

108 年公務人員高等考試三級考試試題

類科：衛生技術

科目：健康促進與衛生教育

- 一、2019 年 4 月國際健康促進與衛生教育聯盟舉辦的國際健康促進會議在紐西蘭的羅托魯瓦 (Rotorua) 舉行，大會主題為「健康安適：促進全民享有地球健康以及永續發展」(Waiora: Promoting Planetary Health and Sustainable Development for All)，目標是將健康促進與聯合國永續發展目標 (United Nations Sustainable Development Goals) 相連結。會後並發表兩項宣言。請說明這兩項宣言的名稱及內容，並說明本會議的目標及宣言對我國未來推動健康促進工作有何啟示？(20 分)

【擬答】

1. 此次健康促進會議有兩份宣言(statements)，其目標及內容分述如下：

- (1) 促進全民享有地球健康以及永續發展(WAIORA: Promoting Planetary Health and Sustainable Development for All)，目標即為「從現在起，也為了下一代，促進全民享有地球健康以及永續發展」，有四大行動領域- A. 確保全生命歷程的健康平等，無論在國家內或國際間或是世代之間、B. 健康安適城鄉與健康安適場域，顧及包容性、安全、韌性、永續且可治理等層面、C. 設計且實施有效且公平的氣候變遷調適策略、D. 良好治理，在所有層級建立合作、有效、問責與包容的政府治理、系統與流程，以促進參與、和平、公義、尊重人權與世代間的健康平等。
- (2) 原住民的地球健康與永續發展(Waiora- Indigenous People's Statement for Planetary Health and Sustainable Development)，目標為在執行前一份宣言同時，要保障原住民的發聲與知識與智慧的空間與特權。原住民的世界觀核心特徵是精神領域和物質領域之間的互動關係，世代間與群體的方向，將地球視為生物體，而我們與她有特殊的關係，相互連結且相互依賴。在此種世界觀中，人類與大自然的關係則具有崇敬與永續、保護責任與關愛的價值觀。原住民的語言對此種智慧的傳遞十分重要，也需要被保護與保存。原住民的健康促進的出現是為了回應原住民為創造人類自己的世界觀空間的需要，以及實現我們永續維持下一代就如同原住民般健康，自豪和自信的期待，強調社會與生態的連結。可被理解為增加原住民對健康決定因子的控制權，並且增強我們能有如同原住民般在地球環境中的身份認同。生態崩壞是全球人類健康與生存的最大威脅，健康促進(政策、研究、教育與執行) 需要改變以有效在人類世中應對挑戰，並將世代健康公平納入系統和框架之中。

2. 對臺灣未來推動健康促進工作的啟示或可從幾個方面探討：

- (1) 生命歷程與世代之健康公平：針對全體國民之健康促進，必須確保全生命歷程的健康平等，尤其是世代之間，現今資源有限，未來資源可能更匱乏，分配資源時候必須考量到世代公平，此點也在以上兩份宣言中不斷出現。
- (2) 規劃氣候變遷調適策略並實際執行相關演練：臺灣本就是多災害國家，未來面對極端氣候變遷的挑戰更大，須及早規劃因應，並且需要實際執行相關演練，務求全民皆理解與熟悉。
- (3) 保障原住民的發聲與知識與智慧的空間與特權：臺灣原住民文化多元且豐富，在規劃全民享有地球健康與永續發展的時候，若能將原住民文化觀納為主體規劃思考，且增加原住民對健康決定因子的控制權，將有助於臺灣全民之永續健康平等發展。

二、何謂健康識能 (health literacy) ? 請說明健康識能在公共衛生的重要性。政府在增進民眾的健康識能上扮演何種角色? (25 分)

【擬答】

1. 健康識能為有關個人獲得、了解、評判及應用健康資訊的能力。
2. 健康識能的重要性在於其為健康不可或缺的決定因子，實證文獻已指出，個人健康識能不足會導致較差的健康行為與健康結果；對預防保健服務的利用率較低、急性醫療使用率較高，而造成醫療支出增加；對健康的參與度較低，以致增能賦權無法展現；因健康識能程度差異而導致的健康機會不均等，則影響社會的永續發展。世界衛生組織在第九屆全球健康促進大會宣言中，將健康識能列為 2030 年健康促進永續發展的重要議題。
3. 政府的角色可從研究、政策與國際能見度幾個方向著手：
 - (1) 研究方面可調查國人各年齡層與性別之健康識能狀況，並了解影響因素，另外，也可了解國際間促進健康識能相關政策與執行情況據以參考。此外，政策執行後之評價與再修正，也可為研究內容之一。
 - (2) 根據研究結果，可擬定相關政策與推廣健康識能知識，例如目前國民健康署已發展「健康識能友善教材手冊」與「健康識能機構實務指引」等，並且於健康醫院評鑑納入「健康識能」項目。截至 107 年底，已有 184 家醫院通過認證(醫學中心 22 家、區域醫院 83 家及地區醫院 79 家)，其中區域級以上醫院涵蓋率已逾九成。醫院推動健康醫院認證後，透過推動醫病共享決策和健康識能，讓醫病關係更和諧，發展出更好的醫病文化及照護品質，同時也提升病人健康的自我管理能力。
 - (3) 在今年的國際健康促進和教育聯盟 (IUHPE) 大會，國民健康署王署長英偉也應邀出席演講，分享台灣推動的一系列透過健康服務體系落實健康促進與健康識能的具體作為。然而，檢視目前相關健康識能政策推動多半針對醫院方面，對於預防疾病發生的健康促進之健康識能，多為被動查詢，或藉由被動等待民眾加入社群軟體(LINE 或 Facebook)，獲得相關知識，較難評估普及率與成效，或可系統性藉由健康促進場域當作提昇健康識能的媒介，從前段預防出發。

三、健康識能不只是個人的責任，政府和醫療體系應該協力合作，使健康訊息正確易懂，從而使民眾養成健康行為，請列舉健康識能友善教材應具備的特質? (25 分)

【擬答】

健康識能友善教材應具備的特質重點為 1. 訊息簡單明確有根據、2. 用詞口語且親切、3. 內容有組織符合邏輯、4. 數字簡單易懂少計算、5. 圖像清晰明瞭不花俏、6. 版面易讀且視聽效果清晰。根據健康識能友善教材評估指標來說，則有六個層面 21 項內容需要注意，如下所示：

- (一)內容：1. 主要訊息明顯呈現於封面、頁首主題或目錄。2. 強調健康行為的執行。3. 內容有合理的範圍且與主題密切相關。4. 具有總結或重點回顧。5. 內的信實度。
- (二)用語與風格：6. 日常口語化的用語及語調、7. 解釋醫學專有名詞、8. 文化適切性。
- (三)組織與編輯：9. 具邏輯連貫性、10. 適當切分學習區塊、11. 適當列舉項目。
- (四)數值識讀：12. 數值的呈現容易理解、13. 避免計算。
- (五)視覺圖像：14. 有視覺圖像輔助說明、15. 視覺圖像的應用以輔助訊息理解為主、16. 視覺圖像不會過度花俏，分散讀者注意力、17. 與關鍵訊息相關的視覺圖像清晰易懂。
- (六)版面編排與設計：18. 運用視覺線索以利閱讀、19. 版面編排易讀、20. 視覺美學及美術編輯、21. 視聽效果清晰。

公職王歷屆試題 (108 高考三級)

四、自殺防治為 21 世紀全球關注的焦點議題，我國自殺標準化死亡率近年呈現微幅上升的趨勢，民國 106 年每 10 萬人口為 12.5 人，顯示這是當前重要的公共衛生工作。自殺防治的策略之一是「推廣人際關懷和社區守望，讓人人皆能協助周遭親友增進其心理健康，並善用自殺防治專線，挽救寶貴生命。」請就上述策略擬定宣導計畫。計畫需說明宣導對象、宣導目標、宣導策略、具體工作內容及評價指標和評價方式。(30 分)

【擬答】

在國人自殺死亡統計中，男性高於女性，並且由於 25-44 歲的年齡層的潛在生命損失更大，因此針對此族群，根據「推廣人際關係和社區守望，讓人人皆能協助周遭親友增進其心理健康，並善用自殺防治專線，挽救寶貴生命。」策略擬定宣導計畫內容如下：

1. 宣導對象：25-44 歲男性及其周遭親友同事。

2. 宣導目標：

- (1) 使有需要者知道有自殺防治專線，並可放心安心使用，不用顧及他人眼光；
- (2) 使周遭親友同事知道如何表達適當的關心(不過多也不過少)；
- (3) 了解可能原因，並提供緩解壓力(工作、家庭、或人際關係等)策略。

3. 宣導策略：

- (1) 從健康職場著手，較具規模的公司，與職場護理師合作；小型企業則藉由發放文宣或宣導品方式等，例如鑰匙圈可供男性隨身攜帶使用，附加手電筒或小工具功能應更佳。
- (2) 周遭親友同事，則間接從小學與國中的家長活動，推廣相關資訊。
- (3) 不增加現有社區健康照護人員之工作負擔，而是另聘四位專員，負責北中南東四區聯絡協調，並互相支援。
- (4) 可考慮宣導資訊安插在已安排之活動中之可能性。

4. 具體工作內容：

預計準備 2 個月，宣導 3 個月，1 個月做短期評量與宣導方案審視與修正。期間視需要考慮是否增加人力。

- (1) 第 1 個月：發展宣導方案內容，具規模公司與小型企業內容為宣導目標(1)與(3)，小學國中的家長活動為宣導目標(2)。
- (2) 第 2 個月：A. 聯絡協調各個施行場域，確定執行細節，每一縣市每種類型至少 2 處、B. 發展短期評量指標內容。
- (3) 第 3~5 個月：實際執行。
- (4) 第 6 個月：短期評量與宣導方案審視與修正。
- (5) 第 7 個月之後：針對短期評量不足之處，修正的宣導方案再重新執行。

5. 評價指標和評價方式：

由於需要使用者極難量化，因此可能也很難在短時間內看到成效，但仍然需要持續評量，或許可從改變趨勢當中測量到成效變化。

- (1) 短期指標為宣導行動三個月後，評估有接觸到訊息者 a. 對自殺防治專線了解程度、b. 同理技巧了解程度、c. 有自己的緩解壓力策略。
- (2) 長期指標為 a. 每季之自殺防治專線使用率、b. 年齡別自殺死亡率。