

<<兒童健康勝經>>

图书基本信息

书名：<<兒童健康勝經>>

13位ISBN编号：9789862480687

10位ISBN编号：9862480688

出版时间：大好書屋出版股份有限公司

作者：周怡宏 著

页数：224

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<兒童健康勝經>>

前言

作者序：0 - 18歲兒童健檢，照顧孩子更得心應手行醫二十餘載，身為一位專業且努力的兒科醫師，我曾經參與拯救過無數的小生命，也在多種兒科疾病的治療成效上讓孩子重拾健康。

從癌症病童的診斷、小腦退化的小男孩、紅斑性狼瘡的小女孩、腹腔腫瘤的少女、巨腸症的嬰兒、過敏病的小學童、還有許許多多500 - 2000公克的小早產兒.....也在過去的軌跡裡，獲得許許多多家長的肯定以及認同。

從每一個小小生命的起起落落，我深刻體會到孩子的種種令人憐愛的表情，還有為人父母者一種最卑微的期盼 - - 養育一個健康的孩子。

起心動念之際，我腦海中自然地浮現一種想法：每一位可愛的孩子都值得寶貴而值得珍視，而最重要的，是為那些為數眾多、外觀看來健康的孩子，預先設計一套完整且涵蓋0 - 18歲的兒童健檢方案，在父母親的配合協助之下，定期進行自我評量；並且有一個兒童健康照顧的專業團隊，有效率地提供全方位的各項評估、訓練.....等解決方案，才能儘早發現孩子們的健康問題。

我們應該認真地為每一位孩子做好預防保健，更應該由父母親自參與孩子的健康照顧，才能收到最大最好的效益。

健康的投資是無價的，也是有可預期回報的，尤其是愈早投入關注，收到的效果愈佳。

因此，我們期望家長定期為孩子進行完整的健康評估，能夠愈早發現問題的存在，就愈能替孩子找到適當且及時的訓練治療。

因此，我真心期待在臺灣成立愈來愈多以孩子健康照顧為本位，而不是只以疾病治療為導向的兒童醫療機構。

2008年11月伴隨個人的診所 - - 周怡宏小兒科診所，而同時成立的栽培兒童健康醫療機構，也是亞洲第一家提供全方位兒童健康評估與訓練的醫療場所，本著回饋社會的服務熱誠，秉持專業照顧每一位成長中兒童的經營理念，為臺灣的每一位準媽媽及父母，提供全方位的兒童預防保健服務。

理想上，這一類型的兒童健康服務機構的運作，除了需要一位用心主導的兒科資深醫師之外，還需要集合一批有預防醫學概念與經驗的兒童醫師、營養師、心理師、職治師、護理師、體能師等專業菁英，為孩子們規劃了整合性的健康評估檢查，更設計了許多配套性指導訓練的解決方案。

經由定期的0 - 18歲兒童健檢，我們的專業團隊就可以解讀困擾孩子及家庭的健康、發展、營養、感統、睡眠、照顧教養、運動體能等問題，並給予個別化的兒童、家庭導向訓練模式，引導孩子順利回到健康之路。

雖然，因為種種因素的影響與考量，單純的兒童健檢中心仍難以在此時大步向前邁進。

但是，身為對孩子健康滿懷熱忱的兒科醫師，我深深相信只要父母親能夠從小把栽培孩子的過程，把平時健康的照顧當成第一要務，那麼，舉凡從媽媽懷孕開始，一直到孩子成長過程所可能面臨之形形色色、大大小小的健康問題，都可以在您所相信的兒童專業團隊協助下---不管是在診所或者醫院之中，透過親切評估、仔細判讀及個別指導訓練，讓您無憂無慮的教養一個既聰明又健康的寶寶。

<<兒童健康勝經>>

內容概要

華文世界第一本，0 - 18歲孩子的健康管理指南！

兒科權威周怡宏醫師20年經驗關鍵報告 累積照護超過300,000名兒童的經驗分享..... 教你全方位守護孩子的成長 給孩子最好的，就是為您的寶貝做好健康管理，從小奠定最佳的健康基礎！

本書集結兒科權威周怡宏醫師20年問診經驗，認識從幼兒、兒童到青少年各階段的必備知識，解讀困擾父母的種種發展、營養、感統、睡眠、照顧教養、運動體能.....等問題，除了全方位評估健康狀況，更利用保健基因篩檢，替孩子打造健康的未來！

兒童基因保健篩檢，破解0-18歲健康密碼 許多父母把心力都關注在孩子的學業、才藝表現上，卻不知道可以透過基因保健篩檢，投資孩子一生的健康。

你知道嗎？

世界衛生組織研究報告指出，人類面臨的種種疾病中，有1 / 3可以透過預防保健程序加以避免；有1 / 3可透過早期發現而得到有效控制；另外有1 / 3若透過資訊有效溝通，就能提高治療效果。

至於我們未來的主人翁：小孩子們，他們麻雀雖小，五臟俱全，他們的健康狀態與我們大人一樣具備了生理上、心理上和社會上三個層面，從誕生開始就已染上了一些未被發現的疾病，例如白血病、糖尿病、心臟病、腫瘤或癌症、小腦退化症、自閉症等等，這些病有些是與生俱來的，有的與基因有關，有的與營養飲食或週遭環境有關，因此在現代的社會環境，除了注意成人的健康保健外，兒童的健康保健一樣重要。

孩子的健康，可以做得更早、更好！

拜基因醫學之賜，家長可以在孩子的疾病尚未發生之前，提早了解孩子身體裡的祕密，並為孩子規劃全方位的健康管理方案，延緩或避免疾病的發生，讓孩子贏在健康的起跑點！

書末另附錄實用資訊： 1.臺灣新一代0 - 6歲兒童預防保健服務內容 2.臺灣的公費疫苗預防接種時間表 3.臺灣新版學生健康檢查建議表 4.英國國家NHS 0 - 5歲兒童健檢內容 5.香港衛生署家庭健康服務 - 兒童健康、6.日本0 - 3歲兒童健檢內容 隨書附贈周怡宏小兒科診所兒童評估200元折價券 聯合推薦 台灣兒科醫學會理事長、台大醫院小兒部教授 / 張美惠 中山醫療社團法人中山醫院院長 / 施俊雄 台北榮總醫院新生兒科主任 / 陳淑貞 台北馬偕醫院小兒部醫師 / 許瓊心 台中榮總醫院新生兒科主任 / 陳昭惠 高雄長庚醫院前新生兒科主任 / 鍾美勇 名節目主持人、作家 / 林書煒 國立台北教育大學幼兒與家庭教育學系主任 / 盧明 勁寶兒幼兒教育系統總裁 / 儲瑄 U-BABY總裁腦培育機構執行長 / 胡裕成 台灣基因公司總經理 / 郭東源

<<兒童健康勝經>>

作者簡介

周怡宏 臺灣大學醫學院畢，任臺灣巴掌仙子關懷協會創會理事長、中華民國新生兒醫學會理事、臺灣基因公司首席醫學顧問、衛生署國民健康局母嬰親善醫院評鑑委員、衛生署國民健康局嬰幼兒聽力聯合委員會委員……等。

曾任敏盛醫療體系婦幼系總監、長庚兒童醫院新生兒科主任、臺大醫院小兒部主治醫師等職。

現任周怡宏小兒科診所負責人兼院長、台北中山醫院小兒科特約醫師、亞東技術學院護理系兼任助理教授、亞太兒童睡眠聯盟（APPSA）台灣區專家代表，並於《育兒生活》、《嬰兒與母親》及《學前教育雜誌》擔任編輯顧問。

曾於美國貝勒醫學院德州兒童醫院新生兒科進修研究，專研新生兒加護治療及一般嬰幼兒健康照護；並為國內第一位兒科醫師於美國農業部兒童營養研究中心擔任訪問學者，努力鑽研嬰幼兒營養評估及飲食治療指導。

返國後，受聘於長庚兒童醫院新生兒科，擔任科主任以及兒童內科助理教授一職，全心開拓國內最大規模的新生兒照護中心，臨床照護成效卓著，締造國內早產兒最高生存率與低罹病率等佳績，並獲得多次加護病房與醫院評鑑之品質認可。

除了兒童醫療上的付出之外，周醫師也致力於醫界及社會公共事務，並主編《嬰兒保育及實務》一書，建置國民健康局臺灣嬰幼兒聽力網、規劃臺灣巴掌仙子關懷協會長期性之幼兒醫療保健講座，以及規劃主講嬰兒按摩全國性教育宣導活動。

臨床專長為新生兒科學、一般兒科學、嬰幼兒營養學、早產兒加護治療，深信臨床應與研究主題互相結合，最能對於廣大兒童病患有所裨益。

臨床診療特色在於仔細看診幼兒病症、臨床經驗廣博多識、家長提問有問必答、謹慎檢驗及轉介，更重要的是能夠以孩子整體健康為考量，著重疾病居家照顧與平時預防之教導。

長期投入兒童生長與發展評估門診，為第一位只專看兒童健診的兒科醫師、國內首創設立嬰幼兒營養評估門診、第一位極力推廣嬰幼兒聽力評估的兒科醫師、持續推動高危險新生兒追蹤門診等，均為十分重要而為父母關切的嬰幼兒醫療事務。

<<兒童健康勝經>>

書籍目錄

推薦序：在兒童時期，奠定一生的健康基礎 / 張美惠推薦序：兒童健康保健與大人一樣重要 / 施俊雄
 推薦序：讓您的孩子，贏在健康的起跑點上 / 陳淑貞推薦序：從小為您的寶貝做好健康管理 / 許瓊心
 推薦序：健康促進，從小開始 / 陳昭惠推薦序：讓我們的孩子，真正無憂無慮地健康成長！
 / 鍾美勇推薦序：給孩子更早、更好的健康照護 / 林書煒推薦序：身體健康，是一切的基礎 / 盧明推
 薦序：父母必備的兒童預防醫學專書 / 儲瑄推薦序：臺灣兒童健康，新思維實踐先鋒 / 胡裕成推薦序
 ：兒童預防醫學的指標 / 郭東源作者序：0 - 18歲兒童健檢，照顧孩子更得心應手寫在前面：令人心痛
 的故事兒童健康需要您更多關心！

第一部 從小為您的寶貝做好健康管理邀請每一位愛兒的父母，為孩子的健康作答世界衛生組織的健康
 定義身體疾病發生五階段為什麼要做兒童健康管理？

健康管理是什麼？

全方位的兒童健康內涵適合育兒的理想的健康城市現今兒童健檢的種種缺點 - - 醫療角度現今兒童健
 檢的種種缺點 - - 醫師角度兒童健康管理的準備與期待 - - 父母角度兒童健康管理的內容理想規劃兒
 童健康照護變得更好了嗎？

對於21世紀兒童健康管理的建議第二部 讓孩子遠離疾病讓孩童遠離肥胖肥胖症預防與管理，從小開始
 培養良好飲食習慣，從小開始預防癌症，從小開始預防糖尿病，從小開始預防心血管疾病，從小開始
 培養規則運動習慣，從小開始確實口腔牙齒保健，從小開始合宜的視力保健，從小開始培養閱讀習慣

，從小開始避免孩子的生活習慣病第三部 孩子健康可以做得更早更好臺灣vs.全世界孩子的健康現況父
 母要做稱職的兒童健康照顧者影響嬰幼兒發展因素分析美國兒科醫學會的兒童預防性健康維護指引兒
 童健康檢查的重要性與內容栽培兒童健康中心與現有醫療體系的比較表國內外兒童健檢方案比較表為
 孩子選擇適當的健檢方案第四部 替您的寶寶算命 - - 兒童保健基因檢查客觀的為寶寶算命孩子會不會
 得到遺傳疾病？

基因是什麼？

基因檢查怎麼做？

基因檢測與一般健檢的差異何在？

保健基因篩檢怎麼做？

保健基因篩檢的項目第五部 孩子的全方位健康評估兒童健檢建議時程，及可檢測疾病孩子做了兒童基
 礎身體評量沒？

3歲以上兒童應定期測量血壓孩子做了兒童體檢與生長評估沒？

孩子做了眼、鼻、耳及聽力檢查沒？

孩子做了兒童教養照顧評估沒？

孩子做了兒童睡眠品質評估沒？

孩子做了兒童感覺統合評估沒？

孩子做了兒童營養評估沒？

孩子做了兒童發展心理評估沒？

學齡前孩子的行為情緒溝通問題孩子做了兒童運動體能檢測沒？

孩子做了兒童實驗室與影像檢查沒？

附錄附錄1.臺灣新一代0 - 6歲兒童預防保健服務內容（共計7次檢查）附錄2.臺灣的公費疫苗預防接種
 時間表附錄3.臺灣新版學生健康檢查建議表（共計4次檢查）附錄4.英國國家NHS 0 - 5歲兒童健檢內容
 （共計10次檢查）附錄5.香港衛生署家庭健康服務 - - 兒童健康（共計12次檢查）附錄6.日本0 - 3歲兒
 童健檢內容（共計10次檢查）

<<兒童健康勝經>>

章节摘录

世界衛生組織的健康定義 世界衛生組織（World Health Organization）於1998年對健康重新定義如下：「健康是動態性身體、心理、靈性及社會的完全安適狀態，不只是沒有生病或身體虛弱而已。」

此定義將健康領域拓展到更大的層面，理想的健康狀況不僅是免於疾病的困擾，更要提升至靈性層面，包括能夠生活得愉快，與他人的社會互動良好，使個體處在健全美好的狀態。

另外，自1980年以來，歐美開始強調全人健康（holistic health）的概念，若從全人健康的角度來看健康層面，身體安適是指身體功能可以發揮最理想的狀態；心理安適則強調智能，一種可以收集、處理、回憶與溝通訊息的能力，包括警覺性、創造力、記憶力等角色（Butler,1997;Seaward,2001）。

身體健康是一個人生活的基本要素，有強健的體魄才有餘力去滿足需求和自我實現；尤其嬰幼兒若能從小養成良好健康習慣，將能夠發展得更好。

同時，健康也是生活滿意度與安適的重要組成因子，想要提升生活品質，就必須考量健康的重要性。基於對於健康的認知，WHO在1978年發表的Alma-Ata宣言，明白揭示「促進健康與預防疾病」為全球公共衛生重要工作，並於1986年WHO「渥太華健康促進憲章」中，舉出健康促進的五大策略，包括：

1. 訂定健康的公共政策 2. 創造支持性的環境 3. 強化社區的行動力 4. 發展個人的技能
5. 調整健康服務取向 在渥太華憲章中，也提出「Settings for health」的新觀點，強調「建立實務工作的聯絡網與計畫」來創造健康的生活環境，如健康促進學校、健康促進醫院、健康促進工作場所、健康促進城市……等，更於1991年Sundsvall宣言中進一步提出「為健康創造一個支持性的環境」的理念（WHO,1998）。

此處所謂「環境」，不但指醫院及學校，更包含社區。

對於整體健康品質的追求，當然不止於成人，更應向下延伸至嬰幼兒期。

身體疾病發生五階段 大部分個人會等到疾病症狀已經出現了，才會想到去找醫師，但是此時疾病已達到臨床期，疾病的臨床症狀已經逐漸地出現，對外觀及日常生活也有部份影響。

慢性疾病若能在臨床期之前就發現，即可以及早進行治療，其效果會遠比症狀出現後才治療好得多，而且復原機率也較高。

如果疾病直到臨床期才被發現，所需投入的診治時間與金錢就會相對地增加，且治癒率也較低。

因此，定期健康檢查的意義，即在於當疾病仍潛藏在人體中，但尚未有明顯症狀時，就先檢查出來並加以治療，期望能藉由「早期發現，早期治療」，增加醫學治療的效果，並減少疾病的繼續惡化，保持身體的健康狀態。

一般情況下，疾病的發生在醫學的學理上可以分為五個階段： 1. 易感染期 疾病尚未發生，但危險因子已存在而可以被辨認，例如體重過重、肥胖、血壓過高……等情形。

2. 臨床前期 疾病已在人體內某部位產生病理上變化，但在外觀及日常生活尚未有所改變。

3. 臨床期 疾病的臨床症狀已經逐漸地出現，對外觀及日常生活有部份影響。

4. 殘障期 疾病的臨床症狀已完全發生且表現出來，外觀及日常生活受到相當大程度的影響。

5. 死亡 疾病惡化使器官功能遭到破壞，而劇烈影響生理代謝作用，使身體重要器官步入衰退期，最後導致死亡。

<<兒童健康勝經>>

媒体关注与评论

台灣兒科醫學會理事長 / 台大醫院小兒部教授 張美惠 中山醫療社團法人中山醫院院長 施俊雄 台北榮總醫院新生兒科主任 陳淑貞 台北馬偕醫院小兒部醫師 許瓊心 台中榮總醫院新生兒科主任 陳昭惠 高雄長庚醫院前新生兒科主任 鍾美勇 名節目主持人 / 作家 林書煒 國立台北教育大學幼兒與家庭教育學系主任 盧明 勁寶兒幼兒教育系統總裁 儲瑄 U-BABY總裁腦培育機構執行長 胡裕成 台灣基因公司總經理 郭東源

<<兒童健康勝經>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>