

標 題	花蓮區特殊教育相關專業服務知能研習-照顧特殊學生 醫師分享健康促進
新聞來源	2019-10-05 更生日報 http://www.ksnews.com.tw/upload/20191005-006.pdf

花蓮區特殊教育相關專業服務知能研習

照顧特殊學生 醫師分享健康促進

記者張小菁／報導
國立花蓮特教學校
四日辦理花蓮區特
殊教育相關專業服
務知能研習「淺談
青少年健康促進技
巧」，邀請慈濟醫
院張雲傑醫師演講
，指導大家認識青
少年的身心狀況及
妥適的照護，陪伴
孩子改善健康邁向
健康體位。
舉行這項研習為
提供花蓮區相關專
業服務人員在面對
身心障礙者職能治
療教學相關工作的
能力，以及學習如
何透過跨領域團隊
合作照護教學、溝
通方法，運用於教
學及自我照顧等，
包含校內教師、家
長、以及花蓮區高
中職校教師參加，
活動開始，由實輔
處說明研習課程，
並由花特教校長宋
秉銀頒贈感謝狀，課程內容從
青少年的肥胖引發的疾病對生
活及情緒的影響，以及青少年
時期生理心理的變化，並藉由
飲食衛教的認識與飲食調整、
以及適切的運動與生活作息來
改善體位。

慈濟醫院張雲傑醫師特別介
紹特教學校的特殊學生包括唐
氏症、小胖威力及吞嚥困難等
學生的特徵與治療評估，指導
大家正確的照顧方式；另外對
於青春期的心理變化及社交
問題等，給予安全穩定的環境
有助於身心靈健康。
特殊學生常因生理方面限制
和生活習慣不佳，引發健康方
面問題，包括體重、視力保健
和口腔衛生等，針對控制特殊
生的健康飲食和體重方面，教
師可以從健康飲食教育開始，
引導特教生攝取五大類營養，避
免高油、高糖和高熱量食物；提
醒特教生進食時，要細嚼慢嚥，
有助消化，用餐後最好能去散
步。透過飲食控制、特殊教育、
行為矯正來協助特教生養成健
康的飲食習慣。



圖：花蓮特教學校邀請慈濟醫院張雲傑醫師主講「淺談青少年健康促進技巧」，讓特教生的照護者瞭解如何幫助學生建立良好飲食習慣。

在運動方面，除了透過體育課
程讓特教生消耗熱量之外，可以
鼓勵他下課後離開座位到戶外散
步或打球，部分課程可採站立實
作上課，避免久坐造成的健康問
題。教師也要提醒特教生和家長
及早發現問題，及早治療改善，
讓特教生找回良好視力、健康口
腔和適宜體重。
校長宋秉銀表示，感謝實輔處
的用心安排，讓師長們瞭解青少
年問題與飲食衛教的重要關聯，
更指導身障者的照護者及師長學
習正確妥適的照顧身障者，讓這
些學生能安穩度過青少年階段。