

新生體檢新三高 血壓異常者過半

學聲大代誌

【記者李蕙茹淡水校園報導】101學年度新生體檢報告公布，接受體檢總人數為4707人，男生2473人，女生2234人，根據衛生保健組統計，今年新生體檢狀況異常項目及比率以血壓50.20%、BMI38.69%、血液常規25.86%為三高。體重異常比例方面，女生體重過輕人數494人，男生為300人，體重過重人數女生為240人，男生為607人，衛保組組長兼校醫談遠安認為，因為女生體型意識較高，比較注意飲食。

對於三高超標，談遠安分析，血壓隨時在變化，新生剛入校時受心情、環境等因素影響，「請有血壓異常者平日量血壓，並留下紀錄以利追蹤。」

對於BMI指數，談遠安認為，BMI會影響壽命長短，所以維持理想體重很重要，同時建議「運動是最健康的體重控制法，無論是慢跑、游泳、有氧舞蹈、上健身房，既可強身又可控制體重，好處多多。」他並提醒體重過輕者，應攝取足夠營養及規律運動，「但光是注意飲食，不利用運動來促進養分之吸收，體重的增加還是有限。」

在血液常規異常方面，談遠安解釋，「血液常規應進行整體檢視，單一異常未必異常，有疑問請至衛保組諮詢。」

針對平常就醫狀況，衛保組基於設備僅能提供一般醫療照護，如感冒、腸胃炎、扭傷及外傷處理，而較特殊個案須轉至醫療單位進行後續處理。談遠安說：「衛保組有兩位醫師看診，歡迎同學多加利用。」談遠安呼籲，近日氣候多變，同學應減少出入公共場所、勤洗手，或是戴口罩，皆可降低受傳染的機率，另外，為增強自身免疫力，規律生活、適度運動、均衡飲食皆不可少。

中文二曾宇君認為，「在校就醫方便且免費，是很棒的資源。」曾經腳踝扭傷的法文二張文說：「衛保組的臨時急救雖然簡易，但在第一時間給予傷口最妥善的治療。」

西文三黃雅怡則表示，「衛保組麻雀雖小但五臟俱全，且人員都很細心，身體上的疑難雜症都可得到緩解。」

