

# 104 年度花蓮縣視力保健種子教師研習

## 一、緣起

研究顯示近視係由於長時間、近距離、不當用眼所造成。隨著數位化生活普及，都市化生活空間變窄，學（幼）童戶外活動機會減少等社會環境因素，都增加長時間近距離用眼行為機會。根據衛生福利部國民健康署委託台大醫院在 2010 年進行的調查顯示，國內國小一年級學童有 21.5% 近視，六年級大幅增加至 65.8%，其中有 3.4% 屬高度近視，即視力超過八百度，容易在老年後造成高度近視視網膜退化的病變。國內近視發生年齡層有 2 個尖峰時段，一個是 7 至 8 歲、另一則是 13 至 14 歲。現今使用電腦、網路年齡大幅下降，臨床上就遇有二歲幼童搶著跟父母用智慧型手機，甚至四歲就上臉書，過早接觸電腦、螢幕，對眼睛尚在發育階段的幼童很容易造成傷害，度數一年甚至可以 100 到 125 度增加，到中學就發展為高度近視，為保障兒童眼睛與視力發展健康，應及早給予指導養成正確的用眼習慣。

臺灣地區學生近視的嚴重性不單是盛行率高，且罹患近視度數也深，容易因眼軸變長、眼球變薄，引發視網膜剝離、黃斑部出血、青光眼、白內障等合併症。據統計 600 度以上近視發生上述併發症之機率为正常者的數十倍，因此，如果沒有採取有效措施避免或延緩學（幼）童「不要太早發生近視」，則在青少年時期高度近視比率將繼續攀高，國人眼睛病變之比率與嚴重度必定加劇，不但增加醫療成本支出，更影響國民生命品質。

近視是全世界都在增加的眼睛疾病，要讓其減少或不增加誠屬不容易。由遺傳來看，人種可能是一個因素如漢人是最容易產生的，但環境因素更重要，寬廣的視野，充足的光線，減少長時間近距離的工作，花更多時間在戶外應可避免或減緩近視。希望透過此次的課程研習，讓學（幼）童照顧者對視力保健有更深一層的認識，並能將學童之『護眼行動』確切落實於校園及家庭之中。

## 二、目的

- (一) 藉由本研習會，建立醫療單位、社區與學校間的連絡網並提供交流管道。
- (二) 加強基層醫療人員、公衛護士及學校校護及教保員視力測量工具的使用。
- (三) 推廣社區民眾及校園重視學童視力保健並落實正確的護眼觀念。
- (四) 認識並瞭解兒童視力問題及保健。

三、 辦理單位

(一) 指導單位：衛生福利部國民健康署

(二) 主辦單位：花蓮縣衛生局

四、 辦理日期

104年9月5日 星期六 14:10~17:40

五、 辦理地點

花蓮縣衛生局 3F 大禮堂 (花蓮市新興路 200 號)

六、 參加對象

1. 花蓮縣衛生所相關業務承辦人員。

2. 花蓮縣幼兒園教師、校護。

七、 課程內容及報名表詳如附件。

## 花蓮縣 104 年度視力保健種子教師研習課程內容

時間	課程內容	主講(持)人
14：10~14：25	報到	保健科
14：25~14：30	局長致詞	花蓮縣衛生局林運金局長
14：30~15：30	兒童視力保健	門諾醫院 許明木副院長
15：30~16：20	視力篩檢技巧及亂點立體圖 教學	門諾醫院 許明木副院長
16：20~16：30	Tea Time	
16：30~17：30	視力篩檢技巧及亂點立體圖 分組測試	門諾醫院眼科團隊 技術指導
17:30-17:45	問題討論及後測	保健科
17:45---	賦歸	

## 花蓮縣 104 年度視力保健種子教師研習報名表

姓 名		性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
服務單位			職 稱
通訊地址	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> (請註明郵遞區號) 通訊地址：		
連絡電話	(O)：		(H)：
	手機：		傳真：
	電子信箱：		
是否素食	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否		

※請將報名表各欄詳細填妥後，於 **8 月 25 日** 前以傳真或 e-mail 的方式報名。

★傳真號碼：03-8230169

★e-mail：ju-chen@ms.hlshb.gov.tw

我們收到報名表後會回覆電子郵件與您確認，若您在 **8 月 27 日** 前尚未收到我們的確認，請與我們聯絡，謝謝您！

※聯絡人

花蓮縣衛生局 保健科

姓 名：鄧瑞珍 小姐

聯絡電話：03-8227141 分機 254

傳真號碼：03-8230169

電子信箱：ju-chen@ms.hlshb.gov.tw