新生健檢報告出爐 近五成血壓異常

學生大代誌

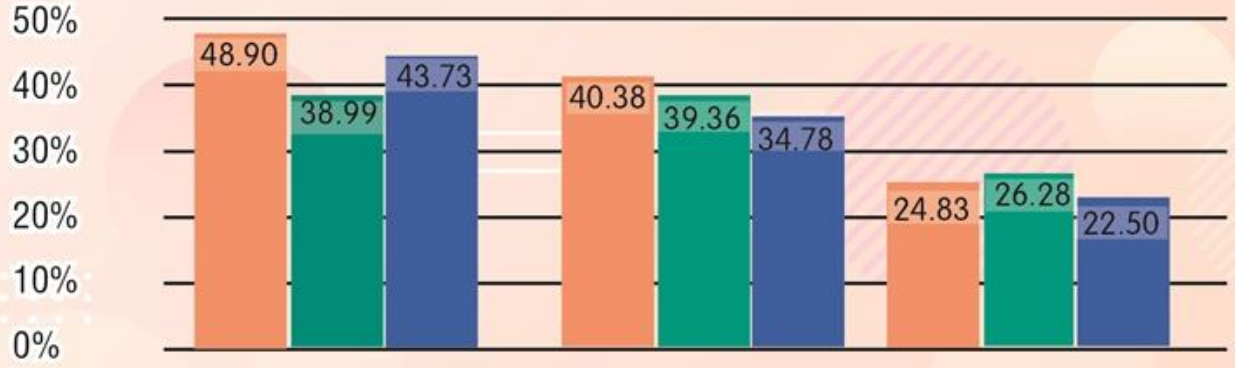
【張瑜倫淡水校園報導】112學年度新生體檢報告出爐！據衛生保健組資料顯示，今年委由宏恩醫院組成健檢團隊執行學生健康檢查，接受健檢總人數4,236位，分別為男生2,239人、女生1,997人。健檢結果除視力及牙齒不良者，其餘異常比率較高者為：血壓48.90%、身體質量指數（BMI值）40.38%、血液24.83%、脈搏28.96%。

男生指數異常前三項為血壓64.13%、BMI值44.47%，以及脈搏26.56%，女生則為BMI值35.79%、血壓31.83%，以及脈搏31.64%。在BMI值部分，指數在「過輕」範圍（18以下）為15.41%，「正常」範圍（18 ≤ BMI ＜ 24）為59.62%，「過重」範圍（24 ≤ BMI ＜ 27）為13.43%，「肥胖」範圍（大於27）有11.54%，相較111學年度過重與肥胖的比率12.06%及10.95%，略微增加。

近年來，血壓異常都高居新生體檢異常項目前三名，為掌握自己的血壓狀況，應按部就班正確量血壓，做好相關紀錄，就醫回診時，提供醫師參考。造成高血壓的因素有很多，包括環境因素，體重過重、攝取過多的鹽分與酒類、缺乏適量運動等，預防之道應從源頭做起，養成健康生活型態，如低油、低糖、低鹽及高纖的飲食、拒菸酒檳榔、適度運動，是做好血壓管理的重要關鍵。

衛保組護理師李青怡表示，將持續追蹤學生有無回診紀錄，若對自己的血壓狀況有疑慮，可至衛保組使用自助血壓測量服務，並諮詢醫生意見。今年新生BMI過重者較多，可能是疫情期間活動量減少，建議增加運動量，例如慢跑、爬山、健走、散步、瑜伽等，都能有效降低BMI值。

110 至 112 學年度新生健康檢查異常統計表



健檢項目 學年度	血壓 （異常值占全體%）	身體質量指數BMI值 （異常值占全體%）	血液檢查 （異常值占全體%）
112學年度	48.90	40.38	24.83
111學年度	38.99	39.36	26.28
110學年度	43.73	34.78	22.50

（資料來源／衛生保健組提供）

淡江時報