

德國巴登-符騰堡邦醫師協會呼籲加強兒童和青少年的健康教育

駐德國代表處教育組

爲了促進大眾重視健康教育，德國巴登-符騰堡邦醫師協會（Landesärztekammer Baden-Württemberg）建議，希望將「健康」列為一門正式學校學科，藉此讓兒童和青少年從小就學習如何保持和促進健康，提高其健康素養。

根據該協會 2023 年 9 月 7 日新聞稿，該協會主席 Wolfgang Miller 先生表示，健康教育涉及到生理、心理、社會和環境等多方面的因素。他舉例說，吸煙、過量飲酒、缺乏運動或不良飲食習慣等行為都會對健康造成負面的影響。同樣，氣候變化也會帶來一些健康問題。他認為，目前學校對於健康教育課題的處理方式不夠全面化和系統化，只是在一些單元、選修課或其他學科中涉獵一些健康相關內容。他建議，健康教育應該成為一門獨立的學科，並根據學生的年齡和發展階段，適時調整教學內容和方法。

Miller 主席的建議有其科學依據，因為根據一些最新研究，德國民衆的健康素養相當低落，許多人在蒐尋、理解和應用健康相關資訊有困難，或者不知道如何健康地生活或正確地利用衛生設施。這些問題會增加人們的患病風險和致病率，加重衛生部門的負擔。研究還發現，青少年也面臨著類似的困難，有些甚至對健康相關資訊沒有興趣或沒有機會學習。

Miller 主席因此認為，在學校開設「健康」學科是一個有效的解決方案，可以讓兒童和青少年接受到健康教育，不論其出身背景都可以系統化地學習關於飲食、運動、身體功能、防癮、急救等主題，並培養自己的健康意識和技能。同時，他們也可以了解衛生設施的功能和使用方法，從而減輕醫務人員的工作壓力。

Miller 主席的建議也得到了一些青少年的支持。根據另一項調查，許多受訪者表示希望在學校學習「健康」這門學科。這表明，他們也意識到自己的健康素養有待提高，並願意接受相關的教育。

Miller 主席呼籲政府加強對教育部門的人力、財力和結構的支持，

以推動「健康」學科的建立。他說，這不是要給已經很辛苦的教師增加負擔，而是要改善教育環境和條件。他還表示，醫師協會也願意提供專業的知識和協助，為健康教育的成功貢獻力量。

撰稿人/譯稿人：駐德國代表處教育組

資料來源：德國巴登-符騰堡邦醫師協會 <https://www.aerztekammer-bw.de/gesundheit-als-unterrichtsfach-36c836cf98d56584>

