

100 年度護理學院《生命歷程人文關懷特色典範計畫》

各子計畫活動成果報告表

—子計畫 4-2—

活動時間	100 年 11 月 16 日下午 2：30-4：00	活動地點	台中市北屯區東光里民眾活動中心
活動名稱	代謝症候群之防治衛教	參加人數	50 人
指導單位	教育部	協辦單位	中臺科技大學護理系
主辦單位	中臺科技大學醫放系華亦熙老師		
活動宗旨及目的	根據目前最新之全國營養健康調查資料顯示，國人代謝症候群危險性在 BMI 升到 24 以上時有明顯之增加。雖然世界衛生組織以 BMI 30 以上定義為肥胖，但高加索人種 BMI 30 之脂肪含量相對應之中國人 BMI 數值約為 27。調查發現，國內 BMI 27 以上之成人中約 85% 以上有肥胖相關之代謝症疾病。BMI 24 以上之成人中 65% 女性、68% 男性有代謝症候群相關病徵，而 BMI 24 以下之成人中 70% 女性、68% 男性無此病徵。因此最後將國人過重之切點訂在 BMI = 24，肥胖之切點訂在 BMI = 27。此外，中央（腰腹部）肥胖和各種肥胖相關代謝疾病之關係更為密切。隨著台灣邁向老年化社會的趨勢來看，骨質疏鬆症的防制更是刻不容緩，因此，希望藉由這次活動宣導如何預防這些疾病的發生。		
活動內容說明	與中臺科技大學醫放系 FR3AB 的同學，對東光里社區民眾進行： (1) 「代謝症候群」基本認知之前測與後測 (2) 以口述方式宣導何謂「代謝症候群」及如何防治 (3) 問卷調查「代謝徵候群之高危險群」分析 (4) 參與社區促進健康健身活動		
精彩內容摘要	這次活動要感謝護理學院林麗鳳老師長期關懷社區居民，經營社區的辛勞才能讓我順利到東光社區進行相關研究，此外也要非常感謝東光里里長夫人及社區工作人員及醫放系FR3AB學生的幫忙，透過這次活動，關懷社區民眾的健康與推動代謝症候群防治的重要性。		
精彩畫面回顧	 		

