

# 健康保健從小做起

兒童醫院 衛教師 張晏殷

隨著社會少子化及老齡化的影響，人們生活越來越講究，醫療也不例外，記得以前長輩常說：「小孩就是照豬養，一樣能長大」，但是現在小孩越生越少的情況下，每個父母都想要盡其所能給小孩最好，所有的服務都希望能精緻化，食、衣、住、行、育、樂，醫療也是其中之一。

「預防醫學」是目前最流行的話題，從健康的身體開始，平時就該注重維持健康的重要性，就像一台新車子，好的時候就要保養，每當使用一陣子，就要定期進廠檢查，有問題就立刻解決。我們也是如此，孩童更是重要，因為小孩生理及心理正在成長，除了定期作生理的檢查外，也要聯合心理及發展的評估，當然要維持良好的抵抗力，預防注射也是目前最熱門的「特殊保護」服務項目之一，這些都是為了使小孩能健康成長的必備條件。

想要擁有優質生活及延緩生命，生病才就醫的行為，已逐漸被社會淘汰，大家應開始學著當自己健康的守護者，而小孩就必須仰賴父母的保護，健康檢查已不再是大人需要，小孩落實更是能促進健康，早期診斷、早期治療，期望每位主人翁都頭好壯壯的成長。😊