

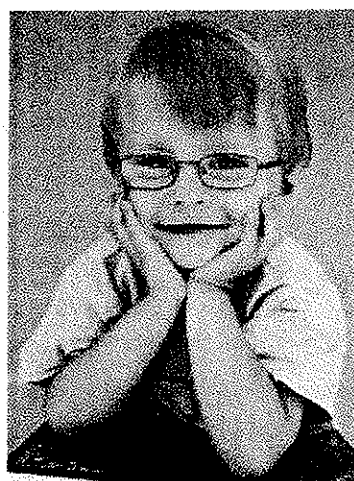
2014

中華民國視力保健推展協會

[請入作者名稱]



EYE CARE
ASSOCIATION OF R.O.C
中華民國視力保健推展協會



【103 下半年度工作計畫】

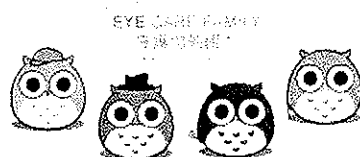
台灣視光學會 台灣視光師公會 台灣視光師公會 台灣視光師公會 台灣視光師公會 台灣視光師公會 台灣視光師公會 台灣視光師公會 台灣視光師公會 台灣視光師公會

目 錄

壹、 前言-----	2
貳、 問題分析-----	2
參、 計畫目的-----	3
肆、 預期績效指標-----	4
伍、 計畫期程-----	4
陸、 執行策略-----	4
柒、 具體工作內容-----	4
捌、 執行單位-----	5
玖、 預期效益-----	6



EYE CARE
ASSOCIATION OF R.O.C
中華民國視力保健推展協會



103 年度視力保健主軸宣導計畫重點工作與策略

1030804 一稿

壹、前言

協助民眾建立正確的視力保健觀念是本會最高原則。為有效推動年度衛生教育計畫，結合本會相關資源，將欲推動的視力保健主題作整合規劃，訂定 103 年度視保宣導主題為：第一級「認識眼睛病變」、「維持視力健康」、第二級「合理就醫及用藥安全」以及第三級「戴眼鏡還是動手術，專家告訴你」。

貳、問題分析

一、認識眼睛病變

眼睛可能發生的異常主要有近視、遠視、散光、老花等屈光不正；白內障、青光眼、黃斑部病變等眼球疾病；結膜炎、麥粒腫、霰粒腫等眼附屬器官疾病以及全身性疾病和精神性壓力因素在眼部的表現引起的併發症。

這些眼病有時並不會表現為視力的急劇下降或劇痛，多數情況下因自覺症狀較少而非常容易被忽視。長此下去，就會因為錯過了診療的最佳時機而患上嚴重眼病甚至致盲。因此，有必要抓住眼睛異常的信號，對照相關症狀進行自我診斷，做到早發現、早治療，保持視力健康。

二、維持視力健康

根據統計，上班族有超過 70% 的時間在使用電腦，對著強烈發光源工作，下班之後，都市休閒活動排行榜第一名又是看電視，酸痛無力的四肢或許可以懶洋洋的放在沙發上休息，但是眼睛卻一刻不得閒，盯著字幕又要接受著閃動強光的影像，長期處在這樣子刺眼的環境之下，眼睛的疲憊乾澀已經是常態，但真正的傷害，絕對不是點幾滴人工淚液，還是閉目休息十分鐘，就可以修復。以往只發生在長輩的眼睛疾病，正因為我們在不知不覺中，過度的使用眼力，而向年輕人襲

來。舉例來說，常使中老年人有「老眼昏花」感受的白內障，它起因是長期自由基侵蝕眼睛內負責對焦成像的水晶體，原本透明的晶體會漸漸白化混濁，讓看到的東西變成一片模糊，這種多發生於中老年人的病症，因為現代人長時間讓眼睛暴露在光線、壓力和高濃度自由基的環境下，居然使得晶體白化的情況提早來到，年輕就發病的狀況比比皆是。

三、就醫及安全用藥

國人相信「有病治病，沒病補身」，特別喜歡用藥，殊不知「藥即是毒」，若使用不當，不僅無法去除病痛，反而會有副作用。眼疾大部分是點眼藥來治療，不論是藥水或藥膏，都是局部點在眼球表面來發揮藥效，眼球非常敏感，不當的使用眼藥也可能造成傷害。

眼藥可分為藥水和藥膏兩種。藥水點後感覺清涼濕潤，無油膩感，比較不會影響視力，不過，它在眼睛表面停留的時間很短暫，需要定時多點幾次。眼藥膏在眼球表面停留的時間較久，可以減少使用次數，但是它因為黏稠，點後會有油膩感，會影響視力，所以多在睡前使用。

眼藥的保存也會影響藥效，因為眼藥都是化學成份組成，很怕日光直射、高溫及潮濕等惡劣的環境。所以，眼藥的保存最好能在陰涼乾燥的環境，不一定要放在冰箱內。至於保存的期限，如果沒有開啟使用，在包裝上會註明使用期限，一般為二至三年，如果已開啟使用，最好能在三個月內用完，有些不含人工防腐劑及特殊處方成份的眼藥，可能要在一個月甚至更短的時間內用完。如果超過了使用期限，最好不要再使用。

四、戴眼鏡還是動手術

很多人受惠於近視手術的好處，終於不用戴眼鏡也能看清，但依舊有少數人，1%或更少人，一生從此改變，受苦於更差的視力或一醒來就得點人工淚液。

「病人應該更謹慎了解這個手術，醫生應該更謹慎挑選病人，」戴明正說。而我們更有責任倡導正確的知識。

參、計畫目的

- 一、整合本會衛教資源讓資訊簡單明瞭，使民眾易於瞭解及接受。
- 二、建構整合之視保宣導行銷模式，運用資源有效發揮最大之效果。

肆、預期績效指標

提升全國民眾對年度視保主軸宣導內容之認知。

伍、計畫期程

自計畫核定日起至 103 年 12 月 31 日。

陸、執行策略

- 一、整合本會資源辦理年度視保主題宣導計畫。
- 二、設計製作宣導教材，結合全國中小學校園共同宣導行銷。
- 三、結合地方相關單位資源共同辦理視保宣導活動。
- 四、整合並運用現有社區、學校、職場、醫療院所等通路全面宣導。

柒、具體工作內容

一、設計製作衛教宣導教材

結合本會年度視保主題重點宣導內容，並設計製作宣導教材（包含海報、單張、手冊等）。

二、整合通路與運用

運用醫療診所深入社區進行服務，提供相關視保議題、宣傳品。

(一) 媒體

1. 巡迴講座：透過行文協請教育機關、醫療院所進行宣導。
2. 網路：宣導內容上傳協會社群網站，配合議題共同宣導。
3. 期刊：透過本會現有紙本期刊，傳遞各項視保宣導及活動訊息給全國民眾。
4. 戶外：結合戶外運動等，倡議視力保護的重要性。。

(二) 社區

1. 社區活動中心：提供本年度視保宣導主題及內容，供各中心辦理相關活動參考，並協助發送及張貼宣導製作物。
2. 社區大學：發送及張貼宣導製作物。
3. 社區醫療網：結合區域醫療資源，宣導衛教主題。

(三) 學校

健康促進：將相關議題主要宣導內容，併入學校講座。

(四) 醫療衛生團體

1. 醫療院所：辦理衛教宣導活動，協助發送及張貼宣導製作物。
2. 醫師、藥師公會、衛生財團法人基金會、醫學會等：結合資源共同辦理視保宣導活動、協助發送及張貼宣導製作物。

捌、 執行單位

一、 主辦單位：

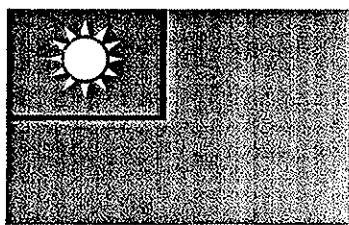
中華民國視力保健推展協會。

二、 協辦單位：

各縣市中小學、衛生福利單位。

玖、預期效益

項目	預期效益
(1).認識眼睛病變-一級	促進民眾了解眼睛病變症狀，建立及早就醫觀念。
(2).維護視力健康-一級	提昇全民視力健康知識由量化指標如參訪人次、講座參與人次。
(3).就醫及安全用藥-二級	1.舉辦之用藥安全宣導活動場次與參與人數 2.民眾對於用藥安全教育介入之知能改變 3.網站瀏覽人數/次 4.醫療資源缺乏之地區及村(里)辦公室分送宣導資料掛置。 5.宣導海報分送特約醫療院所約3,000家。
(4).戴眼鏡還是手術好？-三級	提供地區醫院醫師的專業見解，瞭解得越多，風險與糾紛也可減少。



全國性及區級人民團體立案證書

台內社字第 0980097499 號

中華民國視力保健推展協會業已依法組織完成准予
立案此證

計開

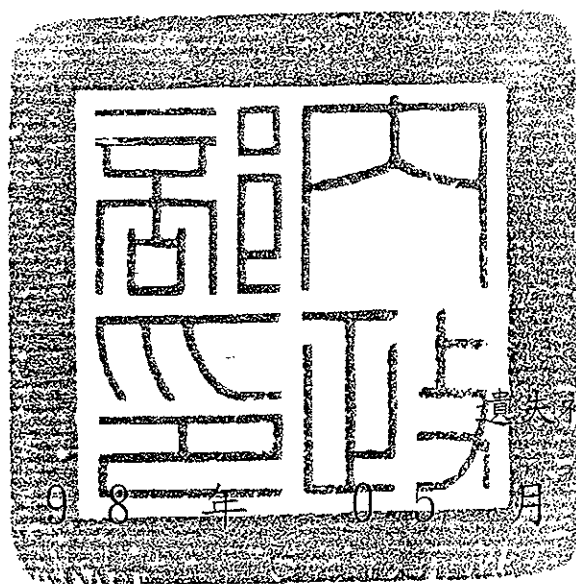
團體名稱：中華民國視力保健推展協會

成立日期：93 年 10 月 24 日

會址所在地：台北市松江路 469 巷 51 號 1 樓

內政部
部長

廖了以



遺失補發

中華民國

98 年 10 月 5 日

