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-唇顎裂

### 各位親愛的家長：

有了唇顎裂子女並不是父母的過失。唇顎裂兒的產生是一個機率問題，因為胚胎發育的過程中，有很多方面是醫學技術沒有辦法預防或偵測的。根據統計，約每六百位新生兒中就有一位唇顎裂患者，因此台灣每年就有三百至四百位「新病人」出世。分為：唇裂、唇顎裂和顎裂三種。

### 下列事項請家長特別注意：

1. 出生後先接受小兒科醫師及復健專家負責餵食之教導及發育評估，另外可由社工人員提供家庭照護問題的協助。
2. 在 3 個月時接受唇裂修補。約 1 歲左右進行顎裂矯正，這時由醫師追蹤中耳功能。
3. 2 歲半之後接受語言治療。
4. 7 至 11 歲之前，齒槽骨（牙齦）的裂縫要填補以幫助恆齒的發育。
5. 通常在 17 歲時所有的治療都告一段落，此時可以請病人做最後的總評估。

唇顎裂的治療是具階段性及群體性之性質，因此需要各科專家參與治療，包括整形外科醫師、各復健專科、小兒科醫師、耳鼻喉科醫師、牙科醫師、護理師、心理及社會工作師共同參與組成治療團隊。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-耳前瘻管

### 各位親愛的家長：

耳前瘻管是先天性遺傳性的，在台灣的發生率大約為 2.5%，多為單側，部分為雙側；通常開口位在耳輪的前上方，少數會出現在耳廓的其他部位。為何會產生耳前瘻管，那就是耳廓發育時發生異常。耳前瘻管在皮膚上只是一個小凹洞，但這通常只是冰山一角，耳前瘻管的內部構造甚至是呈現像樹枝散開狀；而且耳前瘻管向下延伸的深度與方向也不一定，耳前瘻管內有皮膚的上皮細胞，平時會有一些皮脂分泌和上皮細胞脫落的皮屑，通常沒有症狀，若無症狀，則不要去揉它。偶爾會有一些乳白色異味的分泌物流出，是沒有關係的。但是如果阻塞或感染時，就會產生發炎，併發膿瘍。

### 下列事項請家長特別注意：

就治療發面來說，沒有發炎過的耳前瘻管是不需要開刀的。但是一旦有發炎過就要考慮用手術來將它切除。急性發炎時要先用抗生素治療，但當膿瘍形成時，則就要先將膿瘍切開引流，待發炎狀況緩解後，再安排時間做耳前瘻管切除手術。如果反覆發炎的話會使得耳前瘻管附近的組織沾黏，增加手術切除的困難度和復發的可能性，所以一般建議有發炎過的耳前瘻管於發炎過後要手術切除。大人可以以局部麻醉執行手術，但是小朋友就需要全身麻醉才能手術了。總之，建議家長可先帶學童至耳鼻喉科診所做檢查。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-耳垢栓塞

### 各位親愛的家長：

耳垢，俗稱「耳屎」，為外耳道軟骨部上的耳垢腺所產生的淡黃色粘稠分泌物，有殺菌、抑制真菌生長及保護外耳道皮膚和粘附灰塵、小蟲的作用。

正常時在外耳道皮膚表面附有很薄的一層耳垢，在空氣中乾燥形成薄片，借由咀嚼、張口的動作會自然脫落排出。

若耳垢在外耳道內積聚過多，會影響聽力或誘發炎症，則稱為耳垢栓塞。

### 下列事項請家長特別注意：

耳垢塊因大小及部位不同而症狀有異，量少可無症狀。量多完全阻塞外耳道時，可有耳閉塞感及聽力減退，耳垢壓迫鼓膜時可引起耳鳴或眩暈，若外耳道後壁迷走神經分支遭受刺激，可引起反射性咳嗽，水液進入外耳道時，浸泡耳垢、使其膨脹、可使症狀加重。引起耳痛或發生炎症。

有症狀者直接就近至耳鼻喉科診所取出，可獲得立即性改善。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-慢性鼻炎

各位親愛的家長：

常見的慢性鼻炎包含過敏性鼻炎、血管運動性鼻炎、慢性肥厚性鼻炎（常合併鼻中隔彎曲）…等，而其最常見的症狀是鼻塞①間歇性鼻塞：夜間或天氣寒冷時嚴重鼻塞，白天天氣溫暖或運動時減輕。②交替性鼻塞：側臥時位於下側的鼻腔鼻塞加重；轉臥另一側後，剛才位於上側的鼻腔鼻塞會減輕。

另一症狀為鼻涕稠厚，多呈粘液性。有些人會有鼻涕倒流，刺激咽喉導致有咳嗽 或多痰、有些患者會出現常清喉嚨的動作。

此外，過敏性鼻炎則除了鼻塞外，也經常容易打噴嚏及流鼻水。有些病患甚至會伴隨有氣喘。

**下列事項請家長特別注意：**

慢性鼻炎是一個重要的慢性呼吸道疾病，因為下列特性：(1)嚴重鼻塞影響呼吸(2)夜間打呼嚴重(3)降低學習效率及工作生產力(4)長期張口呼吸，會導致顱骨發育障礙，上頷骨變長，顎骨高拱，牙齒排列不齊故請家長務必重視並帶至診所治療。

新一代的藥物及鼻噴劑不會造成嗜睡等不良副作用，安全性極高，診所醫師會根據症狀做出最佳搭配，促進貴子弟的學習效率及生活品質。若藥物治療效果不好，才考慮手術治療。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-扁桃腺腫大

各位親愛的家長：

「扁桃腺」是指位在口腔後方區域、懸壅垂(俗稱小舌頭)兩側的顎扁桃腺，算是呼吸道的「防衛哨口」，如同其他淋巴腺體一樣，可以過濾病菌並產生抗體，保護呼吸道不受病菌侵入，學齡兒童時是扁桃腺最發達的時期，因此扁桃腺的體積比較肥大。

導致睡眠時扁桃腺阻塞呼吸道，輕微者造成夜間打鼾，嚴重則會在睡眠時引起嚴重上呼吸道阻塞、睡眠時呼吸中斷、有些孩子還會表現夜間頻尿或尿床。

**下列事項請家長特別注意：**

重要的是，兒童的扁桃腺肥大輕則造成吞嚥困難，重則造成兒童睡眠呼吸中止，會影響心肺功能，有些兒童卻可能以上課注意力不集中或不專心的情況來表現，可先到當地診所做進一步評估及追蹤。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-斜頸

### 各位親愛的家長：

斜頸是指頸部因肌肉或骨骼問題，頭部往一方傾斜的意思。可分為先天或後天。先天性斜頸通常會表現臉部不對稱而後天性斜頸則較少。先天性斜頸較為常見，通常是因頸部胸鎖乳突肌纖維化，較少是因神經或骨骼異常。後天性斜頸則大多為胸鎖乳突肌或三角肌肉受傷或發炎。但須注意斜頸也有些致命的情況，需就醫釐清。

### 下列事項請家長特別注意：

若父母發現孩子有斜頸的情形，病程為突然性，較像是肌肉受傷或發炎，可先至附近診所尋求治療。但若有外傷病史、發燒、流口水、喘鳴聲、頭痛、嘔吐、神經學症狀、呼吸費力或持續超過一星期則暗示其他結構或感染的病因，應盡速至醫院就診。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 聯絡電話：7234284 敬啟

## 學生健檢健康問題衛教單-淋巴腺腫大

### 各位親愛的家長：

一般的人體有無數的淋巴結，而淋巴病變指的是直徑大於一公分的淋巴結腫大，這在小孩是一常見的徵狀。淋巴結為何會腫大呢？那是因為淋巴細胞暴露於感染原或被惡性細胞浸潤之後產生增殖所致。所以，大部分的淋巴結腫大與常見的小兒細菌或病毒感染有關，這些常能自發性地或在適當的治療後改善。相對地，一些嚴重的小兒疾病，例如惡性腫瘤，也常常以淋巴腺腫大為首要表現。除了上述的臨床表徵外，淋巴腺腫大在詳細的病史詢問及檢查後，常能得到適當的答案。

### 下列事項請家長特別注意：

淋巴結腫大的特性提供了初步的鑑別診斷，一個發紅發熱且有壓痛的淋巴結代表著急性細菌感染；若有波動的性質，則表示已形成膿瘍；軟而具有壓痛但不發紅的淋巴結，可能是病毒或其他系統性感染所致；堅硬有彈性而不具壓痛的淋巴結要考慮淋巴瘤；若腫大的淋巴結和周圍組織糾纏固定而不具壓痛，則要小心是否為惡性腫瘤或其他癌細胞轉移所致。身體多處淋巴結進行性地腫大，並伴隨有發燒、體重減輕、夜間盜汗或其他系統性疾病，則可能是淋巴瘤、結核病....等。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-甲狀腺腫大

各位親愛的家長：

甲狀腺腫是很正常的現象。100 個人裡面大約有 7 個有看得到或摸得到的結節；如果是照超音波，大概有 40 個人會看到大小不一的結節，當檢查愈來愈方便，發現甲狀腺腫的人自然也變多。

基本上甲狀腺腫可以簡單分成兩大類，一類是瀰漫性的腫大，也就是整個甲狀腺腫起來，缺碘、功能亢進或低下、細菌或病毒感染都是可能的原因；另一類則是一顆顆的結節腫。以下是可能造成腫大的幾個原因：1. 缺碘及喝地下水 2. 甲狀腺亢進或低下 3. 細菌、病毒感染 4. 結節。醫師的觸診檢查型態可初步分辨組織上有無異常腫大或結節；而抽血則是看甲狀腺功能有沒有低下或亢進，因為甲狀腺腫大可能伴隨著功能低下或亢進，甚至是正常功能。

**下列事項請家長特別注意：**

當體檢理學檢查懷疑甲狀腺腫大時，應門診追蹤做進一步的確診。常見的檢查包括抽血檢查甲狀腺功能，可進一步指引造成甲狀腺腫大的原因。另外可安排甲狀腺超音波檢查，看看是否有結節或囊腫！若您的孩子已確認診斷者，則繼續觀察治療即可。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-心律不整

### 各位親愛的家長：

當家長一聽到小朋友被診斷出心律不整，第一時間總是會很擔心是不是有心臟病。所謂心律不整，就是心臟節律不正常。一般正常心跳速率的定義是每分鐘 60 至 100 下，且大部份的人在 60 至 80 下之間，而且是從正常的竇性節律點所發出的。通常心律不整分為兩大類，即心跳過快或心跳過慢兩種。

正常人的心跳速率會受到許多因素的影響而改變，例如運動時心跳會加快，而休息或睡覺時心跳會變慢。另外諸如自主神經興奮與否、咖啡或茶的刺激、發燒、緊張、壓力過大、疼痛、缺氧、貧血或肺栓塞、低血壓、藥物、及心臟的問題，均可能使心跳速率及節律有所改變。另外一種是心臟內多出一或兩個以上的節律點，或者多出一或兩條以上傳導路徑，使得心跳節律及速率均異於平常。

若懷疑病人有心律不整，一般會安排心電圖檢查，然而許多病人的心律不整不是持續的，而是偶發或陣發性的，此時醫師會建議安排二十四小時心電圖檢查。

### 下列事項請家長特別注意：

學童被檢查到有心律不整，請家長記得請專業醫師做確診確定心律不整的原因及種類，來分別治療。以台灣醫療水準，心律不整皆能獲得良好的治療。若您的孩子已確認診斷者，則繼續觀察治療即可。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-心雜音

### 各位親愛的家長：

當家長一聽到小朋友被診斷出心雜音，第一時間總是會很擔心是不是有心臟病。但很多時候，心雜音的產生是一種生理現象，也就是說心臟血管的結構功能都正常，僅僅是因為血液的流動撞擊這些器官時所引起的聲音，這樣的心雜音可以廣泛地歸類成「功能性」或「良性」的心雜音。大部分的心雜音是屬於良性的。在過去的統計中，至少 30%的小朋友在生命中的某一時期都曾出現過這樣的良性心雜音，特別是在幼稚園及小學低年級的階段。

但心雜音的出現也有可能是因為心臟血管本身的結構功能出了問題，導致血流在特定位置出現亂流的現象，這樣的心雜音就是一種心臟病的表徵，稱為「病態」的心雜音。

專業的醫師可以透過仔細的心臟聽診，有時輔以儀器的檢查就可以分辨出這兩大類的心雜音，並且找出引起病態心雜音的真正心血管問題所在。

### 下列事項請家長特別注意：

學童被檢查到有心雜音，請家長勿過度擔心，但要記得請專業醫師做確診，通常很快就能判斷是否僅是良性的心雜音。雖然有一部分小朋友的心雜音是心臟病的表現，但以目前台灣的醫療水準來說，只要及時獲得正確的診斷，絕大多數的心臟病童都能獲得良好的治療。若您的孩子已確認診斷為功能性心雜音者，則繼續觀察即可。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-呼吸聲異常

### 各位親愛的家長：

我們可藉不同的呼吸型態了解孩子可能發生的疾病，淺快的呼吸通常代表有結構的異常、肺部的感染或代謝性疾病。緩慢的呼吸則通常代表中樞神經病變、代謝疾病、及藥物作用。劇烈運動、代謝性酸中毒則會表現深且快速的呼吸型態。氣喘病人則會有延長吐氣階段的表現。而不同的呼吸聲異常也可能代表不一樣的疾病。

### 下列事項請家長特別注意：

若父母發現孩子的呼吸型態或呼吸聲異常，可先至診所就診尋求治療。但若孩子活力變差、意識不清、呼吸費力，則應盡快至急診就醫。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 聯絡電話：7234284 敬啟

## 學生健檢健康問題衛教單-胸廓異常

### 各位親愛的家長：

胸廓由胸椎，胸骨，肋骨和肋間組織組成。正常胸廓外形兩側大致對稱，成人胸廓前後徑較左右徑短。檢查時若發現胸廓大小，形態發生明顯改變，失去常態，造成胸廓對稱性或非對稱性形態改變即為胸廓異常，因組成胸廓各組織結構變形程度不同，故而表現出各種形態的胸廓異常。胸廓形狀的改變可為各種各樣，如扁平胸，桶狀胸，雞胸，漏斗胸，胸廓單側或局限性變形等。

胸廓形態異常可由於胸內或全身性疾病引起，也可由於先天性原因所致。胸廓變小可考慮先天性胸廓畸形，長期臥床的患者，佝僂病以及肥大性腺樣體增生症等；胸廓變大者多為桶狀胸，見於慢性支氣管炎，支氣管哮喘，肺氣腫以及肥胖體型者。

### 下列事項請家長特別注意：

胸廓異常的學童並非只是外觀問題，建議家長必須帶孩子到醫院做進一步去檢查，至少需血液檢查，X光攝影，肺功能測試，做審慎評估以排除上述可能疾病。若您的孩子已確認診斷者，則繼續觀察治療即可。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-男性女乳症

### 各位親愛的家長：

所謂「男性女乳症」就是男性的胸部但是看起來像女性的乳房就可以叫男性女乳症，或用食指與拇指掐起乳暈部位，若皮膚厚度超過兩公分或比腋下皮膚厚，就有可能是男性女乳症。男性女乳症可分為兩類，第一類稱為「原發性的男性女乳症」，成因與家族遺傳、後天飲食或肥胖相關。第二類則稱為「病理性的男性女乳症」，是經由一些疾病或藥物所引起的，而這些病理性因素必須對症治療才行。

男性女乳症多發生於青春期的男孩，據統計一般 12~15 歲的青春期男生發生率在 60~70%，因荷爾蒙的變化，胸部會稍微變大，這種乳房隆起的現象通常會持續一到兩年，之後自然消失，但約有 7%的人不但不會消退，反而越來越大，稱為「男性女乳症」。最好等青春期發育完成之後再決定是否手術處理。

### 下列事項請家長特別注意：

青春期的男性女乳症是良性、生理的過程，常見於青春期的男生，通常發展於 10-12 歲，在 13-14 歲有最高峰的發生率，85-90%會於六個月至兩年間復原，故對於大部分青少年建議先觀察。若您的孩子已確認診斷者，建議轉介您可信任的醫師繼續觀察追蹤。但飲食須避免高熱量食物，若合併兒童肥胖問題建議諮詢醫師，健康減重。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-腹部異常腫塊

### 各位親愛的家長：

腹部腫塊是指在腹部檢查時可觸及到的異常包塊。常見的原因有臟器腫大，空腔臟器膨脹，組織增生，炎症粘連及良惡性腫瘤等。腹部腫塊主要依靠觸診檢查。觸診如果發現腫塊應注意腫塊的位置、大小、形態、質地、有無壓痛及移動度，藉此來鑒別腫塊的來源和性質。

### 下列事項請家長特別注意：

當體檢理學檢查懷疑腹部異常腫塊時，應到醫院兒科門診追蹤做進一步的確診。門診醫師可能安排腹部超音波檢查，腹部 X 光攝影等。另外常見的檢查包括血液檢查，可進一步指引是否有炎症反應。若您的孩子已確認診斷者，建議繼續觀察追蹤。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-包皮過長與包莖

### 各位親愛的家長：

本次學生健康檢查發現多數男生的包皮過長，甚麼是包皮過長？在醫師的認定，若包皮折繞在龜頭上，同時把整個龜頭完全覆蓋時，稱之包皮過長。在國小階段係屬於生理性現象，只要龜頭能夠自由的伸縮自如，一點也不妨礙，乃是正常的現象。請家長不須過分擔心，但需要教導自己的孩子維持良好個人衛生習慣，保持清潔即可避免因包皮過長又無法清潔造成的慢性刺激或感染。

### 下列事項請家長特別注意：

- 1.指導孩子清洗方法：把包皮後推到冠狀溝以上，每天清除附在其上的包皮垢，但務必記得洗後一定要再翻回原狀，否則極易造成龜頭缺血，甚至壞死。
- 2.如果龜頭有紅腫等發炎現象，則必須立即就醫。
- 3.另一種情況如果包皮完全裹住龜頭，不能翻捲到冠狀溝，使龜頭不能暴露出來的情形稱之為包莖，則需要接受小兒外科或泌尿科診所的治療。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-隱睪症

### 各位親愛的家長：

睪丸在胎兒期發育時是位在後腹腔中，然後經鼠蹊部進入陰囊。正常睪丸的位置是在陰囊中，且兩側大小差不多，睪丸在下降的過程中，若受到障礙，可能只摸到一側或兩側都摸不到睪丸，就是所謂的隱睪症。若睪丸一直留在腹腔，大約一年後，睪丸組織就可以發現一些不正常的變化。四歲後，就有大量纖維沈積。六歲後，則製造精蟲的精原細胞就會減少。若是兩側性的隱睪症，則病患可能面臨不孕的問題。隱睪症的睪丸在腹腔內停留到青春期後，睪丸的大小可能正常，但已沒有產生精蟲的能力了，且甚至會產生惡性的睪丸癌。

### 下列事項請家長特別注意：

隱睪症可能合併的問題很多，若父母摸不到小孩的睪丸時，建議家長可帶孩子到醫院小兒外科或泌尿科檢查。如果真的在陰囊內摸不到睪丸，就要接受進一步的檢查。最基本的是先做超音波掃描，其他如電腦斷層攝影、核磁共振攝影、血管攝影等都可以用來幫忙找出隱睪的位置。對於停留在高位腹腔內的睪丸或是各種檢查都找不到的睪丸，腹腔鏡手術的檢查和治療是要比傳統的手術治療方式理想。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-陰囊水腫及疝氣

### 各位親愛的家長：

陰囊腫大常見原因為陰囊水腫及疝氣。睪丸在胎兒期時位在後腹腔，後經腹股溝管下降入陰囊。大部份男嬰出生時腹股溝管已封閉，有些人則在六個月內封閉。若腹股溝管仍暢通，腹腔內的水進入陰囊成為陰囊水腫。若腹股溝管口徑大，連腹腔內的腸子也可進入腹股溝管，就是疝氣。陰囊水腫若超過一歲以上，則自行吸收癒合的機會小，應該接受治療。大部份的疝氣只是腹股溝或陰囊腫大，沒有其他症狀。較大的疝氣可能有腫漲不適感。若腸子卡在小洞中無法退回，且越卡越緊，影響血液循環，原來不會痛的疝氣會變得又腫又痛，即所謂箱頓性疝氣。病人會因腸阻塞而嘔吐、脫水、休克，甚至腸道因缺血而壞死穿孔，造成腹膜炎。

### 下列事項請家長特別注意：

外觀上的陰囊腫大，有可能是因為陰囊水腫或疝氣。若父母發現小孩的陰囊或腹股溝腫大時，建議家長可帶孩子到醫院小兒外科或泌尿科檢查。若陰囊或腹股溝處突然變的又腫又痛，就要小心是箱頓性疝氣，此時應該立即帶小孩前往醫院急診室接受治療，以避免腸道壞死。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-精索靜脈曲張

### 各位親愛的家長：

精索靜脈曲張就是在陰囊上方的血管，發生不正常的扭曲。較嚴重的精索靜脈曲張在站立或閉氣腹部用力時，可看到陰囊中有靜脈曲張，用手觸診有一小袋蚯蚓的感覺。精索靜脈曲張多無症狀，有時主訴陰囊鈍痛、睪丸萎縮、站久時陰囊有酸痛及沉重感、走動或運動後不定時的痠痛及脹痛。精索靜脈曲張可能使睪丸溫度較高，或血流較少造成缺氧，而影響精子品質。如果造成25%精子數目降低、不正常或不良，15%精子活動力變差時，就可能引起不孕。

### 下列事項請家長特別注意：

若父母在小孩的陰囊上摸到一袋像蚯蚓般的腫脹血管。建議家長可帶孩子到醫院小兒外科或泌尿科進一步檢查。若出現劇烈的腰部及睪丸疼痛時，則應該立即帶小孩前往醫院急診室接受治療。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-多併指

各位親愛的家長：

指頭多一根或併在一起，是兩種最常見的手部先天性畸形。多指症多發生於拇指側，發生於小指側者則常合併其他先天性異常，較複雜的多指症可附生於正常指的骨頭任一部位，為了得到最佳的功能及外觀，一般建議一歲以後動手術。併指畸形常合併其他症候群，單純的併指畸形僅有皮膚相連，複雜者連骨頭也連在一起，一般建議到學齡前再作分離及植皮手術，因這時小孩較聽話，植皮也較容易成功。過早的手術容易有再度粘連、手指彎縮或旋轉變形等問題，但若併指發生於長短指之間，尤其是有骨頭相連，不等速的成長會造成變形，或複雜性的多重併指畸形需多次手術時，則考慮於一歲以前作矯正手術，以減少指節的變形。

下列事項請家長特別注意：

家長若發現孩子有多併指情形，可轉診至兒童骨科進一步治療，以獲得手指最佳功能及外觀。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 聯絡電話：7234284 敬啟

## 學生健檢健康問題衛教單-脊椎側彎

各位親愛的家長：

脊椎側彎是指脊椎左右彎曲變形，為發育中青少年較常見的脊椎骨畸形。一般而言，女孩與男孩比例為 9: 1，以發育中的女性居多，發生率為青春人口 2-5%。潛在上，這是一種漸進性狀況，最後會導致骨盆、椎骨及胸腔結構上的變形。

遇到小孩有此情形，先全脊椎 X 光評估側彎角度，並定期 X 光追蹤，看角度有無變化。一般有痠痛可熱敷電療拉筋舒緩疼痛，情況惡化可穿背架(俗稱鐵衣)矯正，嚴重影響心肺功能者就需手術治療。

下列事項請家長特別注意：

重要的是如何保持正確姿勢以防止脊椎螺旋狀彎曲加重病情。而持之以恆的脊椎伸展運動才是最佳的治療方式。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-蹲踞困難

### 各位親愛的家長：

所謂蹲踞困難是指兩膝併攏，腳跟著地時無法蹲下，蹲下時會向後跌倒，必須腳跟抬高或兩腳分開才蹲的下去。蹲踞困難的原因很多，蹲不下去主要是髌，膝，踝關節活動受限到一定程度，可分別測這三關節活動度是否受限，蹲踞困難要有一定角度關節活動受限才會產生。以前屁股注射針劑可能引起臀大肌攣縮，蹲下必須張開兩腳才不致跌倒，俗稱青蛙肢，現較少見，大多因為阿基里肌腱(跟腱)太緊，當腳踝背屈少於二十五度時，即無法進行蹲下動作，必須腳跟離地或交換腳蹲下才行。

### 下列事項請家長特別注意：

目前青蛙肢很少見，大多蹲踞困難是因為腳跟太緊。治療方面，除了腦性麻痺患者需注射肉毒桿菌或接受肌腱放鬆術外，一般正常行走的人是不需治療，但可尋求專業醫師意見，自行熱敷後做弓箭步跟腱伸展運動，並穿著適合鞋子，預防足底筋膜炎或其他足關節炎問題。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-扁平足

### 各位親愛的家長：

扁平足，正常足弓減低或塌陷的一種疾病。亦稱平足症、平底足。只是一個「徵候群」，有些根本不需治療，有些需要矯正輔助器，有些只需要症狀治療，有些則真正需要手術治療。因此，正確的診斷及分類，是正確的治療與處理的最重要一步。3歲以前的小朋友，全身的關節韌帶都比較鬆弛，腳的肌肉力氣也不夠，再加上腳底厚厚的脂肪層，足弓自然就看不見。等到再長大一點，甚至要到10歲足弓就會慢慢出現！

### 下列事項請家長特別注意：

矯正鞋的目的有兩個，一個是在內側足底加一個內襯墊以支撐足弓，另一個目的是防止足踝的外翻。並不是所有的小朋友扁平足都需要穿，要穿最好經過醫師的診斷！很多人用了反而加劇足底疼痛。

有的結構性扁平足還是需要手術的；例如，手術切除附生舟狀骨再把後脛骨肌縫到舟狀骨上，或把不正常的蹠骨融合分開；或把垂直的距骨矯正回正確的位置；或把過度矯正的內翻足再加以修飾等等。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-關節變形

### 各位親愛的家長：

造成關節變形的病因非常廣泛，包括感染性關節炎、幼年型類風濕性關節炎等。一般感染性關節炎通常關節發生紅腫熱痛約兩至三個星期，若幼童關節發炎、疼痛、腫脹、發熱超過六個星期，且排除其他原因不明的慢性關節炎，就有高度機會是罹患幼年型類風濕性關節炎。幼年型類風濕性關節炎是一種自體免疫性疾病，患者關節腔內滑膜容易發炎，當大量的發炎細胞聚集在關節內，就會產生紅熱腫痛等症狀，接著開始侵蝕骨頭、肌肉及韌帶，造成患者關節變形無法正常活動，甚至失去行動力。

### 下列事項請家長特別注意：

若父母發現小孩常出現腳痛、關節痛，有局部或廣泛性關節變形，影響正常關節活動及功能的關節變形，合併發燒、皮膚疹、關節紅腫熱痛等症狀，以及任何原因不明的關節變形，均應及早帶孩子至醫院小兒風濕免疫科做進一步檢查，掌握治療黃金期，才能免於關節遭受破壞或永久變形，影響肢體行動。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-水腫

### 各位親愛的家長：

水腫的原因非常廣泛，可能是體質性、藥物、肝臟、心臟、腎臟或局部血管或淋巴管阻塞引起的。大部份人水腫的發生是體質性的，不須任何治療。但最好能在發生時，請醫師作一簡單的心、肝、腎、腎上腺的篩檢，即可確知病因，早期治療，或長期觀察追蹤。

### 下列事項請家長特別注意：

若父母發現小孩有廣泛性水腫合併盜汗、喘、心臟病史、黃疸、腹痛、茶色尿、蛋白尿、生長遲緩等，可能與心肝腎等重要器官病變相關，建議家長可帶孩子到醫院檢查。局部過敏反應或感染引起之局部性水腫，通常於過敏反應及感染好轉後即可改善，可先轉至診所進行衛教及治療。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-濕疹

### 各位親愛的家長：

濕疹是皮膚發炎性問題，臨床上的症狀有發紅、癢、水泡、脫屑、乾裂、滲液或結痂等諸多表現，很多民眾以為潮溼是造成濕疹的主因，事實上並非如此，濕疹可能和基因有關，例如異位性皮膚炎或脂漏性皮膚炎(又稱為異位性濕疹或脂漏性濕疹)，也可能是外在因素所引起的，例如流汗、過度清潔、氣候乾燥或接觸其他的物質造成的皮膚刺激，華人文化經常把皮膚癢歸咎於食物過敏，事實上食物過敏通常會產生全身性皮疹及腸胃道症狀，因此過敏雖然視是造成濕疹的原因之一，只是比例不高。

### 下列事項請家長特別注意：

濕疹的居家照顧在清潔上先不要使用肥皂或沐浴乳，單獨用清水洗澡，並且塗抹不含香料的乳液或乳霜，所謂嬰幼兒專用的乳液只是廠商創造出來的行銷名稱，不需要特別購買這些產品，對於症狀較嚴重或持久不癒的濕疹，請找診所醫師診治，找出可能的原因，才能避免病情反覆，並依照發生部位及症狀的不同，給予不同強度強度及劑型的藥物。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單- 皮膚咖啡牛奶斑

### 各位親愛的家長：

皮膚咖啡牛奶斑通常在出生時或出生後不久不久出現，屬於一種「胎記類」的斑點，發生率在 10%左右，顏色可以從淺棕色到深棕色，大小不一，有的邊緣平滑，有的邊緣卻呈現鋸齒狀，身體任何部位皆可能出現，皮膚咖啡牛奶斑不會造成任何的身體不適，但是數目多時，必須注意是否合併其他先天性異常，如多發性神經纖維瘤等等。

### 下列事項請家長特別注意：

如果皮膚咖啡牛奶斑的數目在五個或五個以下時，大多數不會合併其他身體的異常，如果造成外觀上的困擾，可以考慮用雷射去除，但是雷射治療的效果不一，且容易復發，因此建議先治療小區域，看效果如何再考慮是否接受進一步的治療，倘若皮膚咖啡牛奶斑的數目在六個以上，請找皮膚科醫師確認是否合併其他的身體異常

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-癬

### 各位親愛的家長：

癬是指皮膚遭受皮癬菌感染所造成的問題，它在外觀上會有邊緣脫屑搔癢發紅，並且繼續往外擴大，中心的部分反而比較接近正常皮膚，甚至毫無症狀。由於黴菌喜歡濕熱的環境，癬也特別容易在夏天發生，臨床上最常見的部位有腳部(足癬及香港腳)、大腿內側或臀部(股癬)及身體(體癬)，大多的癬是人傳人，但是由寵物傳染的人的癬亦不少見。

### 下列事項請家長特別注意：

夏天是癬患發生的高峰期，除了讓身體保持乾燥涼爽外，應避免穿著他人的衣物與鞋子，並請皮膚科醫師診治，切勿自行擦拭藥膏，以免癬患惡化，如果懷疑是動物傳染的癬患，也應避免與寵物或其他動物接觸。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-疣

### 各位親愛的家長：

病毒疣就是病毒感染的病灶，閩南語叫「魚鱗贅」，是人類乳突瘤病毒接觸到皮膚或黏膜而感染，疣有多種樣貌，依感染部位有所不同，常見的病毒疣種類包括尋常疣、足底疣、扁平疣及傳染性軟疣，平均潛伏期是四個月，病毒疣最常由人傳染給人，有時是經由其它物體，如毛巾、衛浴設備、日常生活用品傳播。

### 下列事項請家長特別注意：

因為病毒疣本身具有傳染性，治療並不容易，需要液態氮冷凍治療三週到三個月，每間隔一到兩週治療一次，才能有效治癒病毒疣，另外病灶處應盡量保持乾燥，避免病毒繼續散播，家裡如果有其他人感染病毒疣時，也應該一起治療，至於有些太深的疣，光靠冷凍治療是無法處理乾淨的，就必須考慮用手術切除或其他方式去除。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-紫斑

### 各位親愛的家長：

紫斑是因為皮下出血所引起的皮膚紅紫色斑點，一般出血範圍大小在三毫米(3mm)以下者稱為出血點，在三毫米以上者為淤斑，若是摸起來是平的，不痛不癢，且分佈僅止於四肢，也沒有合併黏膜出血，大多是良性的紫斑症，可能來自於老化、血管脆弱、輕微血小板下降或是血小板功能異常，若是摸起來有突出感，但不痛不癢，紫斑又常在關節周圍，且有合併傷口難以癒合或是流血難止的情況，必須考慮凝血功能異常的相關問題，若是紫斑摸起來有疼痛感時，大多數是血管炎所造成。

### 下列事項請家長特別注意：

由於紫斑的原因眾多，如果沒有在沒有受傷的情況下，皮膚莫名其妙地出現出血點或瘀青時，請找醫師確認診治，找出造成紫斑的原因，以免延誤病情。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-疥瘡

### 各位親愛的家長：

「疥瘡」是一種因皮膚感染到疥蟲所造成的皮膚病，疥蟲為一種寄生在人體皮膚表面的寄生蟲，約只有針尖大小，肉眼幾乎看不到，很容易傳染給他人，由於疥蟲喜歡分佈在人體皺摺處及較柔軟的地方，所以在手指間、腳趾縫、腋下、下腹、屁股、陰部等處會長出奇癢無比的疹子，晚上棉被蓋上後會更癢，讓人難以入眠。

### 下列事項請家長特別注意：

疥瘡是一種相當容易醫治的皮膚病，只要醫師的診斷正確及治療方法正確，病人很快就可治癒，由於疥瘡傳染性很高，所以全家或團體中只要過同一張床，或共用過相同被褥及衣物的每一個人，無論有無出現症狀最好都要接受治療，不能只醫治發病的人，以免疥蟲如打乒乓球似地傳來傳去，永遠無法根絕。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-蹲踞困難

### 各位親愛的家長：

所謂蹲踞困難是指兩膝併攏，腳跟著地時無法蹲下，蹲下時會向後跌倒，必須腳跟抬高或兩腳分開才蹲的下去。蹲踞困難的原因很多，蹲不下去主要是髖，膝，踝關節活動受限到一定程度，可分別測這三關節活動度是否受限，蹲踞困難要有一定角度關節活動受限才會產生。以前屁股注射針劑可能引起臀大肌攣縮，蹲下必須張開兩腳才不致跌倒，俗稱青蛙肢，現較少見，大多因為阿基里肌腱(跟腱)太緊，當腳踝背屈少於二十五度時，即無法進行蹲下動作，必須腳跟離地或交換腳蹲下才行。

### 下列事項請家長特別注意：

目前青蛙肢很少見，大多蹲踞困難是因為腳跟太緊。治療方面，除了腦性麻痺患者需注射肉毒桿菌或接受肌腱放鬆術外，一般正常行走的人是不需治療，但可尋求專業醫師意見，自行熱敷後做弓箭步跟腱伸展運動，並穿著適合鞋子，預防足底筋膜炎或其他足關節炎問題。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-黑色棘皮症

### 各位親愛的家長：

在一些兒童、青少年、及成年人，特別是肥胖者，有時可發現他們的頸部有一圈顏色較黑的區域，這種現象，在醫學上稱為「黑棘皮症」(acanthosis nigricans)。黑色棘皮症分佈部位以頸部周圍最多，其次為腋下，少數出現於手肘或膝蓋。黑色棘皮症本身並非疾病，但它可能與肥胖、糖尿病、代謝症候群，或多囊性卵巢症候群等相關。

### 下列事項請家長特別注意：

由於黑色棘皮症為胰島素抗性的表徵，所以對於大於十歲且體重過重的兒童（BMI 在 85 百分位以上）若出現黑色棘皮症，我們建議可就近至診所接受血糖檢查。如果血糖正常，仍需進行生活型態調整，注意飲食中的油脂與熱量攝取，減少勾芡，以低油烹調為原則，例如清蒸、水煮、烤、清燉、滷等。攝取充足的膳食纖維，例如從未加工的豆類、水果、蔬菜、全穀類等食物。多運動，並且每三年追蹤血糖的狀況。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 聯絡電話：7234284 敬啟

## 學生健檢健康問題衛教單-BMI(身體質量指數)偏高

各位親愛的家長：

兒童與青少年的肥胖問題其嚴重程度已被歸列為流行疾病，肥胖是以身體質量指數 (body mass index, BMI) 作為臨床診斷的指標，彰化縣學童健檢是以超過 97 百分位作為通知家長以注意貴子弟此問題的標準。會導致肥胖的因素有很多，包括遺傳、環境、代謝、生活型態、以及飲食習慣皆扮演了息息相關的角色。然而大於 90% 的個案其原因是不明的，而低於 10% 的個案則是與賀爾蒙或遺傳因素有關。肥胖問題會有多種隱藏的疾病如骨骼異常、呼吸道疾病、醣類代謝異常、心理與社會障礙、心臟病及高血壓等等，因此對此應多重視。

下列事項請家長特別注意：

兒童及青少年肥胖篩檢及健康照護，不宜以「少吃一點、多動一點」來應對。理想的兒童或青少年減重計畫必須包括：維持正常的身高生長、安全的生理代謝、保存瘦體質及盡可能減少飢餓感、不致於引起精神上的問題等，宜諮詢醫師採用整合醫療模式包括：健康照護、社區資源、自我照護的慢性照護模式，才會達成更有效的成果。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-高血糖症

各位親愛的家長：

血糖指血液中的葡萄糖，消化後的葡萄糖由小腸進入血液，並被運輸到身體中的各個細胞，是細胞的主要能量來源。凡飯前血糖超過 120mg/dl 或飯後兩小時血糖超過 160mg/dl，即可視為高血糖症，高血糖症又分為持續性高血糖症及暫時性高血糖症。造成高血糖症的原因很多，包括感染、飲食過量、情緒壓力，症狀因病情而異，可能有噁心、嘔吐、腹痛異常、肌腱反射、多尿、脫水及心悸。其中最常見的一個原因為胰臟的胰島素分泌過少，使得攝取的碳水化合物無法被有效的利用，使得體內的脂肪會被分解，形成酮體而造成「酮酸中毒」，嚴重時可能休克。

下列事項請家長特別注意：

若懷疑出現高血糖急症時應立即驗血糖、可以吞食的情況下多喝開水並立即就醫。預防高血糖的復發方法為遵醫囑按時、按量服藥或注射胰島素、定期監測血糖或尿糖、按時回醫院複診、遵守飲食計畫並定時運動。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 聯絡電話：7234284 敬啟

## 學生健檢健康問題衛教單-高尿酸血症

各位親愛的家長：

尿酸是人體普林代謝的最終產物，主要由肝臟生成，經尿液排出，部份由腸道分解。體內尿酸濃度主要由食物量加體內合成與排泄量的淨值平衡所決定。當其產生過多(肥胖、喝酒、飲食攝取遺傳體質)或排泄過低(藥物使用、身體其他疾病、遺傳體質)時皆可使血中尿酸值升高，男生大於7mg/dl 或女生大於6mg/dl，則為高尿酸血症。尿酸過高不一定會得到痛風，但尿酸易沉澱於軟組織如腎臟或關節，若沉澱在關節軟組織會造成白血球浸潤及釋出細胞介質，使身體某關節紅腫熱痛，甚至無法走路，就是急性痛風。高尿酸血症患者也易合併肥胖、高血壓、高膽固醇、缺血性心臟病等疾病。

下列事項請家長特別注意：

長期痛風反覆發作，將導致痛風石、慢性關節炎及腎臟病變，故高尿酸血症平日的保養是很重要的。應盡量讓學童維持理想體重，並避免攝取高普林類食物，如內臟、有殼海鮮、菇類、豆類及高湯類，多喝水並禁食酒類及油炸食品。尿酸值在7-8.5mg/dl者，應於首次篩檢後6-12個月再追蹤尿酸值，尿酸值大於8.5mg/dl或急性痛風發作則應就近就醫接受評估治療。  
彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 聯絡電話：7234284 敬啟

---

## 學生健檢健康問題衛教單-GOT(麩草酸轉胺酶過高)過高

各位親愛的家長：

GOT(麩草酸轉胺酶)存在於心肌、肝臟、骨骼肌、腎臟、腦部、胰臟、肺臟及血球中，由於新陳代謝的關係，人體的細胞都會不斷地製造及破壞，正常人血液中的麩草酸轉胺酶會保持一定的量，當器官遭到嚴重破壞時，細胞內的麩草酸轉胺酶便會流入血液中，血清中的麩草酸轉胺酶會上升，其中又以心臟損傷時上升最為明顯。麩草酸轉胺酶過高的原因很多，並根據其上升的程度與時間為不同疾病的指標，包括心臟、肝臟損傷、運動過度等等。

下列事項請家長特別注意：

對於血清中麩草酸轉胺酶過高的患者，建議家長必須帶孩子到去醫院做進一步檢查，找出造成此症狀的病因再進一步治療，因為麩草酸轉胺酶過高是多種疾病的共同臨床症狀，其中最急性的疾病為心肌梗塞，然而作息不正常、飲食過量、運動過度也可能導致血清中麩草酸轉胺酶過高。

彰化縣政府教育處  
彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單- GPT(麩丙酮酸轉胺酶)過高

各位親愛的家長：

GPT(麩丙酮酸轉胺酶)存在於心肌、肝臟、骨骼肌、腎臟、腦部、胰臟、肺臟及血球中，由於新陳代謝的關係，人體的細胞都會不斷地製造及破壞，正常人血液中的麩丙酮酸轉胺酶會保持一定的量，當器官遭到嚴重破壞時，細胞內的麩草酸轉胺酶便會流入血液中，血清中的麩草酸轉胺酶會上升，其中又以肝臟損傷時上升最為明顯。麩丙酮酸轉胺酶過高的原因很多，並根據其上升的程度與時間為不同疾病的指標，包括肝功能異常、肝硬化、肝癌、心肌梗塞等等。

下列事項請家長特別注意：

對於血清中麩丙酮酸轉胺酶過高的患者，建議家長必須帶孩子到去醫院做進一步檢查，找出造成此症狀的病因再進一步治療，因為麩丙酮酸轉胺酶過高是多種疾病的共同臨床症狀，而台灣是病毒性肝炎普遍的地區，因此如果麩丙酮酸轉胺酶偏高最可能的原因就是慢性 B 型肝炎，C 型肝炎或者是脂肪肝所引起。

彰化縣政府教育處  
彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-B 型肝炎

各位親愛的家長：

B 型肝炎帶原者是指一個人受到 B 型肝炎感染後，未能將病毒清除，表示 B 型肝炎病毒持續存活於該人之血液及肝細胞內，因此血液中可持續測得 B 型肝炎表面抗原。因此根據驗血檢驗 B 型肝炎表面抗原與抗體，可以了解目前身體中的 B 肝病毒情況。B 型肝炎表面抗原 (H BsAg) 陽性，是為帶原者；表面抗原陰性時，應驗表面抗體 (Anti-H Bs)，如表面抗體陽性則表示已有抵抗力；如表面抗體也陰性則表示未曾感染過 B 型肝炎，應接受疫苗注射。

下列事項請家長特別注意：

帶原者 (H BsAg 陽性) 必須注意不要傳染給別人，並進一步檢查且定期追蹤。此時可以作肝功能試驗及超音波檢查，以得知個人是處於健康帶原者、慢性肝炎、或肝硬化之狀態，並評估病毒的存活量。身為 B 型肝炎帶原者最大的風險在於提高了肝病發生率，但只要治療後定期追蹤檢查，可以使風險降到最低。

彰化縣政府教育處  
彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-高膽固醇血症

### 各位親愛的家長：

高血脂症除會導致心臟疾病之外，也與腦中風、高血壓、糖尿病、腎病等慢性疾病息息相關。膽固醇或三酸甘油酯濃度升高時，容易造成血管內皮細胞功能異常。人體內的膽固醇約三分之二由肝臟製造，另外三分之一則由飲食中攝取得來，因此經常吃高膽固醇食物膽固醇會偏高。

### 下列事項請家長特別注意：

膽固醇過高的病人應該避免攝取高膽固醇食物，特別是已經有糖尿病、冠狀動脈心臟病、其他心血管疾病的患者。適度規律而穩定的運動，且建議應該戒煙，並避免過度飲酒。若上述的建議無法將血膽固醇控制在理想範圍內的話，可以在醫師的指示下，按時服用降膽固醇藥物，並定期回診監測血中膽固醇的濃度。

彰化縣政府教育處  
彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-三酸甘油酯過高

### 各位親愛的家長：

三酸甘油脂的形成大多來自碳水化合物，比如米飯、麵包或油脂類食物，經由腸道的吸收，在肝臟內合成。血液中三酸甘油酯過高有兩種情形，一是持續性的，二則是只在飯後濃度暫時性升高，特別是吃了多脂肪、多油的飲食之後。而糖尿病、腎臟病、肥胖、甲狀腺功能低下等疾病則會因三酸甘油酯過高而提高發生率。數值過高時會到至血管硬化，另外也可能引起急、慢性胰臟發炎。

### 下列事項請家長特別注意：

三酸甘油脂的患者應聽從醫師的提醒控制飲食，應盡量少吃高糖分、高油脂的食物，比如珍珠奶茶、蛋黃酥、奶油類食物、酥皮類食物、內臟等，且不要喝酒，以免酒精讓血液中的三酸甘油酯增多。而在三酸甘油酯的治療上，藥物只是輔助角色，患者若好好控制飲食、規律運動，三酸甘油酯數值便會逐漸恢復正常值，及不須再服藥了。

彰化縣政府教育處  
彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單- BUN(血清尿素氮)過高

各位親愛的家長：

BUN(血清尿素氮)為 Blood urine nitrogen 的縮寫，是由肝臟代謝蛋白質產生的代謝物，由腎臟過濾排出，臨床上用於評估腎臟功能、監控病情。當腎臟受損或腎功能障礙時，腎臟排除功能降低使 BUN 上升，BUN 太高會對身體產生毒性，危害器官。

下列事項請家長特別注意：

對於 BUN 上升的患者，建議家長必須帶孩子到醫院去做進一步的檢查，以即早確定原因並治療。BUN 偏高的可能病因為腎功能受損、腎前氮血症、脫水等等。若患有慢性腎疾病者應持續門診追蹤與治療、養成良好的生活習慣、降低食用醃製與燻製的食品。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-肌酸酐(Creatinine)過高

各位親愛的家長：

肌酸酐(Creatinine)是人體活動時，肌肉所產生的一種代謝產物，釋放到血液裡經腎臟從尿液排出體外，且比較少受食物等環境因素的影響。當腎臟功能受損時，就無法正常地清除血液中的肌酸酐，因此從抽血檢驗肌酸酐的濃度可以判斷腎臟功能的狀況。肌酸酐增加原因可能有腎機能不全、尿路阻塞等等。

下列事項請家長特別注意：

對於肌酸酐過高的患者，建議家長必須帶孩子到醫院做進一步檢查，因為測量血中肌酸酐濃度並非檢視腎功能唯一的方法，應做其他檢驗確認病因，包括尿液檢查、腹部 X 光攝影、腎臟超音波檢查等等。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-肌酸酐(Creatinine)過低

各位親愛的家長：

肌酸酐(Creatinine)是人體活動時，肌肉所產生的一種代謝產物，釋放到血液裡經腎臟從尿液排出體外，在不運動的時候會降低，且比較少受食物等環境因素的影響。肌酸酐量與肌肉量成正比，所以肌肉量減少，肌酸酐量減少，因此大多數男性的肌酸酐會比女性的尿肌酸酐多。肌酸酐減少的原因可能有肌肉萎縮、尿崩症、懷孕等等。

下列事項請家長特別注意：

對於肌酸酐過低可能導致腎功能的測量不確定性，建議家長必須帶孩子到醫院做進一步檢查，因為測量血中肌酸酐濃度並非檢視腎功能唯一的方法，應做其他檢驗確認病因，包括尿液檢查、腹部 X 光攝影、腎臟超音波檢查等等。

彰化縣政府教育處  
彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-血清免疫檢查(ASLO、IgA、C3)

各位親愛的家長：

血清免疫檢查包括抗鏈球菌溶血素 O 抗體(ASLO)、免疫球蛋白 A(IgA)、第三號抗體(C3)，用於初步篩檢細菌感染、發炎與自體免疫性疾病。血清免疫檢查項目繁多，若此次檢查出現不正常值，應到醫院做進一步的檢查與確診。

下列事項請家長特別注意：

抗鏈球菌溶血素 O 抗體檢測患者血中對抗 A 群鏈球菌的抗體，可評估患者是否感染 A 群鏈球菌、風濕熱、急性腎小球腎炎等等疾病。檢驗免疫球蛋白 A 是為早期發現 IgA 球蛋白腎病，為腎絲球體腎炎，此病常在尿液檢查中發現顯微性血尿的存在，常合併有血中高濃度 IgA 球蛋白存在。C3 負責體內的免疫防禦以對抗外來感染，C3 會在多種急症發炎狀態下上升，可能的疾病為甲狀腺炎、類風濕性關節炎、風濕熱等等；減少於紅斑性狼瘡、腎絲球腎炎、肝硬化、肝炎等等疾病。

彰化縣政府教育處  
彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-尿液常規檢查

### 各位親愛的家長：

尿液常規檢查最主要的用途，是在於腎臟或泌尿系統疾病的診斷和對於疾病治療效果的評估，以及某些代謝性或全身性疾病如糖尿病、自體免疫疾病、內分泌病變等的診斷。而尿液常規檢查的項目包括 pH 值、尿糖、尿蛋白、尿潛血以及尿沉渣。

### 下列事項請家長特別注意：

若尿液檢驗中出現不正常值，請到醫院做進一步的檢驗。尿液中含有少數固形物，可以利用離心的方式取得，稱之為尿沈渣，可以觀察尿中是否有紅血球、白血球、腎小管上皮細胞、細菌等等。蛋白尿可以篩檢是否有腎臟病變存在，而尿液檢驗時若出現陽性則需考慮高血壓、腎臟疾病、尿路感染、發燒或者劇烈運動。

尿糖是一個檢驗有無糖尿病的重要指標之一，也可見於其他內分泌失調的病人、感染病人、尿毒病人、肝病病人等等。尿潛血反應測試尿液中的紅血球、血色素、肌紅蛋白，血尿最常見於腎結石、腎絲球腎炎、腎臟或泌尿道感染、腫瘤等等。

尿液酸鹼值介於 pH5-9 之間，腎臟調節酸鹼的功能與飲食的酸鹼度有很大的關係，例痛風的病患，若尿液偏酸性，則容易產生結晶沈澱形成結石，。

彰化縣政府教育處  
彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

## 學生健檢健康問題衛教單-常規血液檢查

### 各位親愛的家長：

血液常規檢查是醫學上用來評估血液中三種血球，分別為紅血球、白血球與血小板的檢查指標，以了解血液及身體其他器官系統的健康狀況，檢查指標必須綜合研判，個別指標的異常不一定有健康上的問題，必須尋找醫師解釋。

### 下列事項請家長特別注意：

紅血球的相關指標包含紅血球數目、血色素、平均紅血球體積等等，經常用來評估貧血的程度與起因。血小板在出血時有止血的功能，當血小板數目太少身體容易出血，太多則容易發生血液凝固，造成血管阻塞。血小板的相關指標包含血小板數量，若是要進一步了解血小板數量上升或下降的原因則須要做進一步的凝血因子檢查。白血球數目增加最常見的原因是發炎或感染，白血球數目減少，則可能起因於病毒感染、營養不良等等。此外，白血球分類檢查，了解不同種類白血球所佔的比例，也可以提供進一步診斷的參考。

彰化縣政府教育處  
彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-蟯蟲

### 各位親愛的家長：

蟯蟲是一種寄生蟲，蟯蟲生活在直腸、大腸內，小孩晚上睡覺後，即移行至肛門周圍產卵而引起肛門口搔癢，家長偶而可由肉眼看到小孩肛門口附近，有如縫衣服的白色細細的蟲在那兒蠕動。蟲卵通常由搔抓癢而附著於病童手指甲間再吃入病兒口中，大約在二至四週內發育成蟲，再重複上述的生活史。

### 下列事項請家長特別注意：

若學生蟯蟲檢查陽性，同一家族內睡在一起的家人要一起治療，承辦單位於檢查後 2 星期內，針對檢查結果陽性學生開立處方簽，辦理學生及家屬投藥工作。承辦單位依投藥學生名冊分裝，並於藥袋註明藥物名稱、用藥者姓名、服藥方式、劑量及副作用。投藥後二星期，承辦檢查單位將安排學生接受複檢，以評估投藥成效。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284

---

## 學生健檢健康問題衛教單-體重過輕

### 各位親愛的家長：

校園體重過輕的人數逐年增加，體重過輕是以身體質量指數(body mass index, BMI)作為臨床診斷的指標，彰化縣學童健檢是以低於 1 百分位作為通知家長以注意貴子弟此問題的標準。會導致過輕的因素有很多，包括遺傳、飲食習慣、生活型態、疾病以及過度減肥等等皆扮演了息息相關的角色。體重過輕的問題會有多種隱藏的疾病如貧血、免疫疾病、女性月經失調、上課注意力不集中，學習成效打折扣，嚴重可能會導致猝死等風險，體重過輕將影響孩童未來的健康，因此對此應多重視。

### 下列事項請家長特別注意：

青春期的生長速度在人的一生中僅次於嬰兒期，因此需要足夠的熱量及營養素供給成長與活動所需。下列幾點建議供您們參考：1. 養成按時進餐的習慣，保持心情愉快，以增進食慾幫助消化。2. 飲食要定量且不偏食，營養平均分配在三餐中。3. 二餐之間可增加點心的攝取，點心的選擇宜合乎營養且含有多種營養素，注意勿太油、太甜，最好距離正餐食用前 1.5 至 2 小時。4. 早餐一定要吃且質量充足均衡。5. 青春期的少女正需要營養促進發育，不可為了保持身材苗條，隨意節食。6. 適度的運動，可以促進新陳代謝，增進食慾。維持體重計畫需父母和家人的參與，再與醫師配合診察及治療，才會達成更有效的成果。

彰化縣政府教育處

彰化縣醫師公會 敬啟 聯絡電話：04-7234284