

桃園市政府 108 年「珍愛女性」及「疼惜父親」

到府健康檢查活動實施計畫

壹、緣起

公務同仁健康係各項市政政策推動的基礎，市長曾多次在公開場合鼓勵各機關主動推展各項促進員工身心健康措施，本府 107 年亦與本市區域醫院以上等級之 6 家醫療機構洽簽健康檢查優惠方案，提供同仁多元選擇；為進一步規劃優質、便利之健康檢查，與優質之醫療機構合作辦理到府健康檢查，以照顧同仁身體健康，特訂定本計畫。

貳、參加對象

本府所屬各機關學校同仁(含公務人員、約聘僱人員、技工、工友、駕駛、清潔隊員、測量助理及臨時人員)皆得自費參加，並開放員工眷屬得享相同優惠。另符合本府 108 年健康檢查補助者，得持繳費收據，向服務機關學校申請健康檢查補助費。

參、辦理機關

- 一、主辦機關：桃園市政府人事處
- 二、協辦機關：桃園市政府衛生局
- 三、承辦醫療機構：醫療財團法人徐元智先生醫藥基金會亞東紀念醫院〔衛生福利部評鑑合格之醫學中心，檢驗室具財團法人全國認證基金會(TAF)認證，以下簡稱亞東醫院〕

肆、活動規劃

- 一、整合資源，合作辦理到府健康檢查
 - (一)本府人事處及衛生局與亞東醫院洽談到府健康檢查優惠合作方案。
 - (二)結合國民健康署免費健康檢查項目(如子宮頸癌及乳癌篩檢等)，於活動當日安排子宮頸抹片車及乳房 X 光攝影車，以利同仁檢查。
- 二、依同仁需求規劃健康檢查方案
 - (一)針對上班族常見疾病規劃新臺幣(以下同)3,500 元健康檢查優惠方案。
 - (二)考量男性與女性身體狀況不同，部分疾病好發率亦有所不同，健康檢

查方案依性別不同需求，分別提供適合女性(卵巢癌及骨盆腔超音波等)及男性(攝護腺癌及前列腺超音波等)之檢查項目。

三、擴大照顧對象

- (一)為鼓勵員工重視自主健康管理，亞東醫院規劃之優惠健康檢查方案，除提供現職公教員工外，員工眷屬亦得依此優惠價格參加檢查。
- (二)考量部分疾病好發年齡有下降趨勢，另請亞東醫院規劃適合年輕族群之基礎健康檢查項目，並以 500 元優惠價格提供同仁選擇。

四、活動時間及地點

配合 108 年 3 月 8 日婦女節及 8 月 8 日父親節，辦理 2 場次到府健康檢查活動，各場次活動內容如下：

場次	時間	活動名稱	活動地點	備註
第 1 場次	108 年 3 月 8 日 上午 8 時至 12 時	珍愛女性 健康檢查活動	桃園區公所 4 樓 禮堂及區公所前 廣場	1. 各場次男性及女性 公務同仁皆可參加
第 2 場次	108 年 8 月 8 日 上午 8 時至 12 時	疼惜父親 健康檢查活動		2. 第 1 場次活動當日 由本府衛生局協助 安排子宮頸抹片及 乳房 X 光攝影檢查
				3. 將依第 1 場次同仁 參與情形及回饋意 見，適時調整第 2 場次活動內容。

備註：每場次活動參加人數上限為 220 人，將視報名人數調整場次及時間。

五、健康檢查方案內容

(一)3,500 元健康檢查方案(如附件 1)

1. 上班族常見疾病：

- (1)眼睛檢查：視力、眼壓及眼底鏡攝影檢查。
- (2)尿液檢查：尿液常規及尿沉渣檢查。
- (3)心血管疾病檢查：危險因子指數、高血脂症及心肌酵素檢查。

2. 不同性別需求之檢查：

(1) 女性檢查：卵巢癌及骨盆超音波檢查。

(2) 男性檢查：攝護腺癌及前列腺超音波檢查。

(二) 500 元健康檢查方案(如附件 2)

包含血液、尿液、心血管疾病及醣化血色素等常規檢查。(可隨參加人數增加，調降金額。)

(三) 國民健康署免費健康檢查項目

1. 第 1 場次：珍愛女性健康檢查活動

乳癌及子宮頸癌為 106 年女性十大癌症死因，為提醒女性同仁疼愛自己，重視自我健康，活動當日結合子宮頸抹片檢查(政府補助 30 歲以上婦女每年 1 次)及乳房 X 光攝影檢查(政府補助 45 至 69 歲婦女每 2 年 1 次)等國民健康署免費健康檢查項目，如當日有做該項檢查者，贈送精美禮品 1 份。

2. 第 2 場次：疼惜父親健康檢查活動

口腔癌為 106 年男性十大癌症死因，吸菸、嚼檳榔係造成口腔癌的主要危險因子，為提醒男性同仁關愛自己，守護健康，活動當日結合國民健康署口腔黏膜檢查項目(政府補助 30 歲以上吸菸及嚼檳榔者每 2 年 1 次)，如當日有做上開檢查者，贈送精美禮品 1 份。

六、健康檢查報告領取及諮詢服務

(一) 健康檢查活動結束 1 個月，配合規劃健康管理講座，由承辦醫療機構指派醫師擔任講師，講授健康促進相關主題，並請參與檢查同仁參加，現場並安排健康檢查報告解說服務，以利同仁諮詢。另考量有 4 成以上男性有腰圍過粗之情形，又肥胖與三高發生率息息相關，爰第 2 場次「疼惜父親」健康管理講座將以「告別大肚男、拒絕三高」為主題。

(二) 健康檢查報告完成後(健康檢查活動結束後，約 20 個工作天)由亞東醫院配送或郵寄方式送達。

七、報名及繳費

(一) 報名日期：

1. 第 1 場次：自本計畫函知各機關之日起至 108 年 2 月 26 日止。

2. 第 2 場次：108 年 7 月 1 日起至同年月 15 日止。

(二)報名方式：

請各機關人事機構協助調查同仁參加意願，並彙整有意願參加人員名冊，繳回本府人事處續辦；為利活動順利進行，事先將請本府衛生局協助勾稽比對設籍本市之參加人員是否符合國民健康署免費檢查項目之受檢資格。

(三)繳費方式：

參加人員於活動當日報到時繳費(得以現金或刷卡支付)，繳費收據將隨同健康檢查報告領回。符合補助人員(40 歲以上公教人員每 2 年補助 3,500 元)仍須先繳交全額活動費用，於活動後持繳費收據向服務機關學校請領補助費用。

八、差勤管理

依公務人員一般健康檢查實施要點及中央機關(構)員工一般健康檢查補助基準表規定，核實給予公假參加健康檢查；臨時人員，請各機關依職業安全衛生法及勞工健康保護規則相關規定辦理。

九、本計畫所訂具體方案、辦理方式及預定辦理期限等，得視辦理情形滾動修正。

伍、活動經費

各場次所需雜項經費，由本府人事處 108 年度預算「給與工作」業務費項下支應。

桃園市政府

108 年「珍愛女性」及「疼惜父親」到府健康檢查活動

3,500 元方案健康檢查項目表

檢查項目	內容	臨床意義	男性	女性
1.一般檢查	身高、體重、血壓、腰圍、BMI、脈搏	檢測身高、體重、血壓、腰圍、脈搏是否正常	★	○
2.視力檢查	視力、辨色力	雙眼視力、辨色力檢測	★	○
3.聽力檢查	基本聽力檢測	聽力檢測	★	○
4.尿沉渣鏡檢	紅血球 (RBC) 白血球 (WBC) 上皮細胞 (Epith cell) 圓柱體 (Cast) 結晶體 (Crystal) 細菌 (Bacteria)	尿路結石、尿路腫瘤、尿路感染症、絲球體腎炎等疾病檢測	★	○
5.尿液檢查	尿蛋白、尿潛血、尿糖、酸鹼值、比重、尿酮體、尿膽素原、尿膽紅素、亞硝酸、白血球	尿路感染發炎、尿糖、尿蛋白、腎絲球炎、尿路結石或出血、腎病變或其他疾病	★	○
6.血液常規檢查	(1) 血色素 (HB) (2) 白血球 (WBC) (3) 紅血球 (RBC) (4) 血球容積比 (Hct) (5) 平均血球容積 (MCV) (6) 平均紅血球血色素量 (MCH) (7) 平均紅血球血色素濃度 (MCHC) (8) 血小板 (PLT)	貧血 (缺鐵性貧血、地中海型貧血) 急慢性感染 急慢性白血病 組織壞死 營養不良及發炎 敗血症 紫斑症	★	○
	(9) 淋巴球百分比 (Lymph %) (10) 單核球百分比 (Mono %) (11) 嗜中性球百分比 (Seg %) (12) 嗜酸性球百分比 (Eos %) (13) 嗜鹼性球百分比 (Baso %) (14) 淋巴球絕對計數 (Lym #) (15) 單核球絕對計數 (Mono #) (16) 嗜中性球絕對計數 (Seg #) (17) 嗜酸性球絕對計數 (Eos #) (18) 嗜鹼性球絕對計數 (Baso #) (19) 紅血球分佈寬度 (RDW) (20) 血小板分佈寬度 (PDW) (21) 平均血小板容積 (MPV) (22) 血小板容積比 (PCT)	1. 分析及輔助診斷與淋巴細胞相關性癌瘤或疾病 2. 分析發炎與白血球增加類別之關係 3. 分析過敏性、傳染性、血液性或癌瘤之相關性疾病 4. 分析單核球量與血液疾病或癌瘤之相關性疾病 5. 評估紅血球型態與相關性疾病 6. 分析及輔助診斷與血小板相關性疾病	★	○
7.肝功能檢查	草酸轉氨酵素 (SGOT) 丙酮轉氨酵素 (SGPT)	急慢性肝炎、肝硬化、慢性活動性肝炎、心肌炎、膽道疾病等檢查	★	○

	鹼性磷酸酶 (ALK-P)	肝硬化、病毒性肝炎、阻塞性黃疸、慢性腎不全等檢查	★	○
8.血清蛋白檢查	總蛋白 (T-P) 白蛋白 (ALB) 球蛋白 (GLOB) 白蛋白/球蛋白 (A/G)	高值：脫水狀態 (嘔吐、腹瀉)、膠原病 (系統性紅斑性狼瘡、多發性硬化症) 低值：營養不良、肝病導致蛋白質合成障礙 (慢性肝炎、肝硬化)、體外損傷 (腎病變徵候群、出血、火傷、創傷)	★	○
9.酒精性肝炎	伽瑪氨基酮酸 (γ-GTP)	酒精性肝炎、藥物性肝病、脂肪肝、肝硬化、膽道疾病、慢性胰臟炎等檢查	★	○
10.膽功能檢查	總膽紅素 (T-BIL)、 直接膽紅素 (D-BIL)	溶血性黃疸、阻塞性黃疸、肝細胞黃疸 (肝炎、肝硬化、肝癌)	★	○
11.腎功能檢查	尿素氮 (BUN)	高值：腎前性 (脫水、消化道出血、酸中毒) 腎性 (急慢性腎炎、尿毒症)、腎後性 (尿管閉塞) 低值：重症肝炎、肝硬化、尿崩症	★	○
	肌酸酐 (Crea)	高值：絲球體腎炎、腎功能不全、脫水、火傷 低值：尿崩症、肌萎縮 (肌肉營養障礙、長期臥床者)	★	○
	腎絲球過濾速率 (eGFR)	根據不同的性別、年齡、血清肌酸酐值估算出更精確的腎臟功能指數	★	○
12.痛風檢查	尿酸 (UA)	高值：原發性痛風、續發性高尿酸 (腎功能不全、鉛中毒、白血病)、飢餓、脂肪過份攝取 低值：尿酸生成降低 (重症肝病、肝硬化)	★	○
13.糖尿病檢查	飯前血糖 (AC sugar)	糖尿病篩檢	★	○
14.糖化血色素	HbA1C	HbA1C 是偵測早期糖尿病的優良指標，評估三個月內血糖的發展情形，如果有升高的情況，就必須做持續的追蹤。	★	○
15.血脂肪檢查	膽固醇 (CHOL)	家族性高脂血症、動脈粥狀硬化、脂肪肝、腎炎症候群	★	○
	三酸甘油酯 (T-G)	高脂血症、吸收不良症候群、肥胖、腎炎症候群	★	○
16.高血脂症	高密度脂蛋白 (HDL)	高值：家族性高密度脂蛋白血症、注射胰島素 低值：慢性腎不全、慢性肝病、動脈硬化	★	○
	低密度脂蛋白 (LDL)	高值：家族性高脂血症、家族性高膽固醇血症、動脈硬化性疾病、冠心病、腦血管疾病 低值：甲狀腺機能亢進、重症肝病	★	○
17.危險因子指數	Risk Factor	腦血管及心臟冠狀動脈硬化、缺血性心臟病因子、為動脈硬化的指標	★	○
18.心肌酵素檢查	LDH、CPK	急性心肌梗塞、鬱血性心不全等疾病、肌肉營養不良症	★	○
19.高敏感度 C 反應蛋白檢查	High sensitivity CRP (hs-CRP)	具有高靈敏度，能精確定量更低濃度的 CRP，用來評估心血管疾病的危險機率	★	○
20.B 型肝炎檢查	B 型肝炎表面抗原 (HBsAg) B 型肝炎表面抗體 (Anti-HBs)	篩檢是否感染 B 型肝炎 檢查是否產生抗體	★	○

21.胎兒蛋白檢查	AFP	肝癌及肝病篩檢	★	○
22.早期癌抗原檢查	CEA	大腸直腸癌篩檢	★	○
23.攝護腺癌檢查	PSA（男性）	攝護腺癌篩檢	★	/
24.卵巢癌檢查	CA125（女性）	卵巢癌篩檢	/	○
25.眼壓檢查	IOP	青光眼檢查	★	○
26.眼底攝影	眼底動脈攝影檢查(免散瞳)	檢查眼底病變： 1.視網膜退化、破洞、剝離、視神經炎 2.黃斑部病變、青光眼、飛蚊症 3.眼中風(動脈或靜脈阻塞)	★	○
27.甲狀腺超音波檢查	Thyroid echo	甲狀腺結節、腫瘤	★	○
28.骨盆超音波檢查	Pelvic echo（女性）	子宮有無肌瘤、囊腫等	/	○
29.前列腺超音波檢查	Prostate echo（男性）	攝護腺肥大、腫瘤	★	/
30.胸部 X 光檢查	CHEST PA（數位式 X 光）	心臟肥大、肺結核、肺氣腫、肺炎、肋膜積水、肺癌等胸部病變檢測	★	○
31.醫師問診	各系統之物理檢查	由專業醫師給予現場衛教諮詢與建議	★	○
32.餐點一份	飲料+麵包	給予受檢者餐點一份	★	○
33.甲狀腺刺激素	TSH	腦下腺分泌的甲狀腺控制荷爾蒙，它分泌的量可直接控制甲狀腺的分泌狀態，調節甲狀腺素 T3 及 T4 的分泌量。 高值：原發性甲狀腺功能不足、甲狀腺摘除； 低值：甲狀腺機能亢進、使用甲狀腺治療的病人。	★	○

其他服務		
體檢後追蹤服務	體檢後七天內通知重大異常者	由亞東醫院健康管理小組通知受檢人，並予以衛教說明
體檢報告內容	員工檢驗報告	
	員工健檢總表、總冊	
	員工健檢總表電子檔	
	員工健康檢查分析報告	
	提供健康說明手冊	
	醫生針對同仁體檢總評、建議	
	服務兩年以上之體檢報告數據比對	
諮詢服務	體檢報告諮詢專線	由亞東醫院專業檢驗、護理師解說
	醫生一對一報告解說	由亞東醫院門診醫師為同仁解說
健康促進活動	各場次到府健康檢查活動提供一次健康促進或講座活動	協助安排健康管理講座，由亞東醫院醫師擔任講師，講授健康促進相關主題，並請參與檢查同仁參加。

國民健康署癌症篩檢(符合資格者，持健保卡免費)

(一)第 1 場次－珍愛女性活動結合辦理

- 1.乳房 X 光攝影檢查：45-69 歲婦女、40-44 歲二等血親內曾罹患乳癌之婦女，每 2 年 1 次。
- 2.子宮頸抹片檢查：30 歲以上婦女，每年 1 次。(建議最少每 3 年接受 1 次)

(二)第 2 場次－疼惜父親活動結合辦理

- 口腔黏膜檢查：30 歲以上有嚼檳榔（含已戒檳榔）或吸菸者、18 歲以上有嚼檳榔（含已戒檳榔）原住民，每 2 年 1 次。

桃園市政府

108 年「珍愛女性」及「疼惜父親」到府健康檢查活動

500 元方案健康檢查項目表

檢查項目	內容	臨床意義
1. 一般檢查	身高、體重、血壓、腰圍、BMI、脈搏	檢測身高、體重、血壓、腰圍、脈搏是否正常
2. 視力檢查	視力、辨色力	雙眼視力、辨色力檢測
3. 聽力檢查	基本聽力檢測	聽力檢測
4. 尿液檢查	尿蛋白、尿潛血、尿糖、酸鹼值、比重、尿酮體、尿膽素原、尿膽紅素、亞硝酸、白血球	尿路感染發炎、尿糖、尿蛋白、腎絲球炎、尿路結石或出血、腎病變或其他疾病
5. 血液常規檢查	(1) 血色素 (HB) (2) 白血球 (WBC) (3) 紅血球 (RBC) (4) 血球容積比 (Hct) (5) 平均血球容積 (MCV) (6) 平均紅血球血色素量 (MCH) (7) 平均紅血球血色素濃度 (MCHC) (8) 血小板 (PLT)	1. 貧血 (缺鐵性貧血、地中海型貧血) 2. 急慢性感染 3. 急慢性白血病 4. 組織壞死 5. 營養不良及發炎 6. 敗血症 7. 紫斑症
6. 肝功能檢查	丙酮轉氨酵素 (SGPT)	急慢性肝炎、肝硬化、慢性活動性肝炎、心肌炎、膽道疾病等檢查
7. 腎功能檢查	肌酸肝 (Crea)	高值：絲球體腎炎、腎功能不全、脫水、火傷 低值：尿崩症、肌萎縮 (肌肉營養障礙、長期臥床者)
	腎絲球過濾速率 (eGFR)	根據不同的性別、年齡、血清肌酸酐值估算出更精確的腎臟功能指數
8. 糖尿病檢查	飯前血糖 (AC sugar)	糖尿病篩檢
9. 血脂肪檢查	膽固醇 (CHOL)	家族性高脂血症、動脈粥狀硬化、脂肪肝、腎炎症候群
	三酸甘油脂 (T-G)	高脂糜血症、吸收不良症候群、肥胖、腎炎症候群
10. 高血脂症	高密度脂蛋白 (HDL)	高值：家族性高密度脂蛋白血症、注射胰島素 低值：慢性腎不全、慢性肝病、動脈硬化
	低密度脂蛋白 (LDL)	高值：家族性高脂血症、家族性高膽固醇血症、動脈硬化性疾病、冠心病、腦血管疾病 低值：甲狀腺機能亢進、重症肝病
11. 危險因子指數	Risk Factor	腦血管及心臟冠狀動脈硬化、缺血性心臟病因子、為動脈硬化的指標
12. 糖化血色素	HbA1C	HbA1C 是偵測早期糖尿病的優良指標，評估三個月內血糖的發展情形，如果有升高的情況，就必須做持續的追蹤。

13. 醫師問診	各系統之物理檢查	由專業醫師給予現場衛教諮詢與建議
14. 餐點一份	飲料+麵包	給予受檢者餐點一份

國民健康署癌症篩檢(符合資格者，持健保卡免費)

(三)第 1 場次 - 珍愛女性活動結合辦理

3.乳房 X 光攝影檢查：45-69 歲婦女、40-44 歲二等血親內曾罹患乳癌之婦女，每 2 年 1 次。

4.子宮頸抹片檢查：30 歲以上婦女，每年 1 次。(建議最少每 3 年接受 1 次)

(四)第 2 場次 - 疼惜父親活動結合辦理

口腔黏膜檢查：30 歲以上有嚼檳榔（含已戒檳榔）或吸菸者、18 歲以上有嚼檳榔（含已戒檳榔）原住民，每 2 年 1 次。

桃園市政府

2019 年「珍愛女性」到府健康檢查活動

【健康檢查注意事項】

檢查日期：108 年 3 月 8 日

檢查時間：上午 8 點至 12 點 報到截止時間：上午 11 點 30 分止

報到地點：桃園區公所 4 樓禮堂

配合醫院：醫療財團法人徐元智先生醫藥基金會亞東紀念醫院

★飲食：

1. 抽血前需 **8 小時禁食**，受檢者請在**晚上 12 點後禁食**，以免影響抽血及腹部超音波結果。有服用慢性病藥物者，請照常服用藥物（降血糖藥物除外）
2. 檢查前三天避免熬夜、喝酒等其他刺激食物，儘量飲食清淡，以免影響檢驗指數。

★衣著：

1. 項鍊及識別證於照 X 光時，請務必拿下。
2. 上衣**勿穿含有金屬釦子**之衣服，檢查時請穿著素面上衣。

★女性同仁：

1. 遇**生理期**者，務必告知報到站人員，但仍需留取尿液。
2. 已**懷孕或疑似懷孕**者，則不做 X 光檢查，請告知報到站人員。
3. 檢查當日請穿著無鋼圈、無金屬扣環的運動型內衣。內衣或衣服上圖案等都會阻擋 X 光的穿透，造成陰影進而影響判讀結果。
4. 如有加作子宮頸抹片檢查建議可穿著裙裝

★抽血：

1. 抽完血後如有不適情形請告知醫護人員。
2. 以棉花**加壓 5~10 分鐘**，輕壓不要彎不要揉~避免產生血腫現象!!
3. 若有血腫，可先冰敷隔日再以熱毛巾熱敷，數日即可消退。

★配合國民健康署癌症防治加作：

（符合條件可免費加作，請符合條件同仁當日攜帶**健保卡**，要過卡不收費）

1. 乳房 X 光攝影檢查：政府補助 45-69 歲婦女每 2 年 1 次。
2. 子宮頸抹片檢查：政府補助 30 歲以上婦女每年 1 次。（建議可穿著裙裝）

★注意事項：

當日備有刷卡機，若有同仁想自費做加選項目可先行準備現金或是信用卡。