**國小教育目標與教學內涵[珍惜健保聰明就醫]**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 知識 | 態度 | 行為 |
| K1：知道聰明就醫對於珍惜健保資源的重要性  K2：認識不同就醫過程中的聰明就醫技巧 | A1：感知對醫療效果需抱持合理期待的態度  A2：願意配合醫療專業的正向態度 | P1：演練聰明就醫的積極行動  P2：表達支持聰明就醫及珍惜健保的重要性 |
| 1-1知道健保**制度**提供大家便利的醫療資源，卻**因而**造成不必要的浪費與負擔(例：越級就醫、重複就醫或領藥、對醫護人員使用暴力等)。  1-2**知道**若能**做到**聰明就醫，就能**達到善用醫療資源、**珍惜健保資源。  2-1認識就醫前需掌握的重要資訊（如：清楚體溫等個人健康警訊以判別就醫必要性；知道優先選擇最熟悉自身相關病史的家庭醫師的好處）。  2-2認識就醫中病症表述技能之口訣：  ★那不就好說了~  (1)「哪」裡不適：不適的部位靠近哪裡？  (2)感到「不」適：不適的感受與程度？疼痛級數？  (3)不適多「久」：不適的時間長度？頻率？發生次數？  (4)怎麼變「好」：怎麼做可以讓病情變好？有哪些治療方法或注意事項？  (5)「說」出疑慮：對醫療過程有所疑慮，能清楚理性表述。  (6)「了」解治療：以自己的話，向醫護人員複述以確認自己對疾病理解與治療方式無誤。  2-3認識就醫後的聰明就醫遵醫囑技巧（如：依藥袋指示把藥品吃完、按時回診等）。 | 1-1覺知因為疾病種類繁多，治療方式也不只一種，並非任何疾病都能快速治療或是痊癒，故需抱持對醫療效果的合理期待。  2-1願意信任及配合醫療人員的處置，並適切地表達感謝。  2-2保持冷靜的態度，在醫療過程中提出有所疑慮或擔憂之處。 | * 1. 演練就醫時的病症表述技能（那不就好說了）。   2-1表達個人支持聰明就醫可避免醫療資源浪費的堅定立場。  2-2對親友倡導聰明就醫有助於提升醫療品質。 |

**國中教育目標與教學內涵[珍惜健保聰明就醫]**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 知識 | 態度 | 行為 |
| K1：了解聰明就醫對於珍惜健保資源的重要性  K2：認識聰明就醫過程中，珍惜健保資源的方法與行動 | A1：培養合理期待醫療效果的態度  A2：建立信任醫療專業的正向、積極態度。 | P1：習得聰明就醫醫病溝通的技能。  P2：表達珍惜健保資源的健康立場，展現聰明就醫的倡議行動。 |
| 1-1討論不當的就醫行為(非必要醫療與檢查、跨級醫療、重複就醫、藥物囤積等)，造成醫療資源浪費的嚴重程度。  1-2理解民眾聰明就醫善用醫療資源，可以避免不當就醫行為，以達成珍惜健保資源的目的。  2-1認識**就醫前-醫療選擇**的方法與行動，包括：考量是否就醫的必要性；選擇家醫分級醫療等。  2-2認識**就醫中-配合治療的**方法與行動**，**包括：清楚詳細表述病症的技巧(見「十拿九穩」口訣)；知悉醫療限制性並合理期待療效等。  ★十拿九穩~   1. 十（史）：健康狀況與病**史**自己(健康的特別需求與家族病史；藥物使用經驗，例如：對哪些藥品或食物過敏、近期服用藥品，如西藥、中藥、成藥或保健食品等。) 2. 拿（哪）：病徵在**哪**？(不適的部位？不適的感受？如痛、暈、癢、麻、噁等；不適程度輕重程度？) 3. 九（久）：病徵有多**久**？(不適的症狀何時開始？持續或間斷？不適的頻率與次數？) 4. 穩（問）：醫病詢**問**(病理、治療與用藥方式的提問；醫療疑慮的提問。)   2-3認識**就醫後遵照醫囑**的方法與行動，包括：聰明用藥不浪費與自行停藥；按時回診與追蹤等 | 1-1覺知醫療存在許多不確定性的因素限制，並非藥到病除的絕對關係。（如：新興病因、抗藥性、醫療極限性等)  1-2體認醫療效果受到醫病雙方的配合程度所影響，以強化對於醫療效果合理期待的態度。  2-1願意信任醫護人員的專業，並感謝其提供的醫療照護。  2-2遇到醫療疑慮或爭議（如：不受尊重或不舒服的感受、對於治療方式的不解或擔憂等)，保持理性的態度進行表達與詢問。 | 1-1透過情境模擬演練有效表述病症的溝通技巧。  1-2能於就醫時展現清楚表述病症的有效溝通行動。  2-1具體表達對於聰明就醫以珍惜醫療資源的支持立場與觀點。  2-2能針對親友、家人說明聰明就醫的方法與行動，並獲得其認同。 |