

健康識能暨高齡友善 ~健康識能概論~

耕莘專校：沈 珊 如
日 期：2020/10/30

健康識能的起源

- 健康識能的興起
- 健康識能的概念發展

健康識能的定義

- 世界衛生組織
- 美國醫學會
- 歐盟
- 美國醫學研究會
- 美國疾病控制與預防中心

健康識能的三個層次

- 功能性
- 互動性
- 批判性

健康識能的影響層面

- 無法獲得與理解健康資訊
- 健康促進服務使用率低
- 身心健康
- 醫療成本
- 個人本身能力
- 環境訊息的困難度與複雜度

健康識能評估工具

- **The Rapid Estimate of Adult Literacy in Medicine (REALM)**
- **Test of Functional Health Literacy in Adults (TOFHLA)**
- **European Health Literacy Survey Questionnaire (HLS-EU-Q)**

健康識能評估工具

- 「中文健康識能評估量表」 (Mandarin Health Literacy Scale, MHLS)
- 「中文多面向健康識能量表」 Mandarin Multidimensional Health Literacy Questionnaire (MMHLQ)
- 「中文健康識能評估量表」簡式量表 (Short-form Mandarin Health Literacy Scale)
- 「台灣知能量表」 Taiwan Health Literacy Scale (THLS)

健康識能的教育

- 訊息傳遞
- 溝通
- 媒體
- 大眾傳播

不同族群的健康識能概念

- 一般成人
- 醫療與健康照護專業人員
- 高齡者

有效成人學習的原則

- 自願參與
- 尊重個人自我價值
- 合作性
- 實踐性
- 批判反思
- 自我指導、增權賦能



(Stephen Brookfield, 1986)

一般成人

- 教育程度
- 學習背景
- 環境
- 同儕

醫療與健康照護專業人員

- 醫療與健康照護人員的健康識能程度比較高？
- 醫療與健康照護人員如何應用健康識能的概念提供健康促進服務？

高齡者

- 教育程度
- 學習背景
- 環境
- 同儕
- 老化

高齡者就醫可能遇到的狀況

- 不理解健康資訊與指示
- 無法清楚閱讀藥物標籤與注意事項
- 自我照顧執行上較困難
- 不容易理解自己的疾病與健康概況
- 無法找到合適的醫療資源

健康識能VS高齡友善

- 簡化健康的服務取得管道
- 確認理解程度
- 友善的環境
- 良好的溝通
- 對健康促進的認同
- 對健康生活的動機

高齡友善健康識能

- 與視覺功能下降長者溝通技巧
- 與聽覺功能下降長者溝通技巧
- 與認知功能下降長者溝通技巧

國民健康署

- 「健康識能工具包」
 - 口語溝通包
 - 長者溝通包
 - 指路包
 - 健康數值包
 - 問問題包
 - 影音教材包

https://health99.hpa.gov.tw/EducZone/edu_detail.aspx?CatId=22136&Type=002



健康識能工具包

登錄號：22136

宣導品種 手冊

類：

更新日 2020/10/13

期：

發行單 衛生福利部國民健康署社

位：區健康組

關鍵字：

內容介 健康識能工具包

紹：

授權條



款：



檔案下載

健康識能暨高齡友善
~高齡友善教材製作與實務應用~

耕莘專校：沈珊如

日期：2020/10/30

臨床教學常見問題-教學迷思

- 教的內容越豐富越好
- 學習者應該都聽的懂教學者教的
- 教學者說過的學習者就應該學到了
- 學習者都有強烈的學習動機
- 「教」是教學者的事，「學」是學習者的事

不同族群的教與學

- 教育程度
- 學習背景
- 環境
- 同儕
- 動機

健康識能應用場域

- 教育機構
- 社區
- 職場
- 健康照護體系
- 媒體與傳播
- 社群媒體
- 移動載具

高齡友善教材

- 老化
- 健康服務的可近性
- 健康促進的推廣性
- 有趣中引發動機
- 互動中傳遞健康訊息

高齡友善教材

- 平面資訊易讀
- 網頁的設計需要長者容易使用的表格
- 使用聽寫的輔助軟體
- 個別化的需求須納入考量

高齡友善教材

- 降低環境噪音
- 說話的語調清楚而明確
- 儘量使用面對面的溝通技巧
- 請個案重復聽到的訊息
- 個別化的需求須納入考量

高齡友善教材

- 重複重要訊息
- 細節要講清楚
- 強調想要的成效
- 使用簡潔與清楚的白話文
- 避免壓力與疲憊影響溝通
- 個別化的需求須納入考量
- 給予個案足夠的時間思考與學習
- 利用輔助技巧，加強訊息意義

實務應用

- 範例介紹
- 動動腦
- 動動手

Take home message

- 友善
- 學習
- 動機

Thanks for Your Attention