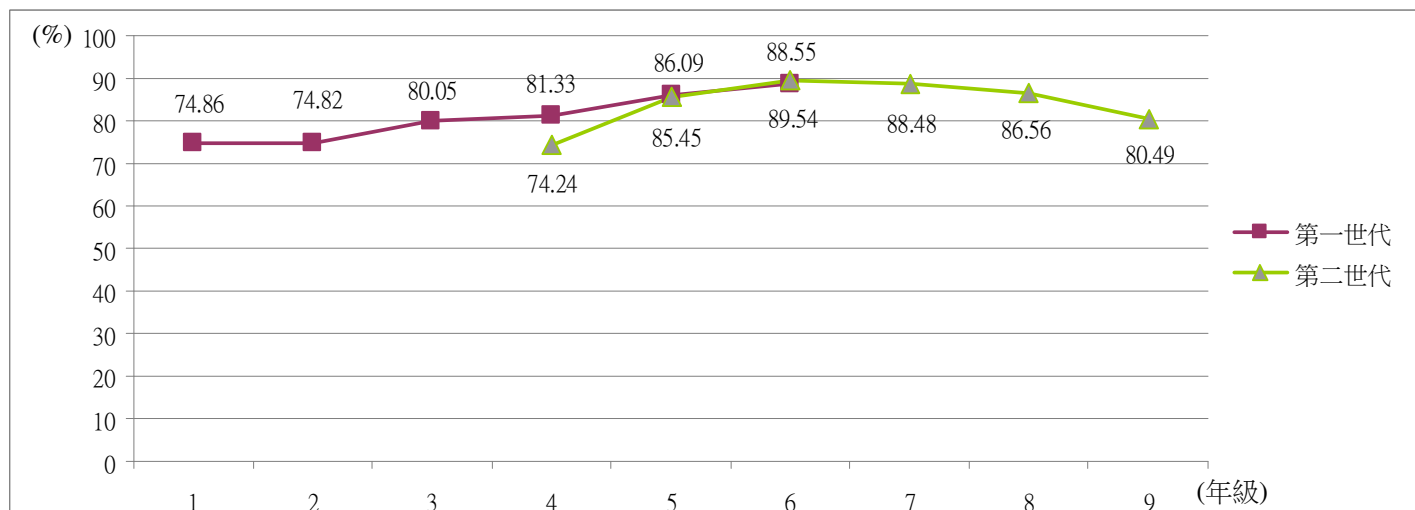


CABLE NEWS

兒童及青少年行為之長期發展研究成果摘要

菌從手觸，病從口入

~ 帶您關心 2001-2006 年學生飯前洗手的變化 ~



註：第一世代指 2001 年時就讀國小一年級的學生；第二世代指 2001 年時就讀國小四年級的學生。百分率以在該題填答「很多天」或「每天都有」者計算

飯前洗手一直是衛生教育強調的重點。從 2001 年到 2006 年的 CABLE 調查發現，「第一世代」的學生自一年級起即有超過 7 成的學生飯前會洗手，並且隨著年級的增加，飯前洗手率也是明顯的上升，到了 6 年級時，已有將近 9 成的比率。「第二世代」學生雖然於四年級至九年級的飯前洗手率皆維持在 8 成以上，卻可以明顯看出在 7 年級後，卻有逐年下降的趨勢。由此可知，對於即將進入國中一年級的學生，家長及學校必須加強健康行為的教育。

洗手的重要性？我們透過雙手觸摸物品，再接觸我們身體部位，使得手成為病毒的最佳傳染媒介，而勤洗手則是預防傳染病傳播的方法。國外研究發現，飯前沒有洗手、上廁所後沒有洗手的人，得到痢疾等腸胃疾病的危險性分別是有洗手者的 22.06 倍及 3.64 倍。此外，飯前用肥皂洗手更可以有效降低 47% 的腹瀉機率¹。

家庭給予孩子飯前洗手的影響力？國中、小學的孩子，生活環境以家庭為主，父親、母親不良的生活習慣會影響孩子們的健康行為。研究指出，父母親沒有飯前洗手習慣的孩子，亦不易養成飯前洗手的習慣；此外，飯前洗手的行為也會受到家人互動頻率的影響：家人互動頻率越低，孩子的好衛生習慣亦難以被建立²。

因此，建議家長及老師平時能告知孩子洗手的重要性、並教導正確的洗手方法之外，亦可以藉由孩子良好互動中，培養孩子們健康的生活習慣。全民洗“手”，拒絕病毒！讓我們共同攜“手”，一起向疾病說“不”！

參考資料：(1) Izadi, S., Shakeri, H., Roham, P., & Sheikhzadeh, K. (2006). Cholera outbreak in southeast of iran: routes of transmission in the situation of good primary health care services and poor individual hygienic practices. *Jpn J Infect Dis*, 59, 174-178.

(2) 陳如毓 (2002)。國小四年級學童及父母危害健康行為的關係。國立台灣大學衛生政策與管理研究所碩士論文。