

國立臺灣師範大學 111 學年度第 1 學期

成淵高中國中部實習教案

一、單元教學設計(第二節)

領域/科目	健康促進與疾病預防	設計者	陳文宇、林毓恩、宋沛珊、邱勤予
單元名稱	正確就醫停看聽		
教學年級	國中八年級上學期	教學時間	50 分鐘/一節課
單元教學設計依據			
核心素養	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。		
學習重點	學習內容	Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。	
	學習表現	1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。	
議題融入	無		
教材來源	南一版 八上第二單元第一章—臺灣「醫」級棒 (P.64-69)		
教學目標/學習目標			
<ol style="list-style-type: none"> 理解國內醫療制度及醫療服務，並釐清就醫相關迷思。 (Fb-IV-5、1a-IV-4) 理解聰明就醫六要素內涵，並運用於生活情境之中，針對不正確之就醫行為提出改進方式。 (Fb-IV-5、2b-IV-1、3b-IV-4) 			
教學前準備			
<ol style="list-style-type: none"> 配備電子白板、麥克風、附課程影片之隨身碟 準備教學投影片 賓果小卡一組一張 A5 學習單一人一份 預先將學生分成 6 組，一組至多五人 			
教學活動設計與流程			
引起動機(5min)			
教師先請學生分組討論各自在什麼情形下會去看醫生?在哪裡看的病?主要提問的人是醫生、自己還是父母親?經統整之後再請一至兩組學生代表分享，教師給予回饋後進入之後的教學活動。			
發展活動 1-就醫金頭腦(10min)			
教師邀請學生針對以下迷思問題進行回答，認為正確的就在頭上比個大大的圈，錯誤則是比一個			

大大的叉。總共進行五題，每一題都個別進行講解。

1. 病情沒很嚴重就到藥局買藥即可，省時又方便

錯。我們無法完全確定自己的病症，須交由專業的醫事人員判斷，若僅服藥讓症狀消退則有可能錯過最佳救治時間，甚至造成生命危險。

2. 有名氣的大醫院才能得到最好的治療?

錯。治病的重點在於「對症下藥」，尋找鄰近基層診所省時又省力，且選擇固定之家庭醫師能更了解我們的病史，讓治療事半功倍。若病況較為複雜需要到大醫院檢查，家庭醫師也能開立轉診單，簡化流程又能省錢！

3. 只要身體不適就直接掛急診，才能最快看到診

錯。「先搶救後治病」是急診科最大的特點，進到急診科會先進行檢傷分類，在醫療判斷上較不緊急的患者則會被排到較後的順序，反而等待時間會比門診還久。

4. 吃藥症狀沒改善就趕快換一家診所看?

錯。醫師透過互動與病情判斷逐步調整治療及給藥方針，若中途換一家診所看則會拉長治療週期，也有服用不同藥物間交互作用的風險。若頻繁有這樣的行為也容易導致醫病關係惡化。

5. 服藥幾天後症狀消退就可以自行停藥並不需要回診

錯。回診並非是要賺大家的掛號費，而是用來確認疾病的治療進度，及視需要討論回診必要與排程。若延誤回診則可能導致病情惡化，進而增加治療困難度。

發展活動 2-正確就醫 Bingo! (25min)

活動開始前教師提醒學生上節課看的影片，並再次強調健保面臨破產之風險。教師說明健保要永續除了開源外，節流也非常重要，就由你我開始做起！首先要掌握的就是聰明就醫六要素，教師說明以下內涵(包含了就醫前、中、後)，並提醒同學要認真聽講，待會分組小遊戲會考其中的概念：

1. 觀察病症的情形：觀察身心警訊，來判斷是否需要就醫。

- ✓ 嚴重性：病情有異常，如發燒；或有惡化，如傷口擴大、壓力性焦慮。
- ✓ 持續性：病情持續且未消退，如高燒不退、情緒持續低落。

2. 優先選擇一家醫：優先並固定選居家附近基層診所就醫。

- ✓ 找鄰近診所：尋找鄰近的基層診所診療身心疾病，省時又省力。
- ✓ 選固定醫生(家庭醫生)：選擇固定第一線醫生，建立家庭醫療資料，讓疾病發生時可立即追蹤病情，使得治療事半功倍。

教師補充家庭醫師能提供以下好處：

- (1). 提供 24 小時緊急諮詢電話。
- (2). 協助轉診，免去找醫院困擾同時能減輕部分負擔金額。
- (3). 在合作醫院住院期間，診所醫師也能到醫院探視瞭解病情，出院後由家醫庭醫師後續照護，不用往返醫院奔波。

教師針對醫療院所分級作補充，說明診所、醫院一樣好，有需要看診以診所為第一順位，將醫療資源留給急重症患者，並以學校附近醫療院為例，協助學生回憶上週健保快易通課程，藉由查詢附近醫療所功能，讓學生明白並非只有馬偕是唯一選擇。醫學中心

(馬偕、台大)；區域醫院(臺北市立聯合醫院、新北市立聯合醫院)；地區醫院(泰安醫院、協和婦女醫院、宏仁醫院、佑民醫院)

3. 詳述病症用口訣：能利用口訣完整表述病情給醫生知悉。

✓ 十拿九穩：即健康狀況與**病史**、病徵在**哪**、病徵有**多久**，及醫病**詢問**。

播放就醫提問單小短片(1分24秒)，向學生說明在醫病詢問時可以問那些問題，若怕自己忘記要問什麼問題，則可以使用就醫提問單，協助我們問到想了解的事情(檢查報告、生活調整、未來可能面臨的狀況)，進而掌握自己的健康、得到妥善的治療。



就醫提問單 - 讓醫師知道我關心的事(國語版)



衛生福利部國民健康署
4.32萬位訂閱者

訂閱

14



分享

下載

剪輯片段



教師補充除了看診詳述病情外，拿藥時也要勤發問，詢問藥名、藥效、用法、時間及注意事項(未來課程會再做更詳細說明)。

4. 合理期待最和諧：對醫療抱持合理期待，配合感謝專業。

✓ 合理期待醫療：澄清藥到病除的迷思、明白治療需要過程而沒有速效。

✓ 信任醫護專業：信任並感謝專業的正向心理，維持良好醫病人際關係。

5. 正確用藥愛健保：遵照醫囑服用藥品，不浪費醫療資源。

✓ 用藥前看標示：服用藥物前，看清楚藥袋標示。

✓ 遵醫囑用藥：把需要完整療程的藥物服用完，不多拿就不會囤積浪費。

6. 如期回診要記牢：遵照醫囑如期回診，不延誤病症治療。

✓ 明白回診用意：確認疾病的治療進度，及視需要討論回診必要與排程。

✓ 知悉延誤回診的風險：可能造成病情惡化，增加治療困難度。

經過講解後接下來就要來考考大家有沒有都記起來囉！教師說明活動指導語，將同學分成六組，接著發下賓果 16 宮格小卡，每組同學在上面填隨機 1~16 數字後，依序由第一組開始選任一數字開始回答情境題，答對該題就能將該題數字圈起來，優先連線三條的組別獲勝。以下為 16 題

情境題：

1. (X) 洛伊德在執行任務中不慎受了刀傷，血雖然止住了，但傷口仍大且深。為了避人眼目，自己私下到藥局買藥包紮。**(觀察病症的情形)**
2. (O) 安妮亞突然發燒不退、不斷哭鬧，約兒趕緊帶著他去家裡附近診所就醫，看診服藥後症狀才逐漸消退。**(優先選擇一家醫)**
3. (X) 約兒晚上就要去執行任務了，但她最近深受感冒所苦，吃了三天要還是不見好轉，於是她上網蒐尋名醫並馬上約診，希望能馬上好起來。**(合理期待最和諧)**
4. (O) 洛伊德因為不斷腹瀉而到腸胃科求診，在看診期間他主動告知醫生他的過去病史、症狀及持續時間，並詢問醫生有何建議。**(詳述病症用口訣)**
5. (X) 安妮亞生病了，需要遵照醫師指示按時服藥才能盡快回到最好狀態來爭取「星星」。現在又到了服藥時間，因為他看不懂說明，直接拿了藥袋中其中一包藥服用。**(正確用藥愛健保)**
6. (X) 約兒雖然抱病在身卻有任務要執行，眼看任務內容充滿風險、自己同時也好多了，他就自行決定停藥出發前往執行任務。**(正確用藥愛健保)**
7. (O) 洛伊德因為腹瀉問題吃了三天的藥，為了完全康復，他除了按時服藥外還如期回診。**(如期回診要記牢)**
8. (O) 安妮亞牽著彭德去公園散步時不慎被樹枝畫出五公分長的傷口，為了避免感染，他還是請洛伊德帶她去外科診所就醫。**(觀察病症的情形)**
9. (O) 約兒不幸確診 COVID-19，於是她推辭了所有任務在家中隔離，並遵照線上看診醫師的指示按時服藥，並預約回診時間。**(正確用藥愛健保/如期回診要記牢)**
10. (X) 洛伊德在成淵高中附近執行任務時突然肚子疼痛不已，為了讓任務在時限內完成，她急忙來到馬偕醫院急診掛號。**(優先選擇一家醫)**
11. (X) 安妮亞哭著找約兒說她不舒服，約兒快速地帶她到附近的小兒科看診，但在看診過程中她不斷哭鬧，只好由約兒向醫師轉述她的病情。**(詳述病症用口訣)**
12. (X) 約兒在豔陽之下執行任務許久，最後不幸中暑了，她為了保持最好的狀態而趕往診所就醫，一到診所她就要求醫師為她吊點滴並覺得這樣才能讓她快速好起來。**(合理期待最和諧)**
13. (O) 洛伊德在年老時罹患了高血壓及心血管疾病，多次看診且病情穩定後，他向醫師提出開立連續處方籤的要求，讓他能每個月能自行領藥並每三個月再回診就好。**(正確用藥愛健保)**
14. (X) 安妮亞害怕自己生病而使自己學業表現變差，每當自己覺得身體稍有不舒服就會私自服用從藥局買來的感冒藥。**(觀察病症的情形)**
15. (O) 約兒因為頻繁地月經疼痛而向中醫求診，服藥一個月後症狀仍沒有改善，但他明白這病沒有特效藥，需要在服完藥時回診，並依照醫師的指示一步步把身體調養好。**(合理期待最和諧)**
16. (O) 洛伊德在一次任務中不慎扭傷了腰，他前往復健科診所求診後來到藥局領藥，他仔細地一一向藥師確認每一個藥的使用方式、藥布的貼法，希望能盡快復原。**(正確用藥愛健保)**

統整活動-就醫行為自我診斷(10min)

教師請學生回顧聰明就醫六要素，請學生在學習單寫下自己認為最難做到的一項並說明原因，接著提出一個幫助此要素達成的方式。

教師邀請幾位學生分享寫下的內容，並給予稱讚與回饋。

學習評量

評量基準	評量方式	評分規準		
		A 等級	B 等級	C 等級
學生能理解國內醫療制度及醫療服務，並釐清就醫相關迷思	就醫金頭腦	充分參與問題回答，並完全答對迷思問題。	充分參與問題回答，並部分答對迷思問題	較少參與問題回答，同時較少答對迷思問題
學生能理解聰明就醫六要素內涵，並運用於生活情境之中	正確就醫 Bingo!	Bingo 問題回答完全正確，並完成兩條以上連線。	Bingo 問題回答部分正確，並完成兩條以上連線。	Bingo 問題回答較少正確，並完成兩條以上連線。
學生能針對不正確之就醫行為提出改進方式	就醫行為自我診斷	完整反思自己在正確就醫行為較難做到的地方，並提出改善方式	部分反思自己在正確就醫行為較難做到的地方，並提出改善方式	較少反思自己在正確就醫行為較難做到的地方，並提出改善方式

教學參考資料來源

1. 衛福部中央健保署網站 <https://www.nhi.gov.tw/>
2. 健康促進學校網站 <https://hps.hphe.ntnu.edu.tw/>
3. 衛福部網站 <https://www.mohw.gov.tw/cp-4251-50203-1.html>
4. 董貞吟教授「全民健保 永續經營」專案計畫 2021 校本策略推動簡報