

臺北醫學大學 103 學年度碩士班暨碩士在職專班招生入學考試

衛生行政與健康行為試題

本試題第 1 頁；共 1 頁
(如有缺頁或毀損，應立即請監試人員補發)

注意
事項

- 一、本試題共二大題，共計 100 分。
- 二、請將最適當的答案依題號作答於答案卷上。
- 三、試題答錯者不倒扣；題次號碼錯誤或不按順序或鉛筆作答，不予計分。

- 一、健康政策常造成一個國家或社會的人口出生率或死亡率的改變。過去數十年來，許多公共衛生政策或健康政策的實施，逐步的將台灣從一個高死亡率、高生育率的社會轉變為低死亡率、低生育率的社會。請說明，是那些健康政策逐步的帶來這樣的轉變？這些政策是如何帶來這樣的轉變？(40%)
- 二、如果你是台北市信義區健康服務中心的公共衛生工作人員，要為區內的某一所國中進行學生肥胖介入計畫，此國中位於台北市信義區，全校一到三年級每年級五班，每班平均約 30 人。請依照著計畫背景資料，設計下列各項計畫內容，你首先想找出和國中生肥胖的相關因子，並藉由研究結果，選出適當的因子來進行健康促進計畫的設計：
請具體回答以下問題：
 1. 訂立研究問題。(10%)
 2. 列出研究假設：描述變項間的關係以及指出自變項、依變項、控制變項。(15%)
 3. 描述研究設計：資料蒐集的方式。(例如：問卷蒐集及問卷設計等)(10%)
 4. 資料分析：描述所使用的統計方法並給予理由。(10%)
 5. 你會採用哪一個健康行為理論為基礎來設計計畫？請大概描述一下這個理論的內涵並解釋為什麼選擇這個理論。(15%)

計畫背景

胖胖的十四歲張小弟因為學校健康檢查尿液篩檢呈明顯糖尿而轉診至本院兒科部門診，結果經檢驗飯前血糖 391mg/dL (正常值 60-110mg/dL)，膽固醇 271mg/dL(正常值<200mg/dL)，可監測過去二、三個月血糖控制的糖化血色素 11.5% (正常值 4-6%)，亦即有了第二型糖尿病及高膽固醇症。他的身高 164.5 公分，體重 79 公斤，身體質量指數(Body Mass Index, BMI)值達 29.2，已屬肥胖。張小弟平常不常吃早餐，喜歡吃油炸食物，宵夜又常吃很多食物。經過口服降血糖以及降血脂藥物治療、營養師飲食之指導，病情已大為改善。

近年來世界衛生組織報導全世界正面臨肥胖症之風行，而肥胖症正是第二型糖尿病、心血管疾病、高血壓、中風以及不同種類癌症之主要危險因子。在已開發國家之盛行率是 14-20%。增加得最快的肥胖症，尤其是青少年和兒童肥胖，是發生在一些如台灣之開發中國家。根據衛生署第二次全國營養調查，目前國人 10~15 歲的中小學生，有 15% 的人體重超過 20%。教育部統計結果指出，都會區的中小學生，平均每四名就有一人肥胖。

中小學生肥胖症之原因主要在於生活型態之改變。所謂已開發西方社會生活型態(如都市化、西方化飲食、久坐不動、擁有汽車等)，在接受這種生活型態之國家如墨西哥、智利，兒童肥胖症增加得最快，約有四分之一的青少年和兒童過重或肥胖。通常中小學生其體重超過標準體重 10% 即為過重，超過 20% 即為肥胖。小孩的標準體重=(身高-90)x(0.6~0.7)。誠如其他慢性健康問題，肥胖症也是很複雜，包含了基因、環境及習慣互相作用而來。基因的因素約可解釋 30-50% 肥胖之遺傳性。父母中有一位是肥胖者，其子女肥胖機率為 40~50%；父母皆為肥胖者，其子女肥胖機率為 70~80%。

人類肥胖之基因圖譜是很複雜的，過去五十年來人類基因並無改變，然而肥胖的發生率還是增加，這也指出基因、環境互相作用。欲知青少年和兒童是否肥胖最好的測量方法就是身體質量指數(BMI)值。BMI=體重(公斤)/身高(公尺)²。如果 BMI 值超過 85 百分位就是過重，如果 BMI 值超過 95 百分位就是肥胖。

肥胖的結果不但容易得糖尿病、高血壓、高血脂，也容易傷及自尊心、憂鬱、性早熟以及呼吸中止現象。肥胖的治療不能操之過急，要知道人的體重要減少一公斤需消耗 7,700 卡(calorie)，而食物中每公克脂肪有 9 卡，每公克蛋白質及澱粉含 4 卡。少吃高熱量食物與多運動是很重要之減肥方法。多吃膳食纖維能增加飽足感。一邊用餐同時一邊看電視也很容易多攝取了高脂肪食物。運動消耗上普通走路約消耗 3.1calorie/kg/day。每天運動時間，最好能達一小時左右，效果較好。(摘自陳百薰, 2007)。