
預防醫學

Preventive Medicine

第 ③ 版

台灣家庭醫學醫學會 編印

民國一一一年七月

編輯小組

召集人

● 吳晉祥

中國醫藥大學醫學系醫學士
國立成功大學醫學工程研究所碩士
國立成功大學醫學院家庭醫學科教授
國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院院長
國立成功大學醫學院附設醫院家庭醫學部預防保健科主任兼主治醫師

編輯委員

● 李純瑩

高雄醫學大學公共衛生學系碩士、博士
高雄醫學大學附設中和紀念醫院家庭醫學
科主任兼主治醫師

● 林文元

國立臺灣大學公共衛生學院預防醫學研究
所碩士、管理學院EMBA
中國醫藥大學臨床醫學研究所博士
中國醫藥大學醫學院教授
中國醫藥大學附設醫院社區暨家庭醫學部
中心主任、健診醫學部主任

● 林名男

國立臺灣大學公共衛生學院預防醫學研究
所碩士
大林慈濟醫院副院長
大林慈濟醫院社區醫療部主任、家庭醫學
部主任、社區醫學科主任

● 孫文榮

國立陽明大學公共衛生研究所碩士、博士
臺北市立聯合醫院社區安寧發展中心主任
兼長期照護規畫發展中心主任
臺北市立聯合醫院中興院區家庭醫學科醫
師兼主任

● 張賢政

國立臺灣大學預防醫學研究所碩士
羅東博愛醫院社區醫學部主任
羅東博愛醫院家庭醫學科主任

● 陳曾基

國立陽明醫學院醫學士
德國海德堡大學醫學博士
臺北榮民總醫院新竹分院院長

● 黃國晉

國立臺灣大學高階管理商學組碩士
國立臺灣大學醫學系流行病學研究所博士
澳洲雪梨大學人類營養中心博士後研究員
國立臺灣大學醫學院附設醫院新竹臺大分
院副院長
臺大醫學院家庭醫學科教授

● 楊宜青

國立臺灣大學醫學士
美國哈佛大學公共衛生學院碩士
成大醫學院家庭醫學科及公衛所教授
成大醫院家庭醫學部與高齡醫學部主治醫
師
成大醫院老人醫院籌設營運處高齡教育組
組長

● 顏啟華

中山醫學院醫學系醫學士
中山醫學大學醫學研究所碩士、博士
中山醫學大學附設醫院家庭暨社區醫學部
主治醫師兼主任
中山醫學大學醫學系家庭暨社區醫學科專
任副教授

作者群

(依姓氏筆劃排序)

- **王英偉** MD, PhD 臺灣大學醫學士 / 美國杜蘭大學公共衛生博士
慈濟大學人文醫學科教授、花蓮慈濟醫院院長室顧問
- **王梅君** MSc 中原大學心理學研究所臨床組碩士
臺灣大學學生心理輔導中心兼任輔導老師
- **王森德** MD, MSc, PhD 臺灣大學醫學系學士、公衛學院預防醫學研究所博士
臺北醫學大學附設醫院家庭醫學科主任
- **吳映萱** MD, MS 高雄醫學大學學士後醫學系、醫學研究所碩士
高雄醫學大學附設醫院家庭醫學科主治醫師
- **吳紅蓮** PhD 靜宜大學食品營養系博士
成功大學醫學院附設醫院營養部營養師
嘉南藥理大學保健營養系兼任助理教授
- **吳晉祥** MD, MS 成功大學醫學工程研究所碩士
成功大學醫學院家庭醫學科教授
成功大學醫學院附設醫院斗六分院院長
成功大學醫學院附設醫院家庭醫學部、預防保健科主任兼主治醫師
- **吳唯雅** MD, MS, PhD 中山醫學院醫學士、中山醫學大學醫學研究所碩士、博士
臺中市東區衛生所醫師兼主任
- **李孟智** MD, MPH, PhD 中山醫學院醫學士 / 美國明尼蘇達大學公共衛生學碩士
日本東京醫科大學醫學博士
衛福部臺中醫院顧問醫師、家庭醫學科暨老年醫學科主治醫師
- **李怡萱** MD, MPH 國防醫學院醫學系醫學士 / 美國哈佛大學公共衛生碩士
台大醫院北護分院家庭醫學科主治醫師兼主任、社區醫療暨長期照護部主任
台大醫院家庭醫學部兼任主治醫師
台大醫學院家庭醫學科兼任講師
- **李燕鳴** MD, MS 臺灣大學醫學士、公共衛生研究所預防醫學組碩士
花蓮慈濟醫院家庭醫學科主治醫師
- **李璧伊** MD, PhD 中國醫藥大學醫學士
成功大學環境醫學研究所博士
奇美醫院家庭醫學部主任

- 周佑聰 MD 長庚大學醫學士
成功大學醫學院附設醫院健康管理中心主治醫師
- 林文元 MD, PhD 臺灣大學公共衛生學院預防醫學研究所碩士、管理學院EMBA
中國醫藥大學臨床醫學研究所博士
中國醫藥大學醫學院教授
中國醫藥大學附設醫院社區暨家庭醫學部中心主任、健診醫學部主任
- 林玉珮 MD, MPH 成功大學學士後醫學士、醫學院公共衛生研究所碩士
高雄師範大學教育學院人力與知識管理研究所碩士
高雄市立民生醫院社區醫療部主任
- 林名男 MD, MPH 臺灣大學醫學士
臺灣大學公共衛生學院預防醫學研究所碩士
大林慈濟醫院副院長兼家庭醫學部主任
- 林季緯 MD, MBA, PhD 義大醫院家庭暨社區醫學部部長
義守大學醫學院助理教授
- 林玟玟 MD 中山醫學大學附設醫院家醫部主治醫師
- 林倩如 MD 中山醫學大學醫學士
新竹馬偕紀念醫院家庭醫學科主治醫師
- 林詠青 MD, MPH 臺灣大學醫學士 / 政治大學法律碩士
美國約翰霍普金斯大學公共衛生碩士
衛生福利部疾病管制署防疫醫師
臺灣大學醫學院附設醫院兼任主治醫師
- 林德文 MD 臺北醫學大學醫學士
桃園市復興區衛生所主任
- 邵馨慧 MD, MPH 馬偕紀念醫院台北總院家庭醫學科主治醫師
- 柯玉珍 MS 中山醫學院營養科學研究所
成功大學醫學院附設醫院營養師
- 洪孜幸 MD 中國醫藥大學醫學士
新北市鶯歌區衛生所醫師兼主任
- 孫子傑 MD, MSc 臺灣大學醫學士 / 成功大學老年學研究所碩士
成功大學醫學院附設醫院家庭醫學部主治醫師
成功大學醫學院附設醫院斗六分院家庭醫學科主任

- **孫文榮** MD, MPH, PhD 陽明大學公共衛生研究所碩士、博士
臺北市立聯合醫院社區安寧發展中心主任兼長期照護規畫發展中心主任
臺北市立聯合醫院中興院區家庭醫學科醫師兼主任
- **徐華穗** MD 中國醫藥大學附設醫院家庭醫學科主治醫師
中國醫藥大學緩和醫療科主任
中國醫藥大學美德病房主任
- **高湘涵** MD 中國醫藥大學醫學士
中國醫藥大學附設醫院社區暨家庭醫學部主治醫師
- **張尹凡** MD 中國醫藥大學醫學士
成功大學醫學院附設醫院家庭醫學部主治醫師、門診部副主任
成功大學醫學院醫學系家庭醫學科臨床助理教授
- **張宇辰** MD 陽明大學醫學士
馬偕紀念醫院家庭醫學科主治醫師
- **張賢政** MD, MSc 臺灣大學預防醫學研究所碩士
羅東博愛醫院社區醫學部主任、家庭醫學科主任
- **莊佩倪** MD 臺灣大學醫學系學士
台大醫學院附設醫院新竹臺大分院家庭醫學部主治醫師
- **莫那・瓦旦** MD, MPH 臺北醫學大學醫學士
台大公共衛生碩士
花蓮吉安鄉衛生所主任
- **許書華** MD 高雄醫學大學醫學士
輔仁大學附設醫院家庭醫學科主治醫師
- **許馨尹** MD 長庚大學醫學系學士
臺灣大學流行病學與預防醫學研究所碩士
馬偕紀念醫院家庭醫學科主治醫師
- **郭冠良** MD, PhD 臺北市立聯合醫院仁愛院區家庭醫學科主任
國立陽明交通大學生物醫學資訊研究所兼任助理教授
天主教輔仁大學醫學資訊與創新應用學士學位學程兼任助理教授
臺灣大學資訊工程研究所博士 / 國立陽明醫學院醫學士
- **郭浩然** MD, MPH, ScD 臺北醫學大學醫學士 / 美國哈佛大學職業醫學博士
成功大學醫學院 環境醫學研究所特聘教授

- **陳全裕** MD 陽明大學醫學士 / 中正大學資訊管理學碩士
成功大學醫學院附設醫院家庭醫學部主治醫師
- **陳志道** MD, PhD 臺灣大學公共衛生學院預防醫學研究所博士
亞東紀念醫院家庭醫學科主任
- **陳沛芸** MD 高雄醫學大學醫學士
台大醫院北護分院家庭醫學科主治醫師
台大醫院家庭醫學部兼任主治醫師
- **陳秀熙** PhD 英國劍橋大學生物統計博士
臺灣大學公共衛生學院流行病學與預防醫學研究所教授
- **陳孟侃** MD, PhD 台大公衛學院預防醫學研究所博士
台大醫學院附設醫院新竹臺大分院家庭醫學部主任
- **陳宗伯** MD 臺灣大學醫學士、流行病學與預防醫學研究所碩士
中國醫藥大學附設醫院社區暨家庭醫學部主治醫師
- **陳泓裕** MD 臺北醫學大學醫學士
成大醫院健康管理中心主治醫師、家庭醫學部主治醫師
- **陳昭源** MD 林口長庚家庭醫學部部主任
長庚醫院家庭醫學科副教授
- **陳韋良** MD, PhD 國防醫學院醫學士、醫學科學研究所博士
三軍總醫院家庭暨社區醫學部健康管理中心主任
國防醫學院醫學系教授
- **陳曾基** MD, PhD 德國海德堡大學醫學博士
臺北榮民醫院新竹分院院長
- **陳慶餘** MD 台大醫學院家庭醫學科
台大醫院家庭醫學部名譽教授
- **陳薇光** MD 義大醫院家庭暨社區醫學部主治醫師
英國倫敦衛生暨熱帶醫學學院碩士
- **彭仁奎** MD, MSc, PhD 陽明交通大學醫學系學士 / 臺灣大學流行病學與預防醫學研究所碩士
英國倫敦大學國王學院博士
臺灣大學醫學院附設醫院家庭醫學部主治醫師
臺灣大學醫學院家庭醫學科臨床助理教授

- **彭道鈞** MD 國防醫學院醫學士
三軍總醫院家庭暨社區醫學部主治醫師
國防醫學院醫學系助理教授
- **程劭儀** MD, MSc, DrPH 臺灣大學醫學士、公衛學院預防醫學研究所碩士
美國約翰霍普金斯大學公衛學院醫療政策與管理博士
台大醫院家庭醫學部主任
台大醫學院家庭醫學科教授
- **黃柏誠** MD, MS 臺灣大學醫學士 / 高雄醫學大學藥學碩士
博田國際醫院家庭醫學科主治醫師
- **黃洽鑽** MD 高雄醫學院醫學士
高雄醫學大學附設醫院家庭醫學科主治醫師
- **黃偉新** MD, MPH 臺北醫學大學醫學士 / 美國約翰霍普金斯公共衛生碩士
馬偕紀念醫院家庭醫學科主任
- **黃國晉** MD, PhD 臺灣大學高階管理商學組碩士、醫學系流行病學研究所博士
澳洲雪梨大學人類營養中心博士後研究員
台大醫學院附設醫院新竹臺大分院副院長
台大醫學院家庭醫學科教授
- **黃麗卿** MD, PhD 臺灣大學公共衛生學院預防醫學研究所博士
馬偕紀念醫院家庭醫學科主治醫師
馬偕醫學院醫學系教授
- **黃獻樑** MD, MSc 台大醫學系及台大預防醫學研究所碩士
台大醫院家庭醫學部主治醫師
台大醫學院家庭醫學科臨床助理教授
- **楊子弘** MD 中山醫學大學醫學士 / 輔仁大學學士後法律學系
亞東紀念醫院家庭醫學科主治醫師
- **楊佳容** MD 陽明交通大學醫學士
衛生福利部金門醫院家庭醫學科主治醫師
臺灣大學醫學院附設醫院北護分院社區及家庭醫學科兼任主治醫師
- **楊宜青** MD, MPH 美國麻州哈佛大學公共衛生學院公衛碩士
成大醫學院家庭醫學科及公衛所教授
成大醫院家庭醫學部與高齡醫學部主治醫師
成大醫院老人醫院籌設營運處高齡教育組組長

- **楊昆澈** MD, PhD 臺灣大學醫學院家庭醫學科兼任助理教授
臺灣大學公衛學院流行病學與預防醫學研究所生物統計組博士
- **詹其峰** MD, MSc, PhD 台大醫學士、預防醫學碩士、流行病學博士
台大醫院家庭醫學部主治醫師、家庭醫學部社區醫學科主任
分級醫療暨轉銜照護管理中心中心副主任
- **詹欣隆** MD, MS 臺北醫學大學醫學士
臺灣大學管理學院資訊管理研究所碩士
淡水馬偕紀念醫院醫務部主任暨社區醫學中心主任
- **廖廣榆** MD 林口長庚家庭醫學部主治醫師
陽明交通大學醫學系家庭醫學科講師
- **劉秋松** MD, MPH 中國醫藥大學醫學士、公共衛生碩士
中國醫藥大學醫學院教授
中國醫藥大學附設醫院社區暨家庭醫學部主治醫師
- **劉晏孜** MD, MPH, PhD 臺灣大學公共衛生學院碩士 / 中山醫學大學醫學研究所醫學博士
彰化基督教醫院家庭醫學科主任
教育部部定副教授
- **劉瑞瑤** MD, MPH 陽明大學醫學士
臺灣大學衛生政策與管理研究所預防醫學組碩士
陽明交通大學附設醫院家庭學部主任
- **蔡世滋** MD 臺北醫學院醫學士
振興醫院家庭暨社區醫學部部主任
- **鄭翔如** MD, MS 長庚大學醫學士 / 成功大學老年學研究所碩士
成功大學附設醫院家庭醫學科主治醫師
成功大學醫學院附設醫院社區健康照護中心居家醫療組組長
- **鄭逸如** MSc, PhD 臺灣大學理學院心理學研究所臨床組博士
臺灣大學醫學院附設醫院臨床心理中心主任
- **盧佳文** MD, MSc 台大醫院家庭醫學部主治醫師
台大醫學院家庭醫學科臨床助理教授
台大公共衛生學院流行病學與預防醫學研究所碩士

- **盧豐華** MD, MS
美國凱斯西儲大學醫學院流行病學暨生物統計研究所碩士
美國凱斯西儲大學醫學院附設醫院內科部老年科研究員
成功大學醫學院附設醫院社區健康照護中心主任
成功大學醫學院附設醫院家庭醫學部主治醫師兼行為科學科主任
成功大學醫學院醫學系高齡醫學科主任
- **賴冠宇** MD
中國醫藥大學醫學士
中國醫藥大學附設醫院社區暨家庭醫學部高齡醫學科主治醫師
- **薛光傑** MD, MS
中國醫藥大學醫學院醫學士 / 高雄醫學大學醫務管理系碩士
高雄榮民總醫院戒菸治療管理中心主任
高雄榮民總醫院家醫部主治醫師、安寧緩和科主任
- **顏佐樺** MD
慈濟大學醫學士
美國亞利桑那大學整合醫學中心臨床研究員
聯安預防醫學機構聯欣診所副院長
- **顏宗海** MD
林口長庚總院毒物科主任
林口長庚醫院腎臟科教授級主治醫師
- **顏啟華** MD, MS, PhD
中山醫學院醫學系醫學士 / 醫學研究所碩士、博士
中山醫學大學醫學系副教授
中山醫學大學附設醫院家庭暨社區醫學部主任
- **蘇世斌** MD, MS, PhD
台大化工系及學士後醫學系
成功大學環境醫學研究所碩士、博士
奇美醫療財團法人奇美醫院職業醫學科主任
- **蘇斐琳** MD
國防醫學院醫學士
成大醫院健康管理中心主治醫師

理事長序言

預防醫學(preventive medicine)強調個人健康之管理、環境與職業因素之管制、強化臨床預防醫學之活動以及社會、文化與行為對健康影響評估，來達到疾病預防(disease prevention)及健康促進(health promotion)之目標。預防醫學專注於個人及特定族群健康的保護、促進與維持，並且預防疾病、殘障及早逝發生。中國在古代就有「上醫醫未病之病、中醫醫欲病之病、下醫醫已病之病」之說，所謂「上醫醫未病之病」就是上等的醫師是在疾病未發生之前就加以預防，這也正是現代預防醫學之寫照。但是西方現代醫學，朝向先進高端的醫療科技發展，醫療著重於急慢性病之診斷、檢查及治療，相對的也忽略了預防性健康照護初段、次段及末段之預防層次。

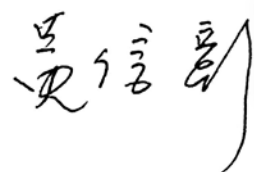
近一、二十年，台灣醫療照護系統偏重於臨床急、慢性疾病之檢查及治療，相對忽略了健康促進以及疾病預防之重要性。平時忙碌之專科或是次專科門診，很難執行有效完整之健康促進及疾病預防諮商。家庭醫學全人、全家及全社區之醫療特色，本就強調預防醫學之重要性；家庭醫師也是最佳預防性健康照護之提供者，也最有機會針對民眾及其家庭成員，篩選出可預防疾病之相關危險因子，進行疾病早期篩檢，並能提供適當的預防醫學建議。同時針對高風險健康狀況，如吸菸及肥胖進行行為科學介入；故預防醫學訓練在家庭醫學專科醫師訓練裡十分重要。目前醫療科技之快速進展，所謂精準醫學(precision medicine)就是要整合提供民眾預防性(preventive)、個人化(personalized)、預測性(predictive)及參與性(participatory)之健康照護，也就是家庭醫學全人照護新時代的最佳詮釋。

本學會於民國97年出版第一版的預防醫學教科書，107年更新出版第二版，因應預防醫學新的觀念及進展，於今年出版第三版。感謝吳主編晉祥教授、編輯小組成員：李純瑩、林文元、林名男、孫文榮、張賢政、陳曾基、黃國晉、楊宜青、顏啟華醫師，及所有章節作者重新審視及撰寫，加入最新之實證資料，完成最新的預防醫學教科書。本書共分七篇、四十七章節，包括預防醫學、篩檢、健康行為與衛教諮詢、疫苗接種及化學預防、健康議題與預防性

健康照護、旅遊醫學及職業與環境醫學概述。除了強化精準醫學個人化醫療之概念及應用、因應台灣老化社會來臨、針對老年人之預防篩檢外，新增的章節，有「人工智慧於預防醫學之應用與展望」、「未有實證支持的篩檢項目」、「非健康藥物使用」、「網路成癮」、「旅外國人健康照護—以新南向人員健康照護為例」及「氣候變遷與健康」。

第三版的預防醫學內容十分充實，相信能帶給讀者完整、最新、最正確之預防醫學概念，也是醫學生及從事預防醫學相關同仁之最佳參考書籍。

台灣家庭醫學醫學會 理事長



謹識

中華民國一一年七月

編著者序

每當讀到有關USPSTF針對臨床上某項初段或次段預防的建議，就想起我們2021年4月20日收到學會學術委員會邀請擔任學會出版核心教材之一的第三版「預防醫學」改版編輯小組召集人的通知。在責任感與使命感的驅使下，毫不猶豫就答應了這項邀請與指派的任務，主要的原因是我從這本「預防醫學」教材的第一版開始就擔任編輯召集人，有著無法割捨的責任感。另外在2019年底完成衛福部國健署委託計畫「建構以生命歷程為基礎之個人化成人預防保健服務模式試辦計畫」後，在對此計畫所整理相關文獻與實證資料還記憶猶新的契機下，有著更新新知的使命感。

這兩年多來，在新冠肺炎疫情影響下，不只一般急慢性疾病之醫療受到巨大影響，預防醫學於健康照護之執行面也受到相當程度的影響，連帶本書第三版「預防醫學」改版編輯小組開會也不免波及。2022年8月22日「預防醫學」第三版編輯小組終於召開第一次會議，歷經各章節名稱與範圍內容之擬定、作者與審稿委員之邀請、各篇章節之撰寫與審查，莫不力求完美。本書之編輯恰逢學會另一本重要的核心教材「家庭醫學」教科書也進行改版，該書編輯召集人黃國晉教授與我皆就「家庭醫學」與「預防醫學」這兩本書的某些章節在類似的觀念層面要一致，但在內容層面盡量不重複，希望能提高這兩本教科書的可讀性與互補性。

近年來預防醫學的觀念與內容變動不少，第三版全書內容係延續第二版之七大篇範圍的主要內容進行更新，以因應未來社會變遷與醫療需求。其中「家庭醫學取向之預防性健康照護」加入醫病共享決策之內容；「憂鬱症及身心相關議題篩檢」新增焦慮症議題；「體能活動不足」調整為「身體活動促進及運動傷害預防」；原「中老年人之預防性健康照護」擴大為「成年人之預防性健康照護」與「老年人之預防性健康照護」兩章節；原「抗老化的化學預防」也擴展為「老年疾病的化學預防」與「癌症的化學預防」兩章節；另單獨新增「人工智慧於預防醫學之應用與展望」、「網路成癮」、「旅外國人健康照護—以新南向人員健康照護為例」、與「氣候變遷與健康」等章節；最後比較特

殊的是「未有實證支持的篩檢項目」，此一章節係提醒大家仍有一些臨床常見但實證不足的篩檢項目，讓本書的內容盡量貼近臨床層面之完整性。最後謝謝黃信彰理事長與學會的支持，編輯小組所有成員、各章節作者、與審查委員的努力，方淑芬小姐幕後行政與編輯的協助，讓本書得以順利出版。期待本書能對大家的知識與臨床層面有所助益，更期待大家對疏漏之處的不吝指教，作為本書臻於至善之參考。

編輯小組 召集人

吳晉祥 謹識

中華民國一一一年七月

