

夏威夷七年級體檢 介紹資料和常見問題



Chinese Traditional

序言

本著夏威夷少年兒童的健康利益為宗旨，即將升入七年級的學生都必須按照新的規定完成體檢，此體檢也被稱為兒童健康檢查。

兒童健康檢查由持牌醫師，醫生助手或高級執業註冊護士提供。*

兒童健康檢查為年輕人提供了一個安全的環境，他們可向醫療保健專業人士諮詢其健康問題，並能幫助處理和預防比如肥胖，抽煙和壓力這些與健康有關的問題。此體檢還給您的子女提供了接受他們這個年齡應該注射防疫針的機會。

我需要了解那些事項？

自2017-2018學年起，所有七年級的學生都必須根據州法律([HRS §302A-1159](#))規定完成體檢。

學生可在新學年第一天開始前的12個月內接受體檢。

家長或法定監護人在為子女進行七年級入學登記時，應將填寫好的[第14號表格](#)（學生健康紀錄）交給學校。

是否需要填寫表格？

需要。在您子女約診進行體檢當天，請將第14號表格交給家庭保健醫生，以便在就診期間填寫完畢。在您子女進行入學登記時，請將填寫好的第14號表格交給學校。

第14號表格的鏈接：

若要下載第14號表格和了解更多有關七年級體檢要求的信息，請訪問 www.hawaiipublicschools.org 並搜索 “Physical Exam”。

此體檢為什麼重要？

青春期是一個在生理、心理和社交方面發生巨大變化的時期。在此階段，青少年可能會出現眾多健康方面的問題，當中有很多問題是可以預防的。兒童健康檢查為您的子女提供了一個適當的機會和安全的環境，他們可向醫生諮詢其健康方面的任何問題，還能幫助處理和預防與健康有關的問題。此體檢機會還能幫助發現您子女是否漏打了防疫針並接受青春期通常推薦注射的防疫針。

美國兒科學會建議兒童和青少年應該每年由其家庭保健醫生進行至少一次體檢。

哪一類醫療執業者可以提供體檢？

體檢可由持牌醫生、醫生助手或高級執業註冊護士提供。*

2019年 1月修訂

體檢費用由誰承擔？

兒童健康檢查是患者保護與平價醫療法案 (ACA) 所規定和現正提供的一項年度承保福利。

什麼是患者保護與平價醫療法案？

患者保護與平價醫療法案, 通常被稱為“平價醫療法案”或“ACA”, 是於2010年3月由國會通過並由奧巴馬總統簽署的醫療保健改革法案。此項法案的總體目的是改善美國醫療保健和醫療保險的質量, 覆蓋率和可負擔性。

除體檢外, 七年級學生還必須打哪些防疫針？

七年級學生除了按規定必須進行體檢外, 夏威夷州法律還規定所有的學生必須打防疫針。請向您的家庭保健醫生諮詢有關這些防疫針以及通常推薦青春期少年應打的其他防疫針。

請訪問夏威夷衛生部的網址：<http://health.hawaii.gov/docd/school-health-requirements/>以了解更多關於學校防疫針規定的資訊。

如果上七年級前沒有進行體檢將會對學生有什麼影響？

如果學生在七年級開學第一天前沒有進行體檢, 他們仍被允許上學。然而, 教育部會將學生的姓名, 地址和電子郵件提供給衛生部。衛生部和教育部會在此學年期間追蹤聯絡學生的家長或法定監護人, 鼓勵他們安排兒童體檢約診。如果您不願衛生部知道您的聯繫方式, 請在10月30日前通知學校。

低收入家庭是否可得到醫療保險？

可以。Medicaid 是一項聯邦和州的合作項目, 向低收入的兒童和成人提供醫療保險。請訪問人類服務部MedQUEST的網址：mybenefits.hawaii.gov/medicaid-faqs/以獲取更多資訊。

健康生活方式

青少年每天應該有60分鐘（1小時）或更多的體育活動。在一週中, 應進行包括有氧運動, 強健肌肉和強健骨骼的運動, 如走路, 跑步, 不同的體育活動, 俯臥撐, 有計劃的舉重訓練或者跳繩。另外, 健康飲食也能幫助預防像肥胖, 2型糖尿病和心臟病等健康問題。食用脫脂或者低脂牛奶, 水, 水果, 蔬菜, 全麥和低脂蛋白食物來代替含糖飲料以及富含糖, 鹽和不健康脂肪的食物。更多資料可在美國農業部的網站ChooseMyPlate.gov上找到。