

職場健康篩檢－以某銀行總公司代謝症候群篩檢為例

江宜璇、楊逸菊

2015.02.

壹、背景資料

依據國民健康署在 2007 年完成之「臺灣地區高血壓、高血糖、高血脂之追蹤調查研究」結果顯示，臺灣地區 20 歲以上的民眾，近四成患有三高，2011 年達 785 萬人。而最新的 2013 年國人十大死因統計中與三高相關的疾病包括第 2 位心臟疾病、第 3 位腦血管疾病、第 4 位糖尿病、第 8 位高血壓性疾病及第 10 位腎病（心血管相關疾病從 2007 年以來都保持在第 2、3 位）。死亡人數總和 4 萬 8,033 人，超過罹癌人數（4 萬 4,854 人）。

從 1970 年起，「健康促進」議題就開始受到各國健康計畫推動者密切注意；1990 年後，臺灣也漸漸將健康促進觀念帶進職場，以因應世界推動職場健康促進的潮流。而代謝症候群的盛行及對國人健康的影響，儼然已成為我國及世界的新興重要公共衛生議題。

貳、活動主旨

院方每年提供相關醫療資源，做為醫學中心社區職場健康促進的責任回饋。以「遠離代謝症候群」為宣傳重點，藉由健康篩檢活動的進行，希望喚起公司行號員工，積極改善潛在及現存健康問題，減少未來慢性疾病的發生，並提升個人對代謝症候群的認知與自身健康狀態的了解，促進健康並增進工作效能。

參、準備工作

一、事前聯繫、溝通

1. 與公司接洽

- a. 公司主動來電（或醫院主動接洽）。
- b. 院方確認公司內負責員工健康促進的窗口，並互留 E-Mail，以利後續聯繫。

2. 確認活動時間、地點、篩檢人數、篩檢項目及流程

- a. 應公司需要，共計進行兩天，每天從上午 9 點至 11 點止。
- b. 為便於受檢者於篩檢後可馬上回到工作崗位，盡量利用公司內部方便的空間，如借用公司保健室及會議室進行篩檢。
- c. 考量院方每次派出的篩檢人力，為維護篩檢品質，每場次篩檢人數上限為 60 人，採事先報名以控制人數，預計篩檢共 120 名，由公司窗口負責接受報名，以及安排同仁分批報到的時間。
- d. 篩檢項目除身高、體重、血壓、血糖、血脂及腰圍等，另外提供腎臟功能檢查與一氧化碳濃度檢查。

e. 報名者需先至會議室進行簽到，之後各篩檢項目不分前後順序，直到完成全部篩檢項目。

3. 互相協調雙方可支援的人力

a. 因院方人力關係，血糖、血脂、腎臟功能檢查及一氧化碳濃度檢查等由院方護理師負責進行；腰圍可由院方行政人員測量。

b. 其它部分則由公司派員協助，如報到、身高、體重、血壓（電子血壓計）。

二、院方內部公文呈核

1. 確認篩檢事項

透過 E-mail 的往來，確認各篩檢事項雙方皆知悉，且充分溝通討論所有細節及可能狀況。

2. 撰寫計畫書

將討論的內容寫成計畫書，並編列院方所需預算。

3. 公文呈核

三、器材準備

1. 血糖篩檢

由護理部提供借用血糖篩檢儀器一台，社區醫學科負責保管責任，血糖檢測試紙則依院方規定進行申請。

2. 血脂篩檢

向廠商借用簡易型血脂篩檢儀器三台，社區醫學科負責保管責任，血脂檢測試紙則依院方規定進行申請。

3. 一氧化碳濃度篩檢

由護理部提供檢測儀器及準備拋棄式吹管，於篩檢時帶至現場。

4. 腎臟功能篩檢

由腎臟科護理師準備尿液篩檢試紙及拋棄式塑膠杯，於篩檢時帶至現場。

5. 其它設備

a. 測量身高、體重等設備，因體積、重量較龐大，由公司保健室提供。

b. 測量腰圍的布尺、消毒用酒精棉片、拋棄式採血針等，並準備可丟棄針頭及感染性垃圾的桶子，由院方提供。

四、準備篩檢結果報告表單

1. 合併表單

a. 準備健康檢測紀錄表（附件一）及腎臟功能篩檢報告單（附件二），皆為 A4 大小，為便於受檢者攜帶到各站接受篩檢，在表單上合適的地方釘起來（附件三）。

b. 亦可按照篩檢項目重新設計。

2. 編號表單

表單上有受檢者填寫基本資料的欄位，但為了可以簡單、快速辨別上下聯，在第一頁健康檢測紀錄表上、下聯的右上角分別編上日期及號碼。

3. 寄送表單

事前將裝訂好的表單寄給公司窗口，提早分發給已報名的公司員工，俾利先填寫基本資料。

五、確認場地

1. 篩檢活動前到公司現場勘查動線。
2. 安排各站位置。

六、人員安排

功能	建議人數	工作內容
報到	1	引導受檢者報到、簽名，完成後受檢者開始進行篩檢。
測量身高及體重	1	協助受檢者進行測量，並登錄數據於表單上。
測量血壓	1	能正確使用電子血壓計協助測量，並登錄血壓結果於表單上。
測量腰圍	1	使用布尺測量，並登錄於表單上。
血糖及血脂篩檢	2	1人負責採血進行血糖及血脂檢測，1人負責將檢測結果登錄於表單上。採血者須由護理人員擔任。
腎臟功能檢查	1	發放尿液篩檢試紙，並判定試紙結果，以及提供相關衛教。由腎臟科個案管理師（護理師）負責。
一氧化碳濃度檢查	1	準備檢查用設備，並協助進行測量，以及提供相關衛教。由護理部個案管理師（護理師）負責。

以上共需要 8 名人力，除了採血者、腎臟功能檢查、一氧化碳濃度檢查等需要護理人員擔任外，其他人力可由院方行政人員或是公司員工協助執行測量。

肆、執行（當天現場）

一、現場布置

1. 準備數張桌子，分別供報到、量血壓、檢測血糖及血脂、發放尿液試紙、一氧化碳濃度檢測等使用。
2. 準備數張椅子，供受檢者可於量血壓、檢測血糖及血脂、一氧化碳濃度檢測時使用。
3. 將各站的所需用品擺設完成。
4. 各站人員就定位。

二、篩檢進行

1. 受檢者先進行報到手續。
2. 不分先後順序至各篩檢站進行篩檢。

3. 各站協助受檢者進行篩檢，數據出來後，填寫在表單的上、下欄中。
4. 受檢者確認各篩檢數據填具完成。
5. 將表單交給院方工作人員。
6. 把兩張表單下欄撕下交給受檢者，院方回收表單上欄。

三、數據登錄

1. 將回收的上欄表單按號碼排列順序。
2. 所有數據輸入 Excel 工作表中。
3. 計算 BMI。
4. 註記結果數值為正常或異常。
5. 統計各項目正常及異常人數與比率。

四、回饋結果給公司

將原始結果紀錄及統計檔案利用 E-mail 寄送給公司窗口。

伍、結果分析（範例）*

一、篩檢項目別

1. 最後總篩檢人數為 108 人，接受篩檢的女性多於男性。
2. 結果分析項目共有血壓、血糖、血脂、腰圍、BMI、腎臟功能等 6 項。
3. 所有項目總和異常人次共有 167 人次。
4. 項目異常率前三名：第一名 BMI（37.96%）、第二名血糖（31.68%）、第三名腎臟功能（29.81%）。
5. 一氧化碳濃度檢查為宣導性質，不論是否有抽菸皆可接受檢查，故無記錄結果。測出數值較高的話，當場由護理師瞭解狀況，並進行衛教及提供相關資訊。

二、性別 + 篩檢項目別

1. 男性異常率前三名：第一名 BMI（51.11%）、第二名血糖（33.33%）、第三名血壓（26.67%）及腰圍（26.67%）。
2. 女性異常率前三名：第一名腎臟功能（尿液篩檢）（35.00%）、第二名血糖（30.51%）、第三名 BMI（28.57%）。

*篩檢結果為該公司員工個人健康資訊，故除篩檢總人數外，僅列出異常總人次，以及總和、性別別異常率前三名。

陸、活動照片





柒、檢討

1. 現代人多因工作繁忙，而使飲食不正常且缺乏運動。雖然大部分公司有提供定期健康檢查，但間隔的時間長，容易在不知不覺中成為代謝症候群的一員，增加罹患心血管疾病的風險。
2. 在定期健康檢查的間隔中，透過簡單、快速的篩檢活動，可以幫助員工了解自身最近的健康狀況，若有異常發現，可早期進行防範或治療。
3. 此次篩檢活動中，發現該公司員工的血糖及 BMI 異常率高，顯示此兩項為該公司最需要注意的健康重點。
4. 事後的結果統計分析可幫助公司管理階層了解目前員工的健康狀況，進一步著手規劃適合的健康促進活動。
5. 篩檢活動流程中，須讓受檢者遵守篩檢事項，讓篩檢結果數據更具有參考價值。
6. 雙方在事前須使用 E-mail 進行聯繫，以及事項確認。即使已在電話中講定的事項，還是要用 E-mail 做文字上的再次確認，可減少認知上不必要的誤會及差距。

捌、致謝

國泰綜合醫院 林志明院長
洪焜隆副院長
護理部魏芳君督導、劉錦蓉護理長、李舒卉護理師、
張瓊茹護理師、曾寶玉護理師、黃靜誼護理師、
簡宛晴護理師
社區醫學科周婉芸管理師

玖、相關閱讀

1. 衛生福利部國民健康署：成人（20 歲以上）代謝症候群之判定標準（2007 台灣），
<http://www.hpa.gov.tw/BHPNet/web/HealthTopic/TopicArticle.aspx?No=200712250123&parentid=200712250023>。
2. 衛生福利部國民健康署：2007 年完成之「臺灣地區高血壓、高血糖、高血脂之追蹤調查研究」結果顯示，
http://health99.hpa.gov.tw/txt/PreciousLifeZone/PreciousLife_detail.aspx?topicno=790&DS=1-life。
3. 衛生福利部統計處：死因統計，
http://www.mohw.gov.tw/cht/DOS/Statistic.aspx?f_list_no=312&fod_list_no=1610。
4. 衛生福利部國民健康署，職場健康促進推動指引，2007 年 2-3 頁。