

輔仁大學 111 年度
高等教育教深耕計畫

【在地連結健康促進】

PBL 模式課程

成果報告書

課程名稱	社區衛生與基層健康照護
開課單位	公共衛生系
開課學期	110 學年 第 二 學期
修課人數	17
授課教師	陳凱倫

中華民國 111 年 7 月

一、計畫簡介

(一)課程說明

社區是實現公共衛生使命最重要的場域，公衛人要深入社區，才能真正瞭解民眾的問題，方能找到促進民眾健康之方向。本課程為社區衛生之基礎課程，以社區中的問題評估、診斷與基層健康照護為重點，介紹之相關理論、方法與現況，並配合社區衛生實務之參與，使同學具備從事社區衛生之專業知識、技能與實務經驗。本學期本課程旨在協助學生獲得社區健康評估與基層健康照護之知識與技能，使修課者能習得有系統之方法與重要的社區工作技能，以發現社區健康問題並設法提出整合基層健康照護資源之方式，以解決社區之健康問題，促進社區之健康。

本學期本課程原欲合作之里別為新莊區後西區各里，如：後港里、建安里、建福里、民安里、四維里...等辦公處。每組負責一個里，視學生組數決定最後合作之里數。但因疫情升溫，學校採用線上教學方式，故合作單位改以可近性高為主要考量。故學生改至新莊中正路及新泰路附近之里別進行評估，或於自己的居住里別進行分析。

(二)合作單位

1.計畫合作之社區或機構

- (1)新北市新莊區海山里
- (2)新北市新莊區全安里
- (3)新北市新莊區立言里
- (4)新北市新莊區全泰里
- (5)新北市板橋區香丘里
- (6)台北市信義區廣居里
- (7)苗栗縣竹南鎮佳興里

2.請說明該社區/機構實際需求或須解決的問題

- (1)新北市新莊區海山里：高血壓、高血脂、高血糖；關節退化問題；健康資訊等知識缺乏；路面不平或騎樓堆放雜物；老人人際互動；住家附近環境衛生不佳以及噪音或空氣污染
- (2)新北市新莊區全安里：糖尿病防治
- (3)新北市新莊區立言里：高血壓、高血脂；甜食、重口味(油、鹽攝取問題)；行動不便不願意外出、多吃少動造成身體健康問題；建築物屋齡年長
- (4)新北市新莊區全泰里：有健康問題的人口比例偏高；社區缺乏大型醫院只有診所，加上觀察到社區內運動的老人不多，可能原因為老舊房子不便於老人上下樓
- (5)新北市板橋區香丘里：普遍慢性病；癌症；過敏性疾病；眼疾
- (6)台北市信義區廣居里：老人健康照護；慢性病防治；COVID-19 防治
- (7)苗栗縣竹南鎮佳興里：COVID-19 防治；日常生活照護；人際互動

二、成果說明與分析

(一)方案執行情況說明

因應高齡化趨勢，本課程之社區健康評估將以老人問題為核心，其他問題為附屬，進行詳細的評估。老人之問題大致包括：慢性病控制、肌衰症、社會互動、獨居...等問題，但各里之具體問題，本學期要求同學以：社區踏查、社區人物訪談及社區民眾問卷調查等方式，進行資料收集與分析。原欲實際執行改善方案，但因疫情關係，無法實際執行改善方案，因此學生僅提出建議之改善方案。

(二)執行成果

A.課程成果

質化說明	量化說明
(1)學生獲得社區健康評估的相關知識：本課程透過課堂授課及專家演講，獲得社區健康評估之相關知識。 (2)學生建立積極自主的學習態度： 學生實際深入到社區進行資料收集與分析的過程中，需要自行安排與規劃，在此部份亦有所成長。 (3)藉由實際案例，學生更瞭解社區及基層健康照護概念之應用：透過各里的實際踏查，以及與民眾之對話，社區百態即為實際案例，學生更實際看到民眾之生活狀態，增加自己與社區民眾的溝通能力，並將所學用來評估民眾之問題。	(1)社區健康評估報告：7份 (2)社區問題改善計畫：7份 (3)80%學生對此類課程進行方式感到滿意 自問卷的統計結果中可見，多數的題目，同學之回答均在同意及非常同意兩個選項，

B.社區成果：本次課程因疫情之故，未實際進行社區問題改善，但經各組學生之評估分析，提出以下建議。

1. 新北市新莊區海山里：

(1)定期健康講座、篩檢，可結合健康營造中心

請衛生所定期舉行健康講座以及健康篩檢，健康篩檢加強「健康」概念宣導，告知定期檢查的好處，且著重慢性病防治，鼓勵民眾參與，可結合健康營造中心，由義工人員協助推廣各項健康訊息。

(2)舉辦學生到社區之活動、社區居民共融小活動

請里長辦公處定期舉辦學生到社區之活動，多多增進交流並陪伴他們；或是辦社區居民共融小活動，增進彼此間相處機會。

(3)定期安排清潔隊，請環保署隨機抽查、開罰。

請里長定期安排清潔隊來整理里容，並請環保署來隨機抽查以及開罰，來減緩環境衛生不佳以及噪音或空氣污染之問題。

2. 新北市新莊區全安里：

(1) 糖尿病篩檢活動

在台灣的糖尿病盛行率約為 9.3%，糖尿病盛行率逐年上升，而糖尿病有一段相對長的無症狀時期，也就是「糖尿病前期」，若是以篩檢的方式，對無症狀、或症狀不明顯卻有疾病風險者做檢查，便能夠早期診斷、早其治療，以期降低死亡率並延長健康餘命。目前國民健康署針對成人預防保健，分別有提供 40 歲以上每 3 年一次、65 歲以上每年一次的健康檢查補助，因此，建議向 40 歲以上民眾宣導篩檢重要性。目前常用的篩檢方式有：空腹血糖、糖化血色素以及口服葡萄糖耐受性測試。如果篩檢結果為正常，建議民眾每三年定期檢查即可。如果篩檢結果為糖尿病前期，建議每一到兩年追蹤一次。如果篩檢結果確定罹患糖尿病或有高風險罹患糖尿病者，則建議治療，包含改變生活型態或藥物治療等。

(2) 糖尿病衛教

除了篩檢活動，學生們也想辦理衛教活動，目標是希望能控制糖尿病患者的病情，以及防止併發症發生，並提升糖尿病高危險群及糖尿病人「控糖」之自我健康管理能力。對象主要針對社區之糖尿病患者及他們的家屬，提供他們正確的糖尿病知識，如供給足夠且均衡的營養，依照個人的需要，提供足夠的熱量和正常比例的營養素，並分配到各餐次中；藥物如何正確使用以及規律運動以維持理想體重。活動形式包含講座、闖關活動等內容。

3. 新北市新莊區立言里：

(1) 衛教講座(均衡飲食、規律運動、視力保健)

里長提到他們特別注重衛教這一環節，針對這個問題，學生提出了三個衛教的主題，而這三個點都是環環相扣的，因為不願出門，導致運動頻率的減少，在家也更容易使用 3C 產品，導致視力問題的產生。

(2) 適度陪伴(醫院派發志工)

經里長口述及觀察，在疫情的影響下，人人自危，在路上及公園都不見以往年長者下棋聊天的光景，大家都待在家，無形中也減少了社區居民間的連結與情感交流。

(3) 定期篩檢(預防 3C、規律測量、改變習慣、控制血壓；輔大醫院、輔大診所)、

廣設篩檢站，於定點設置篩檢站（如：里長辦公室、活動中心等），滿足健康照護的便利性，若有行動不方便者，可由衛生人員協助到府篩檢，使民眾培養篩檢之習慣，並紀錄追蹤，逐步養成血壓篩檢的習慣。

(4) 建築物安檢

屋齡老舊，老年人口居多，希望能透過里長協助規劃建築安檢，針對磚瓦脫落、管線等等，希望能取得建築物的公共安全標章，也能使民眾居住的更有保障。

4. 新北市新莊區全泰里

多增加戶外的活動，例如去附近的公園走走，避免疾病的惡化及發生。

5. 新北市板橋區香丘里

(1) 針對普遍慢性病

提高門診醫療衛教的可近性及可利用性，增加鄰近運動設施，加強血壓、血糖及血脂肪的篩檢。

(2) 針對癌症

與衛生所、醫院配合固定健康檢查，加強衛教。

(3) 針對過敏性疾病

協助診斷過敏原，加強衛教。

(1) 針對眼疾

提供老年人免費配戴老花眼鏡，與學校配合加強衛教

6. 台北市信義區廣居里

(1) 老人健康照護的改善方案，以增加社區老人健康照護為目標，對象為 65 歲以上老人，可以辦理老人為主的健康促進講座，提升老人對於自身年紀該有的健康知識以及如何預防，需要社區健康服務中心的協助。因為沒有老人福利機構，所以可以規劃設立老人福利機構，須向台北市政府社會局申請。獨居長者的部分可以透過長照單位提供長照服務。

(2) 慢性病預防。

目標對象為 30 歲以上民眾，因為現在的飲食過於精緻加上都市人的生活習慣，運動量大幅減少，糖尿病的年齡層越趨年輕，因此選擇 30 歲以上之民眾為目標的執行對象。提供血壓、血脂之篩檢，定期檢查血壓及血脂的變化。慢性病衛教宣導，以居民罹患的高血壓、高血脂、糖尿病、心血管疾病為主，提供居民疾病知識及如何預防，像是飲食、生活習慣的調整，以加強觀念。

(2) 增加民眾防疫觀念、加強社區防疫

目標對象為社區全體民眾，民眾希望多獲得 covid-19 的防疫資訊：發放防疫宣傳單，上有對 covid-19 這個疾病的介紹，以及防疫資訊，或以線上聊天軟體提供資訊，又或者張貼防疫資訊在社區公佈欄。配合疫情嚴重程度，加強社區內消毒，並限制外人的進出。一般可以透過里辦公室提供，或是社區本身的大樓管理委員會執行。以上方案可運用醫院及區健康中心的資源。

7. 苗栗縣竹南鎮佳興里

建議辦理日常生活照護相關講座。目標是為使民眾能健康自理生活，兒女在外能稍微放心。對象選擇 50 歲以上之民眾，雖然老年人定義為 65 歲以上，但這些生活照護的之是應該提前瞭解。內容：辦理飲食與營養相關之衛教宣導講座、辦理老人生活照護之講座。

C. 社區回饋

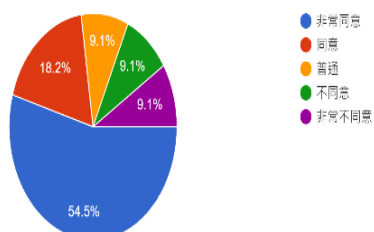
此部份本課程未進行問卷調查，社區受訪者則反應，同學能到社區進行實況了解，是很可貴的學習，勉勵同學繼續努力，關心自己的鄉里。

(三)學生學習成效分析

1.本課程於期末將教發中心提供之問卷連結提供給學生填寫，修課的 17 位同學中，有 11 位同學填寫，經圓餅圖分析結果如下。

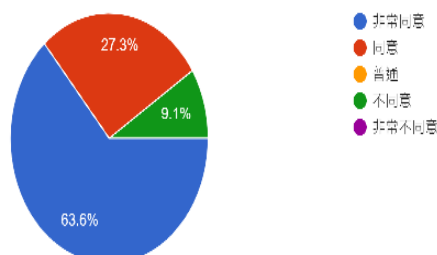
1、課程的內容規劃適切、教材內容有助於學習、難易適中，讓我在學習過程中沒有負擔。

11 則回應



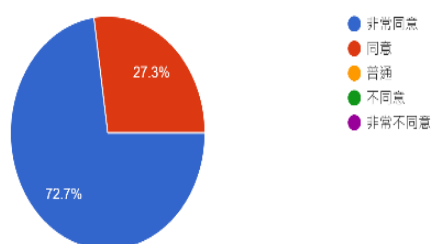
2、授課教師清楚說明執行健康促進課程內容。

11 則回應



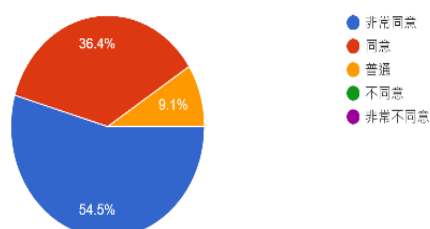
3、課程能結合實務專業，有助於我將所學到的知識應用於實務上。

11 則回應



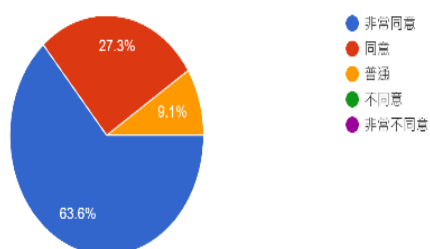
4、相較其他課程，我在修讀本課程的學習過程中感受到創新靈活的學習氛圍。

11 則回應



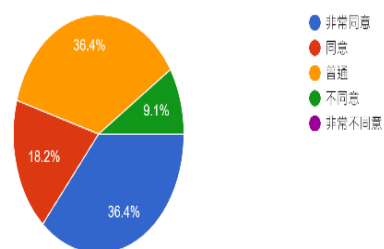
5、在健康促進課程中，我會在課堂上與老師或同學有更多的互動。

11 則回應



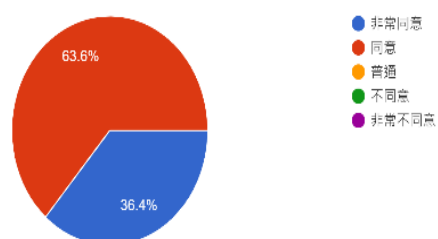
6、在健康促進課程中，我會主動在課後與授課教師討論、請益學習上不懂的問題。

11 則回應



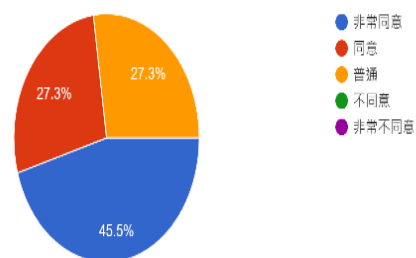
7、在健康促進課程中，我會仔細聆聽並專心投入活動中。

11 則回應



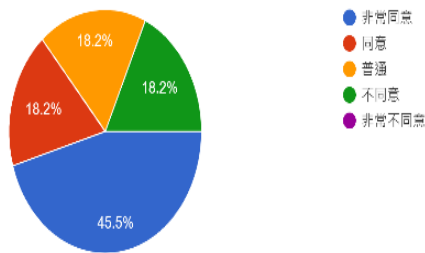
8、在健康促進課程中，我會在教師規劃的學習活動時間外主動研讀，自我加強。

11 則回應



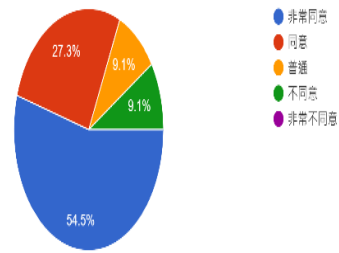
9、相較修讀其他課程，修讀本課程能增強我未來就業之競爭優勢(例：實務能力)。

11 則回應



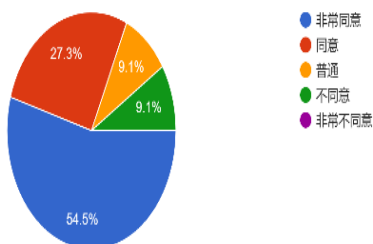
10、相較修讀其他課程，本課程能幫助我學習不同...學理知識與技能，提升我在學習上多元互補能力。

11 則回應



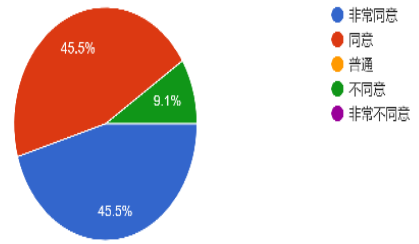
11、相較其他課程，本課程能幫助我結合理論與實務，提升我的實務學習力及跨領域競爭力。

11 則回應



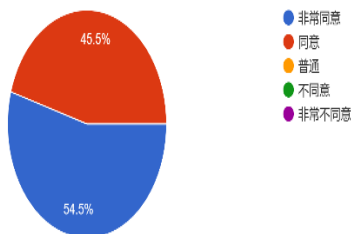
12、相較其他課程，修讀本課程能深化我對問題的分析、整合與解決能力。

11 則回應



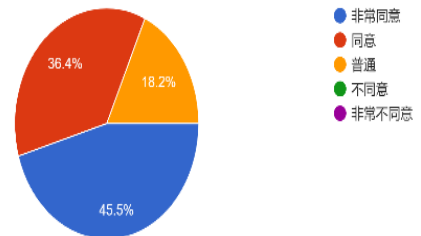
13、我覺得透過課程中與在地社區的交流互動，能夠提升社區居民對大學生及輔仁大學的正面印象。

11 則回應



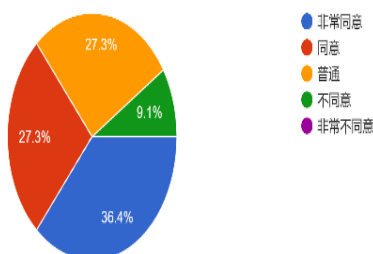
14、我期待未來能有機會再修讀其他類型的多元創新課程。

11 則回應



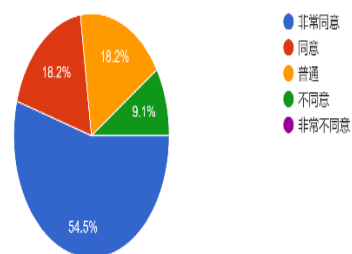
15、相較其他課程，我喜歡本課程採多元創新的教學方式，我會推薦其他同學來參加。

11 則回應



16、相較其他課程，本課程中授課教師的多元教學...態度能夠引發我的學習動力，增進我的學習成效。

11 則回應



問卷連結：<https://forms.gle/fZNNuKv2EYsFW2Ef6>

(2)請分析學生學習成效與課程目標之對應，並評估實施效果

本課程透過小組報告，逐步完成對本課程目標設定之目標。但因疫情之故，各組學生原到社區之次數，以及訪談與問卷調查之人數，均較原訂數量少，學生之收穫量可能比預期低。自問卷調查結果可知，在知識面與技能面目標之相關題目中，同學之回饋均很滿意，但有關問卷中與同學自主學習的題目中，同學的改善空間較大，可見在態度面的目標達成度較低。

三、照片錦集

請提供 3~4 張活動照片，並附上 10~15 字的文字說明

照片 1



說明：全體同學到新莊老街區進行社區踏查

照片 2



說明：小組成員拜訪立言里里長

照片 3



說明：陳專森執行長為學生們簡介牡丹心社區發展協會

照片 4



牡丹心社區發展協會高齡友善設施之一-療香草區

四、反思與檢討

計畫執行過程中，課程設計、課堂經營、實際場域操作等面向遇到的問題或困難之檢討

本課程之執行能否依原訂規劃，受到疫情相當大的影響。在疫情升溫後，社區踏查、人物訪談與問卷調查，都存在著感染風險，故將原訂之里別做了一些調整，讓同學自行決定，在他們尚能放心的條件下，逐步完成課程規劃之各項功課。唯, 在最後階段，原欲讓同學針對其建議進行小規模的試做，但在疫情下，社區老人福利機構均已停擺，故無法實作，相當可惜。未來如何在疫情下仍能操作此課程，是本人極需構思之處。

五、結論與未來展望

本次雖因疫情，導致同學與社區民眾面對面的機會大幅減少，但同學仍能發現社區中老人的重要需求，以及社區中的其他問題。此課程讓同學實際進入社區，培養公共衛生學生在社區中的基本功，我相信對修課同學帶來很多的收穫。期望自己在未來新學年本課程的設計中，能將更多社區可能發生的變數考慮進去，讓影響降到最低。