

臺南市光華高級中學教師參加校外各項研習會心得報告

報告人：陳貞曄

會議名稱	111 年度學校護理人員繼續教育研習	主辦單位	臺南市政府教育局 中華民國學校護理人員協進會臺南市分會		
日期	111 年 1 月 24 日 8：00~17：00	承辦單位	臺南市大灣國小	地點	臺南市大灣國小

一、會議目的：

- (一)、增進學校護理人員對於學檢的專業知識，提升學校護理人員的角色與功能。
- (二)、課程係以骨骼、循環經二大系統之身體評估為主幹，透過實際技術練習熟悉基本評估技巧後，輔以校園常見疾病為例，深入練習這些個案之特殊身體評估檢查結果與判讀。
- (三)、服務於校園護理師，提供醫療專業，關心與照顧學童的身體健康，也需處理繁瑣的行政事務，可能在無形之中也累積了壓力與情緒，透過課程期待讓護理師們自我檢視壓力狀態，也學習紓壓與釋放情緒的方法，照顧別人的同時也能照顧自己。

二、研習議題及內容：

(一)、身體評估(一)-- 長庚科技大學/李香君副教授

骨骼評估順序：視診→觸診→扣診→特殊檢查

視診：1. 前方→目測左右連線的高度有無在同一水平線上

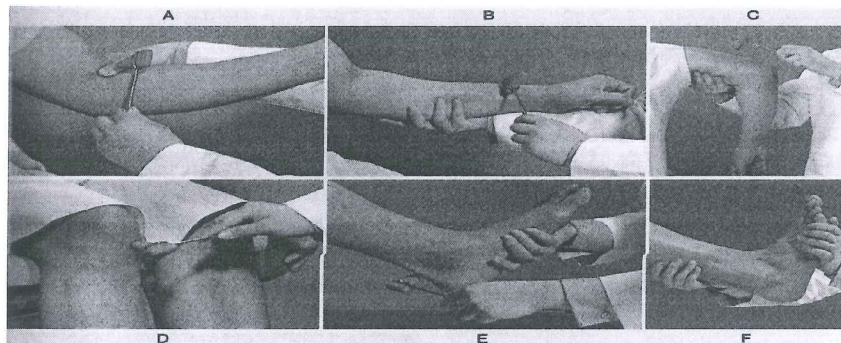
(1) 左右肩峰鎖骨關節、(2) 左右腸骨前上棘、(3) 左右膝關節

2. 側面→目測頸椎(C₁~C₇)、胸椎(T₁~T₁₂)、腰椎(L₁~L₅)及薦椎(S)的排列弧度
正常情況：頸椎為內凹、胸椎為外凸、腰椎為內凹、薦椎為外凸。

3. 後方→目測左右連線的高度有無在同一水平線上

左右肩胛骨+左右腸骨棘

觸診+扣診：



(二)、身體評估(二)-- 長庚科技大學/李香君副教授

局部心血管評估順序：1. 脈搏和血壓、2. 四肢、3. 頸部血管、4. 心前區

瓣膜功能：防止血液逆流

瓣膜的關閉產生正常心音 S₁, S₂ (正常瓣膜開啟時不會有聲音)

心雜音：渦流或撞擊性血流所產生，流速增加、血液黏稠度下降、瓣膜結構缺陷、心臟腔室有不正常開口

BP 隨年齡、性別、種族、一天週期等因素變化；也會受心輸出量、末梢血管阻力、血管壁彈性等因素影響

Pitting Edema：壓 5 秒

雙側的凹陷性水腫可見於：鬱血性心衰竭(Congestive Heart Failure)及肝硬化(Liver Cirrhosis)之病人

三、感想：

台灣目前學生健康狀態：健康狀態良好 80%、慢性病等問題 20%。而 109 年 12~24 歲學生五大死因：1. 事故傷害、2 蓄意自我傷害、3. 惡性腫瘤、4. 心臟疾病、5. 腦血管疾病。由這資料顯示，良好的健康狀態要有良好的習慣做基礎，還要有健康概念與樂觀思維，而校護藉由依專業所學及健檢異常複檢，幫助潛在性之健康問題與特殊疾病學生的照護，這也是身體評估的重要性。

學務主任：

學務主任 黃美紅

教務主任：

教務主任 陳麗珠

校長：

光華高中 校長 張敬川