



健康大臺中

夏季
季刊

發行人 | 呂宗學 ■ 地址 | 臺中市豐原區中興路136號 ■ 電話 | 04-25265394 ■ 網址 | www.health.taichung.gov.tw ■ 設計 | 酷創意設計有限公司

守護家人的健康 從四大癌症篩檢開始

健康是人生最大的財富，您今年完成四大癌症檢查了嗎？

雖然癌症不再是絕症，但已連續三十五年位居國人十大死因榜首。根據衛生福利部資料顯示，105年共有4萬7千多人死於癌症，相當於每11分2秒，就有一人因癌症死亡。

為了達到「早期發現早期治療」的效果，國民健康署特別提供子宮頸癌、乳癌、口腔癌、大腸癌「四大癌症篩檢服務」，符合篩檢資格的民眾，只要攜帶健保卡至健保特約醫療院所即可進行檢查。

子宮頸抹片檢查

30歲以上、每年1次
(至少3年1次)



乳房X光攝影檢查

45-69歲、
每2年1次



口腔黏膜檢查

30歲以上吸菸或嚼檳榔者
(含已戒檳榔)
每2年1次



糞便潛血檢查

50-74歲、每2年1次



年度
大獎

107年訂閱電子四季刊再抽好禮

- 首 Gtech Multi Plus 無線手持吸塵器-小綠乙台共一名
- 二 7-ELEVEN 壹百元禮券乙張共十五名

活動辦法

- ① 前往活動官網訂閱大臺中季刊+登錄簽到
- ② 2018年四季季刊都有簽到者，即符合抽獎資格
- ③ 活動期間：即日起至 107/10/31止

<http://2018hbtc.com/>





乳攝篩檢，您的加菜金領了嗎？



為維護臺中市婦女健康與普及乳房X光攝影篩檢服務，本局結合合約醫療院所與全聯福利中心、楓康超市及家樂福等辦理乳房X光攝影巡迴車定點設站，提供可近性及便利性之服務，女性朋友們照顧家庭、採買家用品之餘，還可順便接受乳房X光攝影檢查，愛護自己的健康，遠離乳癌之威脅。詳細地點請洽本局保健科 04-25265394*3392。



社團合作方案



為提供客製化的乳房X光攝影檢查服務，本局特別提供本市社團各項服務方案，包含到點服務，只要團體當日聚會或教育訓練活動，有20人以上符合乳房攝影檢查資格，即安排乳房X光攝影巡迴車到指定地點，為會員提供專屬服務；另外，若會員欲前往醫院接受檢查，亦可安排團體快速通關服務。106年從本市女獅子會開始推廣，並持續與各社團合作，提高女性朋友篩檢服務之可近性與方便性。



預立醫療決定



醫療機構



準備 預立醫療照護諮商

進行 預立醫療照護諮商

簽署 預立醫療決定

108年「病人自主權利法」將正式施行上路，具完全行為能力者可向醫療機構探詢，預約進行預立醫療照護諮商並簽署預立醫療決定，未來若符合「末期病人、不可逆轉昏迷、永久植物人、極重度失智或其他經政府公告之重症」其中之一項臨床條件時，便可依事先簽署之預立醫療決定選擇自己想要的醫療方式，避免無效醫療。[圖擷取自財團法人中華民國(台灣)安寧照顧基金會宣導單張]



出現腸病毒重症前兆速送責任醫院

出現腸病毒重症前兆病徵，立即送大醫院就醫

多數人感染後無症狀或症狀輕微，常見症狀有手足口症、疱疹性咽峽炎等，約7-10天即能痊癒，若出現以下症狀，請儘速轉送大醫院治療

嗜睡



肌躍型抽搐

無故驚嚇
突然間全身肌肉收縮



呼吸急促或心跳加快



持續嘔吐



每年4月至9月為腸病毒的主要流行季節，5歲以下嬰幼兒是腸病毒重症及死亡的高危險群，家長及教托育機構（托嬰中心、幼兒園、國小、補習班及安親班等）應加強注意嬰幼兒健康狀況，並落實用肥皂勤洗手、環境清潔消毒及生病請假在家休息，以降低疫情傳播風險。

腸病毒是以接觸或飛沫方式感染，最常見症狀是出現手足口症或疱疹性咽峽炎，多數幼童在家休養幾天後均可痊癒，只有少部分幼童會出現重症前兆病徵，包括「持續發燒、嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力、肌抽躍（無故驚嚇或突然間全身肌肉收縮）、持續嘔吐、呼吸急促或心跳加快」等。如出現腸病毒重症前兆病徵時，請儘速送往臺中市13家腸病毒重症責任醫院。

臺中市腸病毒重症責任醫院

中國醫學大學兒童醫院	澄清醫院中港院區及平等院區	臺中慈濟醫院
臺中榮民總醫院	光田醫院沙鹿總院及大甲院區	大里仁愛醫院
中山醫學大學附設醫院	衛生福利部臺中醫院	林新醫院
童綜合醫院梧棲院區	衛生福利部豐原醫院	

一、補助對象

夫妻一方設籍臺中市(含新住民)，已婚尚未生育之夫妻

- 已生育或曾接受本補助者，不再受理申請。

二、準備文件

1. 夫妻全戶戶口謄本或戶口名簿正本
2. 身分證正本
3. 健保卡

- 新住民尚未擁有身分證、戶口名簿等證明時，請備居留證或旅行證正本等相關證明文件辦理。

三、檢查費用

檢查項目全額免費(掛號費另計)

四、檢查項目

共同項目

- 一般諮詢及健康史
- 身體檢查(身高、體重、血壓、脈搏)
- 愛滋病篩檢、梅毒篩檢、尿液檢查、血液常規檢查

男生

精液分析

女生

- 德國麻疹抗體
- 水痘化驗
- 子宮頸抹片
- 甲狀腺素
- 抗體
- 色素片
- 體素
- 檢查

★ **注意事項** 男性檢查前請禁慾三天，女性請避開生理期。

五、檢查地點

1. 請至本局網站查詢 (<http://www.health.taichung.gov.tw/>)
2. 洽詢本市衛生局或各區衛生所；服務專線04-25265394-2410

★ 欲知更多相關資訊，可至



送子鳥 資訊服務網
www.ibaby.mohw.gov.tw



健康好孕到
孕前檢查不可少

擁有健康的寶寶是每位父母的期待，而父母的健康，是孕育新生命的基礎，衛生局關心準備懷孕的新手爸媽們，提供已婚尚未生育的夫妻免費「婚後孕前健康檢查」，歡迎多加利用喔！



深入社區助您戒菸巡迴服務

為協助民眾戒菸，衛生局積極推動「社區巡迴戒菸服務照護網」，以衛生所專業戒菸醫事人員為主軸，結合社區藥局藥師、里、鄰長與志工，帶領動員在地居民，辦理社區戒菸服務講座及宣導活動。由衛生所戒菸醫事人員進入社區家戶，推動居家全方位家庭戒菸服務。

106年「社區巡迴戒菸服務照護網」結合轄區社區、職場與學校等場域，舉辦二代戒菸服務宣導講座，共辦理56場次。於社區中深入家戶，進行戒菸個案諮詢服務與追蹤管理，共計提供2,890名吸菸民眾接受戒菸服務。**接受戒菸服務個案中，有92%的民眾感到滿意或非常滿意**，且有達78%的民眾開始戒菸或減少吸菸量，且認為對戒菸有幫助。107年度將結合30家衛生所持續推動，協助社區民眾遠離菸害。

主動出擊
加強戒菸衛教



多元、便利、可
近性戒菸服務

社區巡迴戒菸服務照護網

里、鄰長動員
結合志工

資源整合
建構服務網絡

①「社區巡迴戒菸服務照護網」推動概念

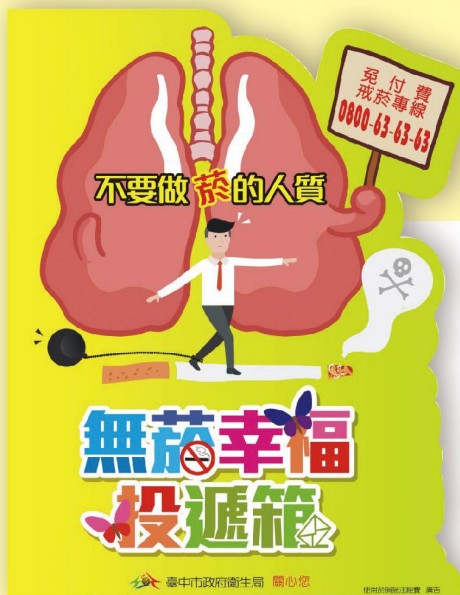


②於社區中提供戒菸服務剪影

無菸幸福投遞箱 • 為家人傳遞關心與健康

本局於106年辦理「無菸幸福投遞箱」活動，在臺中市29個行政區區公所放置一個「無菸幸福投遞箱」，以「把愛傳出去」的概念，傳送愛他就關心他-傳送關心話語及戒菸資訊，寫在明信片上，衛生局負責幫民眾寄出明信片，期盼藉由活動說出民眾平日不敢說出去的關心及想要對方戒菸的心聲，並透過明信片提供戒菸專線(0800-636363)及戒菸相關資訊，在吸菸者收到明信片關心話語的同時，也可以有戒菸資訊可以採取行動。

本活動深受民眾熱烈迴響，總計發出15,000份明信片，回收共11,562張，吸引1萬多人參與且寄出幸福明信片，而由明信片的內容來看，不但激起有吸菸親朋好友及工作夥伴的市民朋友，願意表達關心，而對於吸菸者也可從收到的明信片中的相關的戒菸資訊與管道，可以立即行動參與戒菸。透過本次活動，本市各醫療院所戒菸門診及衛教的服務量，與去年同期相比增加36.6%，顯示家人朋友的關心，是鼓勵吸菸者戒菸，最大的支持力量。



提醒吸菸的市民朋友，衛生單位提供戒菸班、戒菸門診、戒菸衛教及免費戒菸專線(0800-636363)等戒菸服務，幫助您戒菸，相關資訊可上臺中市政府衛生局網站：www.health.taichung.gov.tw查詢，請踏出您追求健康的第一步，為愛戒菸!!