

# 國立臺中科技大學 107 學年度第 1 學期班會宣導討論單

## 請導師協助宣導及引導討論

項目	宣 導 重 點
防 制 藥 物 濫 用	<p><b>一、目前常見的新興濫用藥物有哪些？</b></p> <p>(一)根據資料顯示，目前常見的新興濫用藥物為 Methylone(bk-MDMA)、Mephedrone(喵喵)、MDPV(浴鹽)、TFMPP(Molly)及氯安非他命，其中前 3 名為具中樞神經興奮作用之合成卡西酮類。</p> <p>(二)值得注意的是，新興濫用物質外觀已不同於傳統的結晶狀、粉末狀或錠劑，而改以沖泡式飲品粉末、咖啡包、茶包、果凍、糖果等多樣貌型態呈現。</p> <p><b>二、藥物濫用者的可疑徵兆有哪些？</b></p> <p>(一)作息改變:使用毒品後會影響中樞神經，若有精神異常的興奮、持續不睡、徹夜不歸、或一睡就是兩三天等狀況，需特別留意。</p> <p>(二)情緒問題:使用毒品後情緒容易受到影響，平時應多留意情緒及精神上的波動狀況。</p> <p>(三)行為改變:行為改變是藥物濫用最後出現的徵兆，原本個性乖巧卻出現摔東西、輟學、翹課、逃家、勒索或霸凌等情況。</p> <p>(四)其他異常:如週遭出現特別粉末或類似的吸食器、身上常有異常味道、甚至出現頻尿症狀，都要特別留意。</p> <p><b>三、如何辨識藥物濫用者？</b></p> <p>(一)吸食海洛因者：經常無故之大量金錢花費；手腳或鼠蹊有靜脈注射之痕跡，如針孔或連續針孔留下之條狀疤痕或靜脈硬化之情形；瞳孔縮小如針尖狀，偶有焦慮不安、打呵欠、流鼻水、流眼淚、噁心、嘔吐等戒斷現象；菸盒中有藥粉包或點過未抽完的菸仍保留在菸盒內。</p> <p>(二)吸食安非他命者：經常徹夜失眠、精神高昂、多話；生活步調混亂、作息無常；常見食慾突然明顯變差、體重減輕；無故瞳孔放大、心跳加快；情緒起伏不定、猜忌多疑、人際關係變差、常獨自反鎖門內，房內有藥品異味、吸食瓶罐、鋁箔紙。</p> <p>(三)吸食愷他命(K他命)者：經常有眼神不集中、精神恍惚、目光呆滯、眼圈發黑，未感冒但經常流鼻水、吸鼻水，鼻子周圍有白色粉狀物殘留；經常昏睡、很難叫醒，異常體重變輕，頻尿、尿急以及常跑廁所。</p> <p>(四)吸食強力膠者：經常無故有如酒醉之行為動作；呼吸、頭髮、衣服或房間內有溶劑味道；房內或垃圾桶內有強力膠空罐子或指甲油等空瓶子及裝有強力膠或溶劑味之塑膠袋；嘴或鼻子周圍有圈狀紅疹。</p> <p><b>四、如何拒絕毒品誘惑？</b></p> <p>(一)直接拒絕，如：「不用了啦！這東西不太適合我啦！」</p> <p>(二)逃離現場，如：「我還有事，先走囉！」</p> <p>(三)轉移話題，如：「我最近發現一個新的電玩更有趣，還是回家打 game 比較好玩啦！」</p> <p>(四)自我解嘲，如：「有什麼比被我媽打一頓更毒的嗎?! 我還是不要冒險。」</p> <p>(五)友誼勸服，如：「吸毒只會讓你後悔莫及，快扔了它吧！」</p>

1

背面續頁

5-6 頁請衛生股長於 107 年 10 月 31 日前交回下列地點：

1. 進修部學務組。2. 民生校區健康中心。3. 三民校區衛生保健組(昌明樓 4112)

1-4 頁請協助宣導及公佈

# 國立臺中科技大學 107 學年度第 1 學期班會宣導討論單

菸 害 防 制 及 電 子 菸 防 範	<p><b>近期衛生福利部修法重點與議題</b></p> <p><b>一、管制電子煙：</b></p> <p>(一)電子煙除經醫藥事法取得查驗登記或藥材許可證者外，禁止輸入、製造、販售。</p> <p>(二)禁菸場所禁止吸食電子煙、禁止孕婦及未滿 18 歲吸食電子煙、未滿 18 歲吸食電子煙應受戒菸教育。</p> <p>(三)違法輸入、製造電子煙者最高處 25 萬元罰鍰。</p> <p><b>二、電子煙的危害：</b></p> <p>(一)具爆炸危險性。</p> <p>(二)含尼古丁，具高度成癮性。</p> <p>(三)高濃度尼古丁，易過量造成中毒。</p> <p>(四)含一級致癌物-甲醛、亞硝胺。</p> <p>(五)市售來源不明，可能添加大麻、安非他命等毒品。</p> <p><b>三、電子煙對公共衛生的影響：</b></p> <p>(一)成癮與濫用：使用電子煙的青少年日後吸菸的比例會大幅提高。</p> <p>(二)吸菸率提高：電子煙雖不含焦油，但仍有其他多種致癌物質，同樣導致二手菸危害。</p> <p>(三)無法幫助戒菸：電子煙無法幫助戒菸。</p> <p><b>四、本校為「無菸校園」環境及「菸害罰則」：</b></p> <p>(一)本校為無菸校園，全面禁菸環境，未設置吸菸區，但仍見少數學生及校外人士，逕於校區死角吞雲吐霧，影響周邊學校(太平國小)及本校師生健康，更造成環境髒亂，影響觀瞻。</p> <p>(二)依「菸害防制法」規定：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 違規紀錄可保留三年(追溯期)。</li><li>2. 未依規定於適當場所吸菸，可處罰新台幣 2000 至 10000 元罰款。</li></ol>
愛 滋 宣 導 防 治	<p><b>一、依據疾病管制署 HIV/AIDS 統計月報表(2018/09/03)：</b></p> <p>(一)歷年全台累計個案「感染數」已達 37278 例(年增 3470 例)，「發病數」計 17524 例(年增 1902 例)，累計死亡 10381(年增 1202)，其中 15 至 24 歲學生族群，合計感染數 8916(年增 8033)、發病數 1997(年增 1750)、死亡數 196(年增 182)。</p> <p>(二)台中市愛滋病疫情至 107 年 9 月止，感染人數達 4293(3797)例、發病數計 2092(1831)例、死亡案例 624(561)例，分析其危險因子，以危險性行為為主，佔 79.68%，顯示危險性行為會增加感染愛滋及其他性病的風險。</p> <p><b>二、本校於 103 年 10 月 28 日及 107 年 3 月 28 日分別於三民校區弘業樓穿堂右側及民生校區綜合大樓地下一樓(體適能中心外)，完成保險套販賣機裝設，裝設保險套販賣機並不是鼓勵同學們性行為，而是如真必要時可讓同學就近取得保險套，且能全程使用保險套進而有效預防感染愛滋病。</b></p> <p><b>三、有關愛滋病的常見問題：</b></p> <p>(一)愛滋病感染途徑？</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 未[全程]使用保險套之危險性行為。</li><li>2. 共用針具、溶液。</li><li>3. 母子垂直傳染。</li></ol>

# 國立臺中科技大學 107 學年度第 1 學期班會宣導討論單

## 愛滋宣 導防 治

(二)愛滋空窗期一定要等三個月?愛滋病潛伏期多長?

1. 空窗期:是指感染HIV病毒後有可能驗不出抗體的一段時間,通常是三個月(12周)。
2. 潛伏期:是指確定感染後,尚未發病的期間,一般來說為5~10年。

(三)我感染的可能性有多高?得愛滋的機率高不高?

1. 任何人只要有未[全程]使用保險套從事任何形式的性行為,就有感染愛滋與其他性病的風險。
2. 感染的機率不是0就是100%,所以沒有所謂機率高不高的問題。

(四)我需要篩檢嗎?

任何人只要有未[全程]使用保險套從事任何形式的性行為,就有感染愛滋與其他性病的風險,我們建議該危險性行為後三個月(12周)做一次匿名篩檢,確保您的健康。

(五)口交、法式深吻是否會感染愛滋?

口交與法式深吻正式列入愛滋傳染途徑之一,口交與法式深吻的危險性可達0.01%,肛交為1-2%,是最危險的性行為,口腔有破洞或牙周病患者的感染風險更高。

(六)自慰、照胃鏡、抓傷肛門、按摩、骯髒的床單、內褲、被指甲抓傷、摸錢幣等行為,是否會感染愛滋病?

愛滋有一定的感染途徑,若未與愛滋感染者發生危險行為,是不會感染的。

(七)HIV 感染急性症狀?

1. 若感染愛滋病毒,經數週或數月出現急性症狀:淋巴腺腫、脾腫、出汗、發燒、疲倦、皮膚發疹、肌肉關節疼痛、咽喉疼痛。
2. 急性症狀並非每個人都會有,且病症多半都不固定,因此不能以身體的任何症狀來判斷是否感染HIV,還是要以血液檢驗的結果來判定。

(八)傷口接觸感染HIV?傷口流血碰到床單、錢幣、門把、別人的皮膚、物品會感染嗎?

愛滋有一定個感染途徑,除非有正在流大量血液的傷口,直接和他人含有高濃度病毒的大量血液或體液(精液、前列腺液、陰道液),造成體液和血液的交換,否則愛滋病毒不會因一般接觸而感染。

(九)如果雙方都沒有愛滋病,那不管從事任何危險性行為,像是口交(嘴巴有傷口)、肛交等都沒有戴套還是有感染的可能嗎?

性病一般為傳染病,因此若雙方都沒有性病的情況下,性病當然不會無中生有。不過目前許多性病都有空窗期和潛伏期,空窗期指的是感染後驗不出抗體的一段時間:一般愛滋病為三個月,梅毒為一個月;潛伏期(是指感染後還未發病的一段時間)的長短因人而異,愛滋病最長可達10年以上,梅毒則有數年不等。因此,不論是肛交、陰交或口交,建議要全程使用保險套才能夠將性病感染的機率降到最低。

(十)全程都使用保險套,這樣會有感染的風險嗎?

保險套雖然可以將愛滋的感染率降到最低,但只要有與陌生他人發生性行為,皆是有感染的風險喔,因此建議您還是要定期篩檢瞭解自己的身體狀況喔。

# 國立臺中科技大學 107 學年度第 1 學期班會宣導討論單

## 傳染病防治宣導

### 一、肺結核：

- (一)結核病是由結核桿菌所引起的疾病，為全球性的慢性傳染病，當結核菌進入人體後，不會立即產生反應，大約 95% 的病患第一次感染結核桿菌時，會因為身體免疫力所以不會直接發病(稱為潛伏結核感染)，一旦受到感染，終其一生均可能為一潛在發病源。
- (二)帶菌的結核病患者常在吐痰或在公共場所講話、咳嗽、唱歌或大笑時產生的飛沫排出結核菌，屬空氣傳染的疾病。
- (三)結核病大多早期症狀並不明顯，如何知道自己有沒有罹患結核病，除了每年定期接受胸部 X 光檢查外，「結核病自我檢測七分篩檢法」，是篩檢結核病最簡單、實用的方法。

### 二、流感：

- (一)流感是由「流感病毒」所引起的急性呼吸道疾病，與一般感冒不同，通常症狀較明顯，病程也較長。常見的症狀包括發燒、頭痛、肌肉酸痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛以及咳嗽等，有時會引起併發症，甚至導致死亡。最常見的併發症是肺炎，其他包括中耳炎、鼻竇炎、腦炎、腦病變，雷氏症候群和其他嚴重的感染症等。
- (二)依據疾管署統計，學生是流感高傳播族群，故接種流感疫苗能降低校園感染率，減少生病及保障受教權。107 年度公費流感疫苗於 11 月 1 日開打，為能產生群體免疫的效果減少疾病於校園內傳播及群聚疫情發生，施打對象為五專 1 年級至 3 年級學生，予實施校園集體接種，請所屬班級踴躍參與。日期/地點：(1)107 年 11 月 14 日(三)/ 民生校區綜合大樓禮堂(2)107 年 11 月 22 日(四) / 三民校區體育館。
- (三)衛生教育宣導：
  - 1. 落實良好衛生習慣：

平時應養成勤洗手及注意手部衛生、良好的呼吸道衛生及咳嗽禮節，儘量避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所。
  - 2. 落實「生病不上課、不上班」原則：

對感染流感之師生，請其戴口罩，適當休息與適當補充水分，並依醫師指示接受治療，在家休養直至症狀解除後 24 小時始返校上課。
  - 3. 注意流感危險徵兆，儘速就醫：

如出現呼吸困難、急促、發紺（缺氧、嘴唇發紫或變藍）、血痰或痰液變濃、胸痛、意識改變、低血壓、高燒持續 72 小時等流感危險徵兆應儘速就醫，以掌握治療的黃金時間。
  - 4. 落實疫情監測及通報機制。
  - 5. 保持教室之清潔與通風，並維持室內寬敞空間；如有需要，進行全面環境清掃及消毒工作。

# 國立臺中科技大學 107 學年度第 1 學期班會宣導討論單

班 級		人 數		導師	
				紀錄	
<b>討 論 紀 錄</b>					

國立臺中科技大學 107 學年度第 1 學期班會宣導討論單

建議事項(與本案無關之事項，請循行政系統建議處理)

吸菸人員名冊

項次	姓名	性別	年次	菸齡	想戒菸	備考
1						
2						
3						
4						
5						

男生：      人                  女生：      人                  合計：      人