

7歲以下的兒童健檢

奇美醫院小兒科
賴明琪醫師

目前政府補助7歲以下的兒童健檢，依其年齡共7次（未滿1歲6個月：補助4次；1歲6個月至未滿2歲：補助1次；2歲至未滿3歲：補助1次；3歲至未滿7歲：補助1次）。但兒童健檢的重點和成人健檢不同，不包括驗血、驗尿及照X光等，而是著重生長發育評估、身體檢查及發展評估，尤其三歲以前是幼童身體發育及行為發展變化最快的時期。

生長與發育的評估

孩子的身高、體重和頭圍，最能夠反映健康狀況，登錄在生長曲線表，以評量生長情形是否正常。

衛生福利部國民健康署
新版7歲以下兒童生長曲線表
<https://ppt.cc/fLaiYx>



一般而言，嬰幼兒之生長指標落在第97百分位及第3百分位的兩曲線之間，均屬正常範圍。除了落點，幼兒的生長連線也要依循生長曲線的走勢；如果高於或低於二個曲線區間，則需要進一步的評估檢查。身體的理學檢查主要是為了發現潛藏的疾病或先天的異常，例如心雜音、斜視、隱瞞、疝氣、發展性髖關節發育不良、神經皮膚症候群等；此外，會依年齡作重點式理學評估，例如一個月時，注意是否仍有黃疸；一歲半至二歲眼位檢查；三至滿七歲亂點立體圖檢測。

兒童發展評估

兒科醫師會依據幼兒的年齡評估孩子的神經發展狀況，尤其1歲前幼兒的發展里程碑緊湊，如俗諺中有「一視二聽三抬頭，四握五抓六翻身，七坐八爬九發牙，十捏周歲獨站穩」。而這只是幼兒的大略發展過程，每一追蹤階段分為粗、細動作、語言溝通、身體處理（通常與認知有關）及社會性等四大領域。每一個追蹤年齡，若有任何兩個（含）以上表現為「不通過」，須轉介至各縣市的

兒童發展聯合評估中心
<https://ppt.cc/frQybx>



若評估確定有發展遲緩或偏差，透過早期療育減輕兒童發展遲緩現象，減少家庭及社會的負擔。

兒童預防接種

兒童健檢時，恰臨孩童施打疫苗的時程（請參閱兒童健康手冊），經醫生評估生理狀況許可，可同時接種疫苗。近幾年針對幼兒疫苗接種政策有些許改變：

- ★民國105年，卡介苗接種時程調整為出生滿5個月（建議接種時間為出生滿5-8個月）。
- ★民國106年5月22日起，改採用日本腦炎活性減毒疫苗，接種時程為出生滿15個月接種第1劑，間隔12個月接種第2劑。
- ★民國106年10月，滿5歲以上幼童公費接種之「減量破傷風白喉非細胞性百日咳及不活化小兒麻痺混合疫苗（Tdap-IPV）」，陸續改為全量百日咳成分之「白喉破傷風非細胞性百日咳及不活化小兒麻痺四合一疫苗（DTaP-IPV）」，將提升兒童對百日咳有更好的保護力。
- ★民國107年1月，A型肝炎疫苗實施對象為民國106年1月1日（含）以後出生，年滿12個月以上之幼兒。

現行兒童預防接種時程表
<https://ppt.cc/fvZrIx>

許寶寶一個健康的開始
新生兒篩檢

迎接新生命，新手爸媽有一大堆待辦事項，在寶寶出生後，首先會遇到的第一個檢查就是新生兒篩檢。

什麼是新生兒篩檢？

主要為「新生兒先天性代謝異常疾病篩檢」，是政府自民國74年開始提供給我國寶寶的一項福利，目的是早期發現先天性代謝異常疾病，並能早期提供飲食規劃或藥物治療，以減少疾病造成身體或智能上的損害。此外，還有新生兒的聽力篩檢，早期發現寶寶是否有聽覺障礙。

新生兒篩檢項目有哪些？

目前我國新生兒先天性代謝異常疾病篩檢項目可簡單分成兩大類：

第一類是衛生福利部國民健康署指定的11種項目，由政府提供部分補助，包括：先天性甲狀腺低能症、苯酮尿症、高胱胺酸尿症、半乳糖血症、葡萄糖-6-磷酸鹽去氫酶缺乏症、先天性腎上腺增生症、中鏈醯輔酶A去氫酶缺乏症、甲基丙二酸血症、戊二酸血症第一型、楓糖尿症、異戊酸血症。這些疾病有明確的診斷及處置的方法。

舉最常見的葡萄糖-6-磷酸鹽去氫酶(G6PD)缺乏症(俗稱蠶豆症)為例，若新生兒篩檢懷疑寶寶有G6PD缺乏時，即會有專業人員給予衛教須注意事項，如避免吃蠶豆及其製品，生活避免使用茶丸及注意使用藥物等，即可避免寶寶可能接觸特定氧化物質導致急性溶血傷害。

第二類為選擇性自費篩檢，主要是因為科技進步快速，有越來越多的檢驗項目發展出來，但是政府尚未全面納入補助，可由家長自行選擇是否加入。可以與第一類的指定篩檢同步進行，不需額外增加寶寶的採血量。

奇美醫院小兒遺傳科
郭美金個案管理師

新生兒篩檢怎麼做？

足月寶寶大多於出生且進食48小時後檢驗，方式是由醫護人員在寶寶腳跟兩側以毛細管採集少量血液，滴在特製濾紙上，製成血片，待陰乾後寄送篩檢中心檢驗。這種採集血液的方式十分安全，且用血量不多。

報告怎麼查詢和解讀？

目前國內負責新生兒篩檢的機構有三家，依縣市地區分配：

- ★臺大醫院新生兒篩檢中心
 - ★財團法人臺北病理中心新生兒篩檢室
 - ★財團法人中華民國衛生保健基金會附設醫事檢驗所
- 皆可以母親的身分證號碼上網查詢報告。

檢驗結果分為三類：

- ★陽性：高度懷疑，盡快至指定醫院檢查。
- ★疑陽性：依建議時間至原出生醫院複檢。
- ★無異常：不會另行通知。

血片敏感性高或受到寶寶狀況影響而出現假陽性時，不用太緊張，耐心等待複檢，但若複檢結果為陽性，建議及早至指定醫院檢查；即使篩檢無異常，仍有疾病風險，若發現寶寶有任何異常狀況請及早讓兒科醫師進行檢查。

政府指定項目加自費檢查都要做嗎？

建議所有新生兒都要按時進行國健署指定之篩檢項目，少數家長因擔心保險問題延遲進行新生兒篩檢，反而延誤發現寶寶異常狀況，而加重病情；至於自費篩檢項目，因費用不高且和採集血片可一同檢查，多數疾病只要提早驗出，便能透過治療改善症狀或減輕傷害，因此仍建議進行完整的新生兒篩檢。

107年度「追捕癌肉小子大作戰」

活動對象 今年度曾做過「糞便潛血檢查」或「大腸鏡檢查」之全國民眾

活動期程 即日起至107年12月31日止

活動專線 (02) 8787-9907分機205

活動網站 <https://goo.gl/cgSrCz>



國民健康講座

★開放自由入座

中秋健康

時間 107.09.09(星期日) 10:00-12:00

地點 臺南文化中心 B1國際會議廳

講師 衛生福利部臺南醫院 營養科 蔡佩芬主任

預防失智有一套 銀髮玩具鬥陣玩

時間 107.09.29(星期六) 14:30-16:30

地點 新營文化中心 4樓演講廳

講師 玉井區衛生所 劉依雯護理長



營養好食光

臺南市政府衛生局
國民健康科 李育青營養師

鳳梨炒黑木耳(2人份)

材料

黑木耳 180公克
鳳梨 250公克
油 5 cc
薑 少許
絲 少許
枸杞 少許
醬油 少許
鹽 少許

營養分析

熱量 250大卡
蛋白質 4公克
脂肪 6公克
碳水化合物 45公克
膳食纖維 15公克



作法

- 步驟一：鳳梨切塊狀、木耳切片(配合鳳梨形狀)備用
- 步驟二：熱鍋，倒入油、薑絲爆香，炒至有香氣
- 步驟三：加入鳳梨拌炒後加點水煮出鳳梨特有酸甜感
- 步驟四：約煮三分鐘後加入黑木耳拌炒
- 步驟五：加入鹽、醬油調味(若喜歡酸一點可加少許醋)
- 步驟六：加入枸杞增加風味甜味、增加色澤



健康特色

鳳梨是夏天消暑的好水果，擁有豐富的多種維生素、礦物質、有機酸、膳食纖維及植化素等。可以幫助消化、抗氧化、美白。
黑木耳是一種營養豐富的食用菌。不僅是美味的食物，對於人體健康也很有幫助。它的膳食纖維含量非常高。每100克黑木耳就含有6.5克膳食纖維。可以幫助排便、預防便秘。
這道料理，源自一道客家菜。獨特酸酸甜甜的滋味，鳳梨加熱之後，散發出來的香氣，滋味更加迷人，在炎熱的夏天裡，是一道營養滿分，非常開胃的菜餚。

107年度9月份『婦女乳房X光攝影檢查』巡迴車場次

日期	星期	區別	日期	星期	區別	日期	星期	區別
1	六	東區	14	五	安平區	21	五	南化區
4	二	佳里區	15	六	東區	25	二	北區
5	三	安南區	16	日	東區	25	二	東區
7	五	南區	18	二	北區	26	三	楠西區
11	二	東區	18	二	東區	28	五	南區
11	二	安平區	19	三	仁德區	29	六	安平區
13	四	東區	20	四	東區			

親愛的婦女朋友們，為節省您寶貴時間，可先洽轄區衛生所預約婦女乳房X光攝影檢查時間。若巡迴車排定時間無法配合您，也鼓勵您自行或由衛生所人員協助向各大醫院癌篩窗口預約檢查，以利日後追蹤時有舊片可供比對。除表訂場次外，於社區不定期提供婦女乳房X光攝影檢查，詳情請洽轄區衛生所！

臺南市各區衛生所服務電話

衛生所	電話	衛生所	電話	衛生所	電話	衛生所	電話	衛生所	電話
新營區	6355696	學甲區	7833359	大內區	5761044	山上區	5781013	關廟區	5952395
鹽水區	6521041	柳營區	6220464	西港區	7952338	玉井區	5742275	龍崎區	5941397
白河區	6852014	後壁區	6872624	七股區	7872277	楠西區	5751006	永康區	2326507
麻豆區	5722215	東山區	6802618	將軍區	7942007	南化區	5771139	東區	2674085
佳里區	7224106	下營區	6892149	北門區	7862043	左鎮區	5731114	南區	2618578
新化區	5905398	六甲區	6982013	新市區	5992504	仁德區	2704153	中西區	2252403
善化區	5837035	官田區	5791493	安定區	5922022	歸仁區	2304030	北區	2252404
安南區	2567406	安平區	2996210						

健康知識+

- ★國人十大死因第一名為癌症，早期發現較晚期發現治療效果好
- ★檳榔即使不加配料也會導致癌症
- ★提醒您~勿販售、勿提供菸品予未滿18歲青少年，違者最高罰五萬元
- ★103年4月1日起，國家公園、國家自然公園、風景特定區及森林遊樂區之指定區域與公園綠地，除吸菸區外，全面禁止吸菸

★身體質量指數(BMI)=體重(公斤)/身高(公尺)÷身高(公尺)

18歲以上成人健康體位(18.5≤BMI<24)，<18.5為過輕

需多運動均衡飲食，以維持健康

- 肥胖防治網 圈住您的腰圍八、九十
- 喝含糖飲料會造成肥胖及多種慢性病
- 購買飲料時宜選擇無糖或少糖
- 每日糖攝取量佔熱量總攝取量10%以下



肥胖防治網QR code