

第五節 國中生問卷等各項分析

5.1 國中生之減重現況、減重方式、及相關影響因素之分析

為探討台灣地區國中生減重之現況及相關特性，以及減重與飲食行為、飲食信念、及體能活動等之相關性，本次調查收集到問卷資料者共計 1969 位，問卷及體檢資料完整者 1682 位，而其中減重資訊收集完整者，共計 1054 位納入資料分析。

國中生之過重定義

依照行政院衛生署 2002 年所公布之兒童與青少年肥胖定義，以 BMI < 15 百分位(各年齡層)為過瘦，95 > BMI ≥ 85 百分位(各年齡層)為過重，BMI ≥ 95 百分位(各年齡層)為肥胖。

2011 年台北醫學大學邱弘毅教授，亦進行兒童與青少年肥胖切點之推估。本分析將以 2002 年官方版為主，並進行與 2011 年邱教授切點推估版本間之比較。

12 歲-16 歲國中學學生之切點如下表：

	2002 年衛生署					2011 年邱教授推估			
	男		女			男		女	
	過瘦	過重	過瘦	過重		過瘦	過重	過瘦	過重
12 歲	16.4	21.5	16.4	21.6		16.1	21.3	16.1	21.3
13 歲	17.0	22.2	17.0	22.2		16.7	21.9	16.7	21.9
14 歲	17.6	22.7	17.6	22.7		17.3	22.5	17.3	22.5
15 歲	18.2	23.1	18.0	22.7		17.9	22.9	17.8	22.7
16 歲	18.6	23.4	18.2	22.7		18.4	23.0	18.1	22.7

嘗試減重

詢問國中生最近半年是否嘗試減輕體重，答項為有及沒有。研究對象於最近半年，嘗試以飲食、運動、藥物等方式減輕體重者，定義為嘗試減重者。

父母親之肥胖分組

依行政院衛生署『肥胖定義小組及處理小組』之會議共識，以身體質量指數 (BMI) 24 訂為國人體重過重之切點，BMI 27 為肥胖之切點

基本特性變項

地區別包括北一層、北二層、中部層、南部層、東部層、山地層；性別；年級別(七/八/九年級)。

家庭相關因素

1. 父母親教育程度(國小以下/國中/高中/大學/研究所以上)
2. 父母親籍貫/父親籍貫區分為閩南/客家/大陸各省市/原住民
3. 母親籍貫區分為閩南/客家/大陸各省市/原住民/其他
4. 父母親之肥胖(過瘦/正常/過重/肥胖)
5. 家戶收支之平衡(足夠且有餘/剛好足夠/有些困難/很困難)

青春期發展

1. 初經(是否)
2. 乳房之發育(尚未開始/剛開始/確定進行/已完成)
3. 身高之成長(尚未開始/剛開始/確定進行/已完成)
4. 腋毛或陰毛之成長(尚未開始/剛開始/確定進行/已完成)
5. 粉刺或面皰等皮膚改變(尚未開始/剛開始/確定進行/已完成/沒有皮膚問題)
6. 聲音變低沉(尚未開始/剛開始/確定進行/已完成)
7. 長鬍鬚(尚未開始/剛開始/確定進行/已完成)。

個人體檢之相關變項

體位測量之身高、體重、身體質量指標(Kg/M^2)、腰腿比(腰圍/大腿圍)等變項，以及抽血檢查之膽固醇、三酸甘油酯、血糖、高密度脂蛋白膽固醇(HDL)、低密度脂蛋白膽固醇(LDL)、尿酸、收縮壓、舒張壓、C 反應蛋白(≥ 1 或 < 1)

個人飲食習慣

包括 18 題高脂類、高糖類、高鈉類、蔬菜類、醃製類、限制飲食等行為以及全穀類之攝取狀況。

個人體能活動

包括每週所進行之明顯流汗、呼吸和心跳明顯增加之活動頻率及活動時間。

個人飲食信念

包括油炸類、含糖飲料類、全穀類、蔬菜類、水果類、奶類、少鈉類等食物於日常生活攝取之想法。變項區分為過去不曾做亦不考慮改變、過去不曾做但考慮改變、過去曾做但不考慮維持、過去曾做亦考慮繼續維持等四組

研究結果

過重與減重現況及其基本特性 (table 5.1.1, table 5.1.2)

男性國中生過重及過輕之盛行率分別為 31.2%及 17.0%，女性國中生則有 21.0%過重及 11.0%過輕，男性之過重及過輕盛行率均較高。在嘗試減重之部分，國中女生高達 40.8%嘗試減重，而國中男生則為 27.6%。

區域差異上來看，中部層男性過輕 23.8%最高但嘗試減重盛行率亦以 31.8%位居首位；女性則以山地層過重盛行率 36.1%且高達 57.1%曾嘗試減重為最高。區域因素上僅於女性之嘗試減重呈現統計顯著差異($p=0.0192$)。

男生過輕情形，隨年紀之增大而減少，由 19.1%降至 15.1%；女生之過輕情形，八年級 13.5%最高，九年級降至 9.6%。九年級男生之 33.0%過重及 28.5%嘗試減重均最高，女生則以七年級 27.1%過重及八年級 44.7%嘗試減重為最高。

男女性依不同肥胖定義切點之比較，2002 年版相對於 2011 年推估版，男性過輕盛行率 17.0%，11.8%；男性過重盛行率 31.2%，33.0%；女性過輕盛行率 11.0%，8.8%；女性過重盛行率 21.0%，21.8%

過重與減重現況及其青春特性 (table 5.1.3, table 5.1.4)

國中男生青春特性與體位成長相關性最高者為腋毛/陰毛之成長，過重盛行率由其尚未開始之 18.9%上升至已完成的 37.5%；聲音變低沉亦與體位成長相關

性呈統計顯著性；所有青春特性指標與男性國中生之嘗試減重無關。

國中女生青春期乳房發育體位成長具相關，過重盛行率最高者為剛開始階段之 40.0%，另已來經者之過重盛行率為 23.8%。國中女生於粉刺或面皰等皮膚改變、腋毛/陰毛成長之已完成階段，以及已有初經者，各有 66.7%、50.0%、43.3% 嘗試減重。

家庭特性與過重與減重現況之相關 (table 5.1.5, table 5.1.6)

父母親教育程度與國中生之體重現況無顯著統計相關，母親教育程度大學以上者，國中男生過重及嘗試減重之百分比最低，分別為 5.8% 及 17.4%。

籍貫因素於男生與過重及減重現況無關。女性國中生，其母親為原住民者，過重盛行率 32.2% 為最高，嘗試減重之 50.0% 亦為最高。

父母親肥胖情形對國中生過重之影響，以母親之影響較顯著。母親越肥胖，國中生之肥胖越嚴重，亦有越高之嘗試減重率。

過重與減重現況與健康及生化指標之相關 (table 5.1.7, table 5.1.8)

過重之國中男生，除血糖外，其體位指標之 BMI 及腰腿比，收縮壓及舒張壓，以及生化指標之膽固醇、三酸甘油酯、低密度脂蛋白膽固醇(LDL)、尿酸、C 反應蛋白均顯著較高。過重之國中女生亦類似，不過在舒張壓、膽固醇、腰腿比等之差異不如男生來得顯著，但過重女生之血糖顯著較高。

至於嘗試減重與健康及生化指標之相關，嘗試減重之國中女生，其 BMI、尿酸、及 C 反應蛋白較高，而 HDL 偏低。而嘗試減重之男生，除上述差異外，其腰腿比、收縮壓、三酸甘油酯、及 LDL 均顯著偏高。

嘗試減重與否與飲食行為及身體活動量之相關性

嘗試減重者之飲食行為上，對於低脂產品之選用上，均顯著較未嘗試減重者為高。嘗試減重之國中女生，其以蔬果替代高脂點心、清蒸/水煮料理魚類等飲食行為上，亦顯著高於未嘗試減重者。嘗試減重之國中男生，避免吃畜肉及體能活動，與未嘗試減重者聚有顯著差異；另嘗試減重之國中男生，加鹽/醬油/椒鹽/辣椒醬之飲食行為亦偏高。

嘗試減重與否與飲食信念之相關性

無論男女性，嘗試減重之國中生，其油炸類與含糖飲料類之飲食信念，有顯著較高之飲食信念。

國中男生於全穀類、蔬菜類、水果類、奶類、少鈉類亦有顯著較高之飲食信念，其中以少鈉類最為顯著。

國中女生之全穀類、蔬菜類、水果類、奶類、少鈉類飲食信念則與嘗試減重與否無關。

不同肥胖定義切點之分析數據比較

2002 年版與 2011 年推估版之分析數據，呈現 2002 年版之過瘦盛行率較高，且過瘦盛行率依不同版本切點之盛行率差異頗大。至於過重盛行率。2011 年推估版之盛行率相較 2002 年版偏高，不過差異不大。

5.2 國中生之菸、酒、檳榔現況分析

吸菸是一最普遍的物質使用行為，也是肺癌、心臟血管疾病的主要危險因子(1)。很多研究發現成年吸菸都是始於青少年時期(2)，菸商的廣告也讓開發中或已開發國的青少年開始吸菸(3)，因此監測青少年吸菸是必要的。吸菸、飲酒、嚼檳榔大多同時存在。

2001 年國民健康訪問調查的分析顯示，青少年首次吸菸的年齡，在近 20 年來，已從原本的 20 歲降至 18 歲；劉美媛與周碧瑟在 2001 針對台灣在學青少年飲酒盛行率的調查則指出，42.5%有喝酒習慣的學生在 12 歲以前已開始喝酒(4)。他們也發現吸菸、飲酒、嚼檳榔大多同時存在(5)，跟嚼檳榔有關的因素有上的課業情形、出席情形、工作打工狀況、在校曾經被體罰過、參加幫派等，家庭因素中之單親家庭結構型態，以及父母、兄弟姊妹嚼檳榔，和玩電動、飆車等，都是與嚼檳榔有關的因素。

首次吸菸及飲酒年齡的降低對身心健康所產生的負面影響在許多研究中已被證實，例如：Agrawal 等人的研究即指出，初次吸菸及飲酒的年齡越低，在未來繼續使用非法藥物、涉及健康危害行為或物質成癮的機會也較高(6)。青少年一旦物質成癮，不僅健康受到危害，其學習效率、人際關係、學校適應情況亦受影響，甚至引發犯罪問題，對其本身、家庭與社會皆造成衝擊。由此可知，預防與延後兒童與青少年初次使用菸酒時間是目前公共衛生工作的重要議題。

方法：

本報告以 2010 國中生營養調查之資料分析當年國中生性別、年級以及地區別的吸菸、飲酒、嚼檳榔之盛行率，所有結果均加權以呈現全國國中生的現況。

結果：

吸菸盛行率

雖然吸菸超過 500 支的盛行率在 2% 左右（表 5.2.1），有 14% 的男生、6% 的女生都嘗試過吸菸，年齡越高，嘗試過的人越多。從地區層來看，男生在南部、東部、及山地層分別約有 20%、24%、44% 嚐試過吸菸，女生在各層都少於 10% 嚐試吸菸，除了山地層有 44% 的嚐試過吸菸。

飲酒盛行率

飲酒來講，大約 10% 的國中生回答曾經飲酒，女生（14%）稍稍多於男生（11%）。以地區來講北一層有 12%、山地層有 19% 男生曾經飲酒，女生在北一層有 15%、南部跟山地都有 20% 有飲酒經驗（表 5.2.4）。那些回答有喝的人平均一週喝少於一次，同年級的女生稍稍叫男生喝的多些（表 5.2.5），但是變異很大，不易達統計顯著水準。地區層來看，不論男生、女生在山地層都是每週喝多於一次（表 5.2.6）。

嚼檳榔盛行率

非常少人回答說曾經嚼過檳榔，只有 9 年級男生有約 4% 的曾經或現在有嚼檳榔，女生都是少於 1% 的人有嚼檳榔（表 5.2.7）。以地區別來看，男生在山地層約有 10% 的人說現在有嚼檳榔，山地層女生有 5% 目前有嚼檳榔（表 5.2.8）。

5.3 國中生之日光曝曬現況分析

國中生約有 5 成(49.4%)每天日光曝曬時間<20 分鐘，41.1%每天曝曬 20 分鐘—一小時內，9.5%超過一小時。若是單就性別來看，男性每日曝曬超過一小時的比例約有 12.4%，多於女性的 6.2%，顯示男性比較常曝曬在日光下。(表 5.3.1)

就地區別來看，東部層和山地層每天曝曬<20 分鐘的比例最高，各佔 59%和 55.9%，20 分鐘—一小時內的比例則是中部層和北一層最高，佔了 45%和 41%。一小時以上的比例最高的則在東部層和南部層，有 11.3%和 10.8%。就男性而言，曝曬量最大的地區層發生在東部和山地等地區，女性則在南部層有最高的曝曬量。(表 5.3.2)

表 5.3.3 顯示出了約有 8 成的學生(79.6%)選擇皮膚直接曝曬在日光下，也就是沒有任何防曬的措施，另外也有 18.7%的學生會選擇穿長袖衣物來防曬，4%學生會戴帽子，8%會用防曬油/乳。在有使用防曬油的這群學生裡面，有將近 3 成 8 的學生不確定 SPF 係數是多少，有超過 5 成的學生知道他們使用的防曬油 SPF 超過 15 以上。

5.4 國中生之皮膚現況分析

本問卷委託台大醫院皮膚科戴仰霞醫師設計，適用於「非皮膚科醫師」之訪員進行面皰之調查。本調查的對象為台灣地區國中學生，調查的方式為觀察男、女性在臉部不同部位(額頭、雙頰、鼻與下巴)的面皰分佈狀況。我們定義臉部此三區塊之面皰數目總和代表全臉之面皰嚴重度；為了方便訪察員快速記錄，臉部各區塊依據面皰數目記載為三種等級—「0 顆、1 至 8 顆、8 顆以上」，並且根據臨床的面皰分類方式將病灶分為未發炎與發炎兩種—未發炎面皰包括白頭與黑頭粉刺兩種，發炎面皰則為紅腫丘疹和膿皰。

我們首先探討國中學生患有面皰的盛行率，全國約九成國中學生患有面皰—男性為 93.41%，女性為 90.41%。在南部層的盛行率最高，而北二層的盛行率最低 (表 5.4.1.1)。就年級別而言，七、八、九年級 (表 5.4.1.2) 患有面皰之盛行率為 87.57%、94.14%、94.16%，男性與年齡成正比，亦即年齡越大越來越多面皰患者，然而女性則是 8 年級最多(95.16%)。

針對面皰的分佈作進一步分析，「全臉三區皆有面皰」佔最大比例(50.95%，男性為 47.64%-59.31%，女性則是 43.21%-50.00%)，北一層、南部層、東部層之「面皰僅長在雙頰者」為最少見 (表 5.4.1.1)。「全臉三區皆有面皰」的學生人數隨著年級增加而上升 (36.04%，54.44%，60.54%)，其中男性學生與年齡成正比，然而女性學生部分則是 8 年級最多(54.75%) (表 5.4.1.2)。

我們其次研究國中學生患有發炎性面皰的盛行率，全國 68.41% 學生患有發炎性面皰—男性為 68.76%，女性為 68.01%。在南部層的盛行率最高，而山地層的盛行率最低 (表 5.4.2.1)，年級別部分，七、八、九年級 (表 5.4.2.2) 患有發炎性面皰之盛行率為 50.08%、75.19%、78.64%，此盛行率在八年級男、女性學生都出現驟升的現象。

對於發炎性面皰的分佈作進一步分析，「全臉三區皆有重度發炎面皰」佔最大比例(19.88%，男性為 18.26%-28.31%，女性則是 7.16%-17.60%)，(表 5.4.2.1)。「全臉三區皆有重度發炎面皰」的學童人數隨著年級而增加 (9.11%，21.87%，27.12%)，其中男性學生人數隨年齡增加而提高，但是女性學生部分則

是 8 年級最多(20.07%) (表 5.4.2.2)。

此外，全臉沒有發炎性面皰(指無面皰與僅有粉刺者)，佔全國國中學生的 31.59%。全國約有兩成國中學生僅有粉刺—男性為 24.67%，女性為 22.39%，在山地層的盛行率最高，而北一層的盛行率最低 (表 5.4.3.1)；以年級別來看，七、八、九年級 (表 5.4.3.2) 僅患有粉刺之盛行率為 37.49%、18.96%、15.52%，此盛行率在男性、女性皆以七年級 (38.23%、36.58%)最高。

最後，針對「僅患粉刺」的臉部分佈作進一步分析，結果顯示「僅在鼻與下巴重度的粉刺」為最大宗 (6.20%，男性為 4.92%-10.09%，女性則是 1.47%-9.06%) (表 5.4.3.1)。「僅在鼻與下巴患有重度的粉刺」的學童人數在七年級最多(9.94%) (表 5.4.3.2)。

5.5 國中生之早期童年分析

國中生平均出生的體重約為 3185.5 公克，就性別而言，男性平均為 3228.7 公克，女性平均為 3138.4 公克，男女生都在八年級的平均出生體重最重，各為 3235 公克和 3140.9 公克。男生平均出生體重不管在哪個年級都比女生高約 100 公克。(表 5.5.1)

國中生是否喝母乳和目前體位的關係如表 5.5.2，喝奶粉的學生有 29.2%認為自己體重過重，26.6%認為體重過輕，44.2%認為體重剛剛好，而喝母乳的學生則有 24.6%認為體重過重，26.1%認為體重過輕，49.3%認為體重剛剛好，由此數據大致可以看出喝母乳的學生體重比較容易剛剛好。可以多多推廣新生兒喝母乳的運動。

5.6 國中生之過敏分析

表 5.6.1 顯示了國中生曾經被醫師診斷有過敏的疾病狀況，發現有 6.8%的學生有被診斷有氣喘，27.4%有過敏性鼻炎，8%有異位性皮膚炎，49.9%有食物過敏的情形，就性別而言，男性氣喘的比例 9.5%高於女性的 3.8%，男性過敏性鼻炎的比例 32.2%也高於女性的 21.8%，食物過敏也是男性較高，然而異位性皮膚炎卻是女性 12%高於男性的 6.6%。

就地區別來看，男性的氣喘在東部層最高(15.6%)，過敏性鼻炎在北一層最高(37.1%)，異位性皮膚炎則在北二層最高(7.5%)，食物過敏在山地層最高(74.9)；女性的話，山地層在氣喘和食物過敏都是最高的分別有 10.3%和 82.9%，過敏性鼻炎則是在東部層最高(24.3%)，異位性皮膚炎在北一層最高(10.8%)(表 5.6.2)。

表 5.6.3 和 5.6.4 顯示出最近 12 個月學生發生過敏的情形，竟然有高達 5 成 1 的學生(51.9%)有發生過敏性鼻炎的情形，其中 9 年級的學生在男女的比例最高，各達 57.9%和 54.6%。就地區別來看，男性北一層發生過敏性鼻炎的比例最高，有 59.5%，女性則是在東部層最高(53.1%)；氣喘方面，男性在南部層最高(11.7%)，女性則是中部層最高(5.8%)；異位性皮膚炎則是男性北一層最高(7%)，女性中部層最高(10.1%)。

5.7 國中生之骨折史分析

個案骨折史共分析 1114 位國中青少年的資料。在 549 位男性中曾發生骨折者有 71 位(12.93%)，565 位青少年中曾發生骨折者有 45 位(7.96%)；加權後之骨折盛行率分別為男性 11.68%、女性 5.70%。

曾發生骨折者中 58/71(81.69%)的男性和 38/45(84.44%)的女性發生過一次骨折；發生過兩次骨折的青少年和青少年分別有 11/71(15.49%)和 5/45(11.11%)；另有 2 名青少年(2.82%)和 1 名青少年(2.22%)曾發生過 3 次骨折；有一位女性(2.22%)則發生過 5 次骨折。(表 5.7.1)

在 116 位有骨折史的個案中有 17 位未提供關於骨折發生部位和發生原因的資料。在其餘 99 位至少發生過一次骨折的個案中，曾發生骨折的部位男性以腕骨最多(23/73, 31.50%)，其次為手臂和其他部位各 20 例(27.40%)；女性則以發生在手臂(19/47, 40.43%)和「其他」部位(14/47, 29.78%)較多，發生在腿部和腕骨各約 17.02%和 12.77%。(表 5.7.2)

至於造成骨折的原因，在男性主要為「更嚴重的跌倒」(27.40%)、運動時的衝撞(24.66%)、「站立姿勢左右的高度跌倒」(20.55%)及車禍或嚴重意外傷害(19.18%)等；而女性的骨折發生原因主要為「運動時的衝撞」(38.29%)、「站立姿勢左右的高度跌倒」(27.66%)、「更嚴重的跌倒」和其他原因各佔 17.02%和 14.90%。(表 5.7.3)

曾發生骨折的個案中其母親經醫師診斷為骨質疏鬆者男性有 2.82%、女性為 4.44%；而無骨折史的個案中各分別有 10.88%的男性和 7.88%的女性其親生母親為醫師診斷有骨質疏鬆。此外，發生骨折的個案其親生母親亦曾發生過骨折的比例在男性和女性各為 12.68%和 11.11%；本身無骨折史的個案其母親曾發生過骨折的比例則為男性 10.88%、女性 8.85%。(表 5.7.4)

5.8 國中生腸胃功能性障礙之調查狀況

一、調查簡介

腸胃功能性障礙是指有慢性、反覆性的腸胃症狀但找不出器官性、藥物性、感染性或生理性的病因。有這樣症狀的兒童大約占了兒科求診人數的 30%。光是大腸激躁症在美國一年就花費 200 億美金的醫療費用，並估計因症狀而影響上班所造成的經濟損失是醫療費用的好幾倍¹。青少年的患者容易因相關症狀而影響課業表現、身體發育以及人際關係²。本調查的目的在評估台灣地區青少年腸胃功能性障礙的流行病學，以輔助政府衛生單位對此疾病的預防工作以及統籌相關醫療資源的分配。

二、抽樣設計

本研究調查是附在「民國 99 年國民營養健康狀況變遷調查：國中生調查」內的其中一單元。採分層多段隨機集束取樣法，將台灣地區分為北一、北二、中部、南部、東部以及山地等 6 區。每一合格之研究對象因其設籍地區、性別、年齡而有不同之中選機率。對母體進行合併推論時將對每一個案予以加權處理。本研究母體為在台灣地區具有中華民國國籍且有正式學籍、就讀於九十九學年度(含)前教育部立案且招生上課之公私立中學、年齡滿 12 歲且小於 16 歲之國中生。不包括補校、僑校及特殊學校內之學生。在執行問卷調查前請該名學生簽屬同意書並有家長或監護人同時簽屬。

三、問卷設計及資料處理

此調查問卷是依據最新的 ROMEIII 腸胃功能性障礙診斷標準³所設計的問卷，並將所探討的功能性腸胃障礙分為功能性消化不良、大腸激躁症、腹部偏頭痛、功能性腹痛、功能性腹痛症候群以及功能性便秘六項診斷。資料以 SAS、SPSS 與 Microsoft Excel 軟體進行資料鍵入及分析。

四、調查結果

共 1126 人填寫問卷，1090(96.8%)人有效完成問卷(註：皆以六層的數據分析)

五、結論

功能性腸胃疾病在台灣 12 到 16 歲年齡層的盛行率為 25.60%。其中女生的盛行率較高，男女比例約為 1:1.8。比較不同年級，愈高年級的青少年其盛行率有變高的趨勢，但無統計上差異(七年級 22.80%、八年級 25.90%、九年級 28.02%)。比較不同的地區，北一層(台北市與新北市)的盛行率最低(19.89%)，山地層的盛行率最高(33.33%)(表 5.8.1)。依照不同的診斷，盛行率最高的為功能性便秘(17.06%)，其他依次為大腸激躁症(2.75%)、偏頭痛性腹痛(2.39%)、功能性腹痛症候群(1.56%)、功能性腹痛(1.10%)以及功能性消化不良(0.73%)。(表 5.8.2)

5.9 國中生營養補充劑之調查分析

一、有使用膳食補充品者的基本資料分布

研究對象中使用補充品學生的基本資料分佈列於表 5.9.1。國中生平均補充品使用率為 32.45%，男性(33.71%)補充品使用率略高於女性(31.09%)。使用率在北部第一層及第二層、南部層、中部層都超過 30%，使用率依序為 35.89%、33.57%、32.16%、30.02%，使用率最低者則山地層(10.28%)與東部層(22.02%)。國中三個年級平均補充品使用率都超過 30%。三年級學生使用率

(33.09%)略最高於一年級(32.20%)及二年級(31.72%)。

二、有使用膳食補充品者的基本資料分布

表 5.9.2 顯示國中生使用種類最多高達 7 種。使用 1 種補充品的人數比例最高，隨著補充品使用種類數的增加，人口百分比大致呈現下降的。使用 1 種補充品人口有 63.14%，2 種有 22.89%、3 種有 7.16%、4 種有 4.12%、5 種以上有 2.6%。

三、膳食補充者曾獲得補充品的相關資訊

表 5.9.3 有使用膳食補充品的國中生中有 70.88%曾獲得補充品的相關資訊。資訊來源以親戚最多。其次是醫護人員、同學/朋友及電視廣播報導各占約 18%。

四、膳食補充品種類決定者

家中決定購買膳食補充品者詳列如表 5.9.4，決定膳食補充品種類者詳列如表 5.9.5。家中決定購買膳食補充劑是及決定補充品種類都是以父母親最多。也有約 14%的國中生自己決定膳食補充品種類。

五、膳食補充品使用的主要因素

國中生膳食補充品使用補充品主要因素分佈列於表 5.9.6。國中生使用補充品主要因素前五名依序為：親戚朋友介紹 (35.53%)、家人購 (32.28%)、買品牌與口碑 (19.29%)、醫療專業人員介紹 (14.64%)、便利性 (6.10%)。

六、膳食補充品使用動機

國中生膳食補充品使用動機及家人提供的動機分佈列於表 5.9.7，動機前十名依序為：家人要求 (51.10%)、促進生長發育 (21.17%)、增強免疫力 (19.22%)、改善體質 (16.92%)、補充營養不均衡 (15.44%)、增強體力 (14.96%)、預防感冒 (10.36%)、調整腸胃功能 (8.59%)、抗疲勞 (7.40%)。可見國中生使用補充品主要是因為家人要求才吃。而國中生認為家人要求他使用補充品的動機與他自己使用動機相似，動機前十名除了“家人要求”一項之外，其他九項動機種類一樣，只有排序位置及人數比例不同。家人提供的動機前十名依序為：促進生長發育 (29.86%)、增強免疫力 (25.62%)、補充營養不均衡 (27.84%)、增強體力 (22.46%)、改善體質 (21.68%)、抗疲勞 (16.69%)、預防感冒 (15.14%)、調整腸胃功能 (11.57%)、調整月經 (7.96%)。

七 國中生自認使用膳食補充品的效益

國中生自認使用膳食補充品的平均效益為百分之 63。為避免同時吃兩種以上補充品效益差距很大導致平均值趨向中間值，取其感受的效益最大值代表膳食補充品的最大效益。本研究樣本自認使用膳食補充品的的最大效益是百分之 66，與平均效益值相差不大。

5.10 國中生身體活動量之分析

從事中強度至高強度的身體活動能促進身體健康，減低罹患一些癌症、心血管疾病、高血壓、糖尿病、失能等的風險。中強度身體活動的定義為會讓人呼吸和心跳有些微增加的運動或身體活動，運動強度是安靜代謝率或代謝當量 (metabolic equivalence, MET) 的 3 - <6 倍 (3 - <6 MET)，例如快步走、健走、籃球投籃、一般速度游泳、一般速度騎腳踏車、搬運輕物、拖地、洗擦地板、抹桌椅、或是其他類似的身體活動。高強度身體活動的定義為會讓人明顯流汗、呼吸和心跳明顯增加的運動或身體活動，運動強度 ≥ 6 MET，例如打(比賽)籃球、跑步、快速游泳、快速騎腳踏車、或是其他類似的有氧運動。靜態活動包括螢幕時間與閱讀時間，螢幕時間是指看電視、玩電腦、電視遊樂器或電動玩具等的時間，閱讀時間是指學校上課時間以外的看書、報紙、漫畫及雜誌等的時間。

國中生達到目前 WHO/美國/加拿大/澳洲等國家訂定之身體活動建議量的盛行率只有 5% (表 5.10.1)，男生中有 9%，女生中有 2%，8 年級的達成率 (8%) 高於 7 年級或 9 年級的達成率 (5%)，9 年級女生的達成率最低 (1%)。

國中生達到教育部 2007 年推行「210 快活計劃」身體活動建議量的盛行率為 15% (表 5.10.2)。男生中有 21%，女生中有 9%，8 年級的達成率 (20%) 高於 7 年級或 9 年級的達成率 (13-14%)，9 年級女生的達成率最低 (6%)。

國中生達到教育部推行「333 運動計劃」身體活動建議量的盛行率為 40% (表 5.10.3)。男生中有接近一半人數 (47%)，女生中有三分之一人數 (32%)，年級之間的差異小 (39-42%)，7 年級及 9 年級女生的達成率最低 (~30%)。

國中生上體育課時候平均有做 20 分鐘(含)以上 [佔上課時間一半(含)以上] 高強度身體活動的盛行率略少於 3 成 (28%) (表 5.10.4)，女生在上體育課時候做高強度身體活動的比率低於男生 42% [(20.2%-34.8%)/34.8%]，年級之間的差異不大。

國中生有做高強度身體活動平均每週 2-3 次者最多 (51%) (表 5.10.5)，如扣除每週 2 次體育課，有第 3 次者比率將會明顯減少，換言之，除了規定的體育課外，國中生在其他時間做高強度身體活動的盛行率並不高。男生中一週做 7 次高強度身體活動約為 2 成，女生低於 1 成 (7%)。

國中生有做中強度身體活動者平均每週 2-3 次者最多 (39%) (表 5.10.6)，除了規定的體育課外，國中生在其他時間做中強度身體活動的盛行率並不高。一週有 7 次者約為 2 成。

國中生有做中強度或高強度身體活動者的總累計時間為平均一週 212 分鐘 (表 5.10.7)，換算為一天，即平均 1 天約 30 分鐘。女生有做中強度或高強度身體活動者平均一週只有 150 分鐘，9 年級女生最少，只有 125 分鐘。

國中生有做高強度身體活動者以 20 - <30 分鐘較多 (20%) (表 5.10.8)，9 年級女生做到 60 分鐘(含)以上者只有 5%，50 分鐘(含)以上約 9%。

國中生有做中強度身體活動者以 5- <10 及 10 - <20 分鐘較多 (表 5.10.9)，即是有 60% 的學生做平均每次少於 20 分鐘，9 年級女生做到 60 分鐘(含)以上者不及 2%，做到 40 分鐘(含)以上者不及有 10%。

國中生靜態活動方面 (表 5.10.10)，平日螢幕時間約 1 天 2 小時，假日螢幕時間加倍，平日或假日的閱讀時間略少於 1 天 1.5 小時，平均一天的螢幕與閱讀加總時間約 4 小時，男、女間或年級間的變異很少。9 年級與其他年級比較，其螢幕時間略少，閱讀時間略多。

5.11 國中生簡式健康量表之分析

一、簡式健康量表簡介

<http://www.tspc.doh.gov.tw/tspc/portal/theme/index.jsp?sno=80>

介紹簡式健康量表 (Brief Symptom Rating Scale, 簡稱 BSRS-5)

簡式健康量表是由臺大李明濱教授等人所發展，主要為精神症狀之篩檢表，目的在於能迅速瞭解個人之心理照護需求，進而提供所需心理衛生服務。

簡式健康量表 BSRS-5 原設計為一自填量表，但也可使用面談或電話訪談進行。適用於認識中文字或聽懂中文發音者。題數少，填寫時間短，解釋容易，在使用者上限制少為其主要之優點。同時其未包含有關身體症狀之問句，可避免生理症狀對試測結果之影響。

二、問卷設計及資料處理

此調查問卷將 5 題問題的分數加總後，依據以下切點將情緒困擾程度分成 4 級。若總分在 10~14 分，則定義為中度情緒困擾，需接受輔導的中度以上情緒困擾。總分 15 分以上，則定義為重度情緒困擾。

1 至 5 題之總分

0-5 分：身心適應狀況良好。

6-9 分：輕度情緒困擾，建議找家人或朋友談談，抒發情緒。

10-14 分：中度情緒困擾，建議尋求心理諮商或接受專業諮詢。

15 分以上：重度情緒困擾，需高關懷，建議尋求專業輔導或精神科治療。資料以 SAS 與 Microsoft Excel 軟體進行資料鍵入及分析。盛行率都有經過加權。

三、調查結果

共 1126 人填寫問卷，1126 (100%) 人有效完成問卷(註：皆以六層的數據分析)

四、結論

依照不同的量表問題，有中等程度以上困擾的盛行率最高的為覺得容易苦惱或動怒 (34.2%)，其他依次為覺得比不上別人(31.9%)、感覺憂鬱、心情低落 (23.9%)、睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒 (17.9%)以及緊張不安 (15.9%)(表 5.11.1)。總體來看，在台灣 12 到 16 歲年齡層有 10.6% (男生 10.0%, 女生 11.3%) 的國中生有中度以上情緒困擾。比較不同年級，八年級的青少年其盛行率最高(七年級 7.7%、八年級 14.5%、九年級 10.5%)。比較不同的地區，北二層的盛行率最低(6.8%)，山地層的盛行率最高(18.2%)(表 5.11.2)。

5.12 國中生經期、青春期量表之分析

國中生之青春期的表現 (表 5.12.1，表 5.12.2)

男性國中生各青春指標，至九年級而尚未發展之百分比，在身高及腋毛/陰毛之成長部份，各僅約 2.2%；粉刺或面皰等皮膚改變部分，6.6%尚未發展；聲音變低沉有約 1 成尚未發展；至於長鬍鬚，至 9 年級仍有 2 成學生尚未開始發展。

女性國中生各青春指標之發展，均較男性為快，至九年級而尚未發展之百分比均極低，分別於初經與否、身高之成長、腋毛/陰毛之成長情形、粉刺或面

皰等皮膚改變之指標，各僅有 0.6%、0.6%、0%、2.7%之九年級女學生尚未發展。

國中生各青春指標隨年級之成長情形，在身高成長之部份，男生由七年級之確定進行或已完成之約 6 成增加至九年級的 8 成 6，女生由 83%增至約 95%；腋毛/陰毛成長之確定進行或已完成，男生由約 1/3 增加至 8 成 3，女生由 5 成 7 增至 9 成；粉刺或面皰等皮膚改變之確定進行或已完成，男生由約 1/3 增加至 3/4，女生由約 5 成增至 8 成 5。

女生之初經與否隨年級之發展，由七年級之 82.6%已有初經，增至九年級之 9 成 9 已有初經之情形。男生聲音變低沉及長鬍鬚之確定進行或已完成，七年級至九年級，分別由 2 成 5 增至 7 成 5，以及 1 成 5 增至約 5 成。

各地區層國中生之青春指標表現況(表 5.12.3, 表 5.12.4)

國中男生中部層及南部層，其身高之成長位於尚未開始階段之百分比，分別達 13.2%及 7.9%，顯著高於其他地區層。另中部層國中男生之腋毛/陰毛成長情形，回答尚未開始之百分比 21.1%亦為各地區層之冠，但未達統計顯著性。至於粉刺或面皰等皮膚改變、聲音變低沉、長鬍鬚等青春指標之發展，於各地區層間並無顯著差異。

至於國中女生青春指標之發展，無論是初經與否、身高之成長、腋毛/陰毛之成長情形、粉刺或面皰等皮膚改變等，均無顯著地區層之差異。

表 5.1.1 男性國中生之過重與減重現況及其基本特性

	體重現況			P value	嘗試減重		P value
	過輕	正常	過重		是	否	
男性	85(17.0%)	278(51.9%)	158(31.2%)		135(27.6%)	386(72.4%)	
地區				NS			NS
北一層	11(13.3%)	48(53.9%)	29(32.8%)		27(29.1%)	61(70.9%)	
北二層	16(16.1%)	46(50.1%)	31(33.8%)		16(18.3%)	77(81.7%)	
中部層	22(23.8%)	41(49.2%)	27(27.0%)		28(31.8%)	62(68.2%)	
南部層	15(16.0%)	48(51.6%)	28(32.4%)		25(27.5%)	66(72.5%)	
東部層	13(17.7%)	47(59.9%)	20(22.4%)		17(26.6%)	63(73.4%)	
山地層	8(13.7%)	48(61.2%)	23(25.1%)		22(27.6%)	57(72.4%)	
年級別				NS			0.0740
七年級	31(19.1%)	94(50.7%)	53(30.2%)		43(28.5%)	135(71.5%)	
八年級	28(17.3%)	94(53.4%)	49(29.3%)		37(24.8%)	134(75.2%)	
九年級	26(15.1%)	90(51.9%)	56(33.0%)		55(28.5%)	117(71.5%)	

*: 本表格為加權後之數據

表 5.1.2 女性國中生之過重與減重現況及其基本特性

	體重現況			P value	嘗試減重		P value
	過輕	正常	過重		嘗試減重	未嘗試減重	
女性	62(11.0%)	345(68.0%)	126(21.0%)		223(40.8%)	311(59.2%)	
地區				NS			0.0192
北一層	9(6.6%)	65(72.0%)	22(21.4%)		43(43.9%)	53(56.1%)	
北二層	17(22.0%)	55(61.7%)	20(16.3%)		27(29.7%)	65(70.4%)	
中部層	11(10.6%)	57(66.1%)	19(23.3%)		37(37.4%)	50(62.6%)	
南部層	7(8.6%)	62(70.7%)	20(20.7%)		43(49.2%)	47(50.8%)	
東部層	15(19.6%)	50(58.3%)	20(22.1%)		29(30.2%)	56(69.9%)	
山地層	3(2.9%)	56(61.0%)	25(36.1%)		44(57.1%)	40(42.9%)	
年級別				NS			NS
七年級	19(10.9%)	113(62.0%)	44(27.1%)		67(37.0%)	110(63.0%)	
八年級	22(13.5%)	115(62.2%)	46(24.3%)		80(44.7%)	103(55.3%)	
九年級	21(9.6%)	117(75.6%)	36(14.7%)		76(40.9%)	98(59.1%)	

*: 本表格為加權後之數據

表 5.1.3 男性國中生之過重與減重現況及其青春期的特性

	體重現況			P value	嘗試減重		P value
	過輕	正常	過重		是	否	
身高之成長				NS			NS
尚未開始	5(17.2%)	17(58.6%)	7(24.2%)		9(31.0%)	20(69.0%)	
剛開始	27(24.6%)	54(49.1%)	29(26.3%)		25(22.7%)	85(77.3%)	
確定進行	47(13.4%)	189(54.0%)	114(32.6%)		93(26.6%)	257(73.4%)	
已完成	2(14.3%)	8(57.1%)	4(28.6%)		6(42.9%)	8(57.1%)	
腋毛/陰毛之成長				0.0013			NS
尚未開始	24(32.4%)	36(48.7%)	14(18.9%)		16(21.6%)	58(78.4%)	
剛開始	22(15.9%)	76(55.1%)	40(29.0%)		31(22.5%)	107(77.5%)	
確定進行	32(11.6%)	151(54.9%)	92(33.5%)		80(29.1%)	195(70.9%)	
已完成	4(25.0%)	6(37.5%)	6(37.5%)		2(12.5%)	14(87.5%)	
粉刺或面皰等皮膚改變				0.0687			NS
尚未開始	20(27.4%)	30(41.1%)	23(31.5%)		18(24.7%)	55(75.3%)	
剛開始	23(19.8%)	61(52.6%)	32(27.6%)		35(30.2%)	81(69.8%)	
確定進行	35(12.4%)	158(55.8%)	90(31.8%)		69(24.4%)	214(75.6%)	
已完成	0(0.0%)	4(80.0%)	1(20.0%)		3(60.0%)	2(40.0%)	
無皮膚問題	3(12.5%)	15(62.5%)	6(25.0%)		7(29.2%)	17(70.8%)	
聲音變低沉				0.0269			NS
尚未開始	26(21.5%)	49(40.5%)	46(38.0%)		41(33.9%)	80(66.1%)	
剛開始	24(19.2%)	68(54.4%)	33(26.4%)		25(20.0%)	100(80.0%)	
確定進行	24(11.5%)	127(61.1%)	57(27.4%)		51(24.5%)	157(75.5%)	
已完成	8(18.2%)	24(54.6%)	12(27.2%)		11(25.0%)	33(75.0%)	
長鬍鬚				NS			NS
尚未開始	36(21.4%)	80(47.6%)	52(31.0%)		43(25.6%)	125(74.4%)	
剛開始	19(11.3%)	95(56.6%)	54(32.1%)		53(31.6%)	115(68.5%)	
確定進行	24(15.2%)	89(56.3%)	45(28.5%)		35(22.2%)	123(77.8%)	
已完成	3(33.3%)	3(33.3%)	3(33.3%)		2(22.2%)	7(77.8%)	

Table 5.1.4 女性國中生之過重與減重現況及其青春期的特性

	體重現況			P value	嘗試減重		P value
	過輕	正常	過重		是	否	
初經				0.0010			0.0487
是	49(10.0%)	325(66.2%)	117(23.8%)		213(43.3%)	279(56.7%)	
否	11(29.0%)	19(50.0%)	8(21.0%)		9(23.7%)	29(76.3%)	
身高之成長				NS			NS
尚未開始	1(14.3%)	5(71.4%)	1(14.3%)		1(14.3%)	6(85.7%)	
剛開始	2(4.3%)	31(66.0%)	14(29.8%)		15(31.3%)	33(68.7%)	
確定進行	50(13.0%)	247(64.2%)	88(22.8%)		158(41.0%)	227(59.0%)	
已完成	6(8.5%)	48(67.6%)	17(23.9%)		34(47.9%)	37(52.1%)	
腋毛/陰毛之成長				NS			0.0256
尚未開始	6(20.0%)	18(60.0%)	3(20.0%)		7(23.3%)	23(76.7%)	
剛開始	16(15.5%)	66(64.1%)	21(20.4%)		35(34.0%)	68(66.0%)	
確定進行	33(9.2%)	236(66.1%)	88(24.7%)		162(45.3%)	196(54.7%)	
已完成	4(14.3%)	17(60.7%)	7(25.0%)		14(50.0%)	14(50.0%)	
粉刺或面皰等皮膚改變				NS			0.0144
尚未開始	4(10.5%)	29(76.3%)	5(13.2%)		14(36.8%)	24(63.2%)	
剛開始	16(15.4%)	65(62.5%)	23(22.1%)		30(28.9%)	74(71.1%)	
確定進行	39(10.9%)	231(64.7%)	87(24.4%)		163(45.5%)	195(54.5%)	
已完成	1(11.1%)	3(33.3%)	5(55.6%)		6(66.7%)	3(33.3%)	
無皮膚問題	1(5.6%)	14(77.8%)	3(16.6%)		6(33.3%)	12(66.7%)	

表 5.1.5 男性國中生之過重與減重現況及其家庭特性

	體重現況			P value	嘗試減重		P value
	過輕	正常	過重		是	否	
父親教育程度				NS			0.0135
小學以下	4(16.7%)	18(75.0%)	2(8.3%)		1(4.2%)	23(95.8%)	
國中	17(18.7%)	40(44.0%)	34(37.3%)		31(34.1%)	60(65.9%)	
高中	39(17.0%)	125(54.3%)	66(28.7%)		63(27.4%)	167(72.6%)	
大學以上	25(14.9%)	90(53.5%)	53(31.6%)		37(22.0%)	131(78.0%)	
母親教育程度				NS			0.0329
小學以下	6(22.2%)	14(51.9%)	7(25.9%)		6(22.2%)	21(77.8%)	
國中	10(13.5%)	43(58.1%)	21(28.4%)		27(36.5%)	47(63.5%)	
高中	46(16.9%)	135(49.6%)	91(33.5%)		75(27.6%)	197(72.4%)	
大學	23(16.7%)	80(58.0%)	35(25.3%)		24(17.4%)	114(82.6%)	
父親籍貫				NS			NS
閩南	54(17.5%)	158(51.3%)	96(31.2%)		76(24.7%)	232(75.3%)	
客家	13(17.6%)	46(62.1%)	15(20.3%)		17(23.0%)	57(77.0%)	
大陸各省市	6(13.0%)	23(50.0%)	17(37.0%)		10(21.7%)	36(78.3%)	
原住民	12(14.0%)	48(55.8%)	26(30.2%)		28(32.6%)	58(67.4%)	
母親籍貫				NS			NS
閩南	52(16.8%)	162(52.4%)	95(30.7%)		81(26.2%)	228(73.8%)	
客家	10(17.9%)	33(58.9%)	13(23.2%)		13(23.2%)	43(76.8%)	
大陸各省市	8(16.7%)	25(52.1%)	15(31.2%)		10(20.8%)	38(79.2%)	
原住民	13(13.8%)	52(55.3%)	29(30.9%)		27(28.7%)	67(71.3%)	
其他	2(25.0%)	2(25.0%)	4(50.0%)		1(12.5%)	7(87.5%)	
家戶收支平衡				NS			NS
足夠且有餘	21(18.8%)	55(49.1%)	36(32.1%)		25(22.3%)	87(77.7%)	
剛好足夠	40(16.5%)	132(54.6%)	70(28.9%)		60(24.8%)	182(75.2%)	
有些困難	18(15.3%)	64(54.2%)	36(30.5%)		33(28.0%)	85(72.0%)	
很困難	5(11.4%)	25(56.8%)	14(31.8%)		15(34.1%)	29(65.9%)	
父親之肥胖情形				0.0580			NS
過瘦	1(14.3%)	4(57.1%)	2(28.6%)		1(14.3%)	6(85.7%)	
正常	44(22.3%)	106(53.8%)	47(23.9%)		44(22.3%)	153(77.7%)	
過重	24(14.0%)	85(49.4%)	63(36.6%)		48(27.9%)	124(72.1%)	
肥胖	14(11.7%)	68(56.6%)	38(31.7%)		36(30.0%)	84(70.0%)	
母親之肥胖情形				0.0001			0.0004

過瘦	13(37.1%)	15(42.9%)	7(20.0%)	4(11.4%)	31(88.6%)
正常	55(18.2%)	167(55.1%)	81(26.7%)	68(22.4%)	235(77.6%)
過重	7(7.8%)	50(55.6%)	33(36.7%)	25(27.8%)	65(72.2%)
肥胖	8(11.9%)	27(40.3%)	32(47.8%)	30(44.8%)	37(55.2%)

嘗試減重者定義：研究對象於最近半年，嘗試以飲食、運動、藥物等方式減輕體重者

表 5.1.6 女性國中生之過重與減重現況及其家庭特性

	體重現況			P value	嘗試減重		P value
	過輕	正常	過重		是	否	
父親教育程度				NS			NS
小學以下	1(3.3%)	20(66.7%)	9(30.0%)		12(40.0%)	18(60.0%)	
國中	9(8.7%)	68(66.0%)	26(25.3%)		42(40.8%)	61(59.2%)	
高中	29(14.2%)	130(63.7%)	45(22.1%)		91(44.6%)	113(55.4%)	
大學	22(12.3%)	114(63.7%)	43(24.0%)		68(37.8%)	112(62.2%)	
母親教育程度				NS			NS
小學以下	2(5.4%)	24(64.9%)	11(29.7%)		17(46.0%)	20(54.0%)	
國中	9(9.1%)	68(68.7%)	22(22.2%)		45(45.5%)	54(54.5%)	
高中	29(12.4%)	149(63.7%)	56(23.9%)		95(40.6%)	139(59.4%)	
大學	20(13.2%)	96(63.2%)	36(23.6%)		61(39.9%)	92(60.1%)	
父親籍貫				NS			NS
閩南	41(13.4%)	200(65.6%)	64(21.0%)		120(39.3%)	185(60.7%)	
客家	10(14.3%)	42(60.0%)	18(25.7%)		24(34.3%)	46(65.7%)	
大陸各省市	6(11.5%)	35(67.3%)	11(21.2%)		23(43.4%)	30(56.6%)	
原住民	4(4.4%)	57(62.6%)	30(33.0%)		44(48.4%)	47(51.7%)	
母親籍貫				0.0307			NS
閩南	34(10.9%)	206(65.8%)	73(23.3%)		125(40.0%)	188(60.0%)	
客家	14(24.6%)	32(56.1%)	11(19.3%)		20(35.1%)	37(64.9%)	
大陸各省市	4(8.0%)	36(72.0%)	10(20.0%)		23(45.1%)	28(54.9%)	
原住民	6(6.7%)	55(61.1%)	29(32.2%)		45(50.0%)	45(50.0%)	
其他	2(12.5%)	12(75.0%)	2(12.5%)		6(37.5%)	10(62.5%)	
家戶收支平衡				NS			NS
足夠且有餘	14(13.9%)	70(69.3%)	17(16.8%)		36(35.6%)	65(64.4%)	
剛好足夠	28(11.9%)	152(64.7%)	55(23.4%)		100(42.4%)	136(57.6%)	
有些困難	16(11.2%)	84(58.7%)	43(30.1%)		59(41.3%)	84(58.7%)	
很困難	4(8.3%)	34(70.7%)	10(20.8%)		22(45.8%)	26(54.2%)	
父親之肥胖情形				0.0270			NS

過瘦	2(28.6%)	5(71.4%)	0(0.0%)	1(14.3%)	6(85.7%)
正常	28(14.1%)	130(65.7%)	40(20.2%)	74(37.4%)	124(62.6%)
過重	20(12.4%)	103(63.6%)	39(24.1%)	75(46.3%)	87(53.7%)
肥胖	8(6.4%)	75(59.5%)	43(34.1%)	53(41.7%)	74(58.3%)
母親之肥胖情形				<.0001	0.0008
過瘦	5(22.7%)	15(68.2%)	2(9.1%)	4(18.2%)	18(81.8%)
正常	41(14.1%)	199(68.4%)	51(17.5%)	110(37.8%)	181(62.2%)
過重	7(6.1%)	71(61.7%)	37(32.2%)	51(44.0%)	65(56.0%)
肥胖	4(5.3%)	41(54.0%)	31(40.7%)	45(59.2%)	31(40.8%)

嘗試減重者定義：研究對象於最近半年，嘗試以飲食、運動、藥物等方式減輕體重者

表 5.1.7 男性國中生之過重與減重現況及其健康與生化指標特性

	體重現況			P value	嘗試減重		P value
	過輕 (n=85)	正常 (n=278)	過重 (n=158)		是(n=385)	否(n=386)	
身體質量指標	16.3±0.9	19.5±1.4	26.8±3.6	<.0001	24.8±4.7	19.9±3.6	<.0001
腰腿比	1.56±0.11	1.51±0.14	1.60±0.15	<.0001	1.57±0.12	1.53±0.15	0.0046
收縮壓	99.0±7.4	106.5±9.7	113.3±11.2	<.0001	110.6±10.8	106.2±10.7	<.0001
舒張壓	59.0±6.9	59.3±8.2	61.7±9.4	0.0090	60.2±9.1	59.9±8.2	NS
膽固醇	155.7±26.0	150.3±24.2	163.5±30.0	<.0001	157.4±30.2	154.6±25.8	NS
三酸甘油酯	57.5±20.3	63.2±25.4	95.6±41.3	<.0001	83.4±33.4	68.5±33.9	<.0001
血糖	96.0±6.7	96.6±7.3	97.3±13.4	NS	97.8±14.6	96.4±7.0	NS
高密度脂蛋白膽固醇	59.5±13.1	54.5±11.3	45.7±9.7	<.0001	48.2±11.2	54.1±12.2	<.0001
低密度脂蛋白膽固醇	84.6±23.4	82.9±19.4	98.6±26.8	<.0001	92.5±27.5	86.5±22.1	0.0147
尿酸	5.7±1.2	6.3±1.2	7.4±1.2	<.0001	7.2±1.3	6.3±1.3	<.0001
C 反應蛋白				<.0001			0.0001
<1	64(20.5%)	185(59.3%)	63(20.2%)		66(21.1%)	246(78.9%)	
>=1	8(6.1%)	45(34.1%)	79(59.8%)		51(38.6%)	81(61.4%)	

嘗試減重者定義：研究對象於最近半年，嘗試以飲食、運動、藥物等方式減輕體重者

表 5.1.8 女性國中生之過重與減重現況及其健康與生化指標特性

	體重現況			P value	嘗試減重		P value
	過輕 (n=62)	正常 (n=345)	過重 (n=126)		是(n=223)	否(n=311)	
身體質量指標	16.2±0.9	19.5±1.5	25.7±3.2	<.0001	22.1±3.9	19.5±3.1	<.0001
腰腿比	1.59±0.11	1.56±0.11	1.58±0.10	0.0603	1.56±0.10	1.57±0.11	NS
收縮壓	95.9±6.8	98.7±7.9	103.3±8.3	<.0001	99.9±8.0	99.2±8.3	NS
舒張壓	60.2±7.3	59.8±7.6	59.8±7.4	NS	59.8±7.2	60.0±7.8	NS
膽固醇	163.8±28.4	161.0±27.5	160.9±27.5	NS	160.8±26.5	161.7±28.3	NS
三酸甘油酯	73.2±27.8	68.6±24.4	82.6±37.3	<.0001	73.2±29.8	72.0±28.2	NS
血糖	94.2±6.4	93.6±6.1	96.3±17.0	0.0366	94.3±13.2	94.2±6.4	NS
高密度脂蛋白膽固醇	59.7±12.2	57.6±11.9	48.5±10.2	<.0001	53.8±11.9	57.0±12.4	0.0031
低密度脂蛋白膽固醇	88.9±23.8	89.7±23.1	95.8±24.7	0.0431	92.2±23.1	90.3±24.2	NS
尿酸	4.4±0.7	4.8±0.9	5.5±1.1	<.0001	5.1±1.1	4.8±0.9	<.0001
C 反應蛋白				<.0001			0.0008
<1	41(11.6%)	249(70.5%)	63(17.9%)		137(38.7%)	217(61.3%)	
>=1	5(5.6%)	36(40.5%)	48(53.9%)		52(58.4%)	37(41.6%)	

嘗試減重者定義：研究對象於最近半年，嘗試以飲食、運動、藥物等方式減輕體重者

表 5.1.9 嘗試減重與否與飲食行為及身體活動量之相關性

飲食行為：1:總是如此; 2:多數如此; 3:一半一半; 4:少數如此; 5:從未如此	嘗試減重 (男性)			嘗試減重 (女性)		
	是 (n=134)	否 (n=386)	P value	是 (n=220)	否 (n=307)	P value
1. 滷汁或豬油拌飯或拌麵	3.5±1.1	3.6±1.1	NS	3.6±1.1	3.6±1.1	NS
2. 吃禽肉類連皮或肥油一起吃	3.1±1.3	3.0±1.3	NS	3.5±1.3	3.6±1.3	NS
3. 吃家畜肉類連皮或肥肉一起	3.4±1.3	3.3±1.4	NS	3.8±1.2	3.9±1.2	NS
4. 以蔬菜或水果代替高脂類點心	3.3±1.0	3.5±1.1	0.0587	3.2±1.0	3.4±1.1	0.0235
5. 吃肉類選擇吃蒸、煮、滷或烤的烹調肉類而不是油炒、油炸的肉類	2.7±1.0	2.9±1.1	NS	2.8±1.0	2.9±1.1	NS
6. 進餐時另加鹽、醬油、椒鹽、辣椒醬等	3.1±1.3	3.4±1.2	0.0147	3.2±1.3	3.4±1.2	0.0827
7. 用菜餚的湯汁拌飯或拌麵	3.1±1.4	3.3±1.2	NS	3.3±1.3	3.3±1.3	NS
8. 選用低脂產品取代一般型產品	3.1±1.4	3.7±1.1	<.0001	3.0±1.2	3.4±1.2	0.0003
9. 午餐至少吃一種蔬菜	1.8±1.1	1.7±1.0	NS	1.9±1.1	1.9±1.1	NS
10. 晚餐至少吃兩種蔬菜	2.4±1.1	2.4±1.1	NS	2.4±1.1	2.5±1.1	NS
11. 選擇瘦肉代替五花肉或蹄膀	2.5±1.2	2.5±1.2	NS	2.1±1.1	2.3±1.3	0.0659
12. 吃土司或餐包時塗抹奶油、植物性奶油 或美乃滋	3.7±1.3	3.5±1.4	NS	3.6±1.3	3.5±1.4	NS
13. 盡量以魚或雞肉等低油脂肉類代替豬或牛肉等高油脂肉類	2.9±1.0	3.1±1.0	0.0580	2.8±1.0	2.9±1.1	NS
14. 進餐以醬菜、豆腐乳、豆鼓等佐菜配飯	3.9±1.1	3.9±1.1	NS	3.9±1.1	4.0±1.0	NS
15. 吃魚時用清蒸、水煮或烤的方式烹調	2.6±1.0	2.8±1.1	NS	2.6±1.0	2.8±1.1	0.0274
16. 在某些餐次吃清淡素食，減少肉類等高油脂食物	3.4±1.0	3.6±1.0	0.0884	3.2±1.0	3.2±1.1	NS
17. 豆製品是否油炸的	3.5±0.9	3.5±0.9	NS	3.5±1.0	3.6±0.9	NS

18. 避免吃畜肉類，或克制自己少吃一些	3.0±1.1	3.4±1.1	0.0004	3.0±1.0	3.1±1.1	NS
全穀飯類攝取頻率 (次數/每月)	4.0±11.1	4.1±9.0	NS	4.4±8.8	5.0±10.1	NS
全穀麵包類攝取頻率 (次數/每月)	3.4±6.8	3.1±7.4	NS	3.1±8.3	3.8±14.1	NS
明顯流汗/呼吸/心跳之活動 (分鐘/每週)	216±260	146±170	0.0004	95±133	91±151	NS
些微增加流汗/呼吸/心跳之活動 (分鐘/每週)	120±173	78±99	0.0008	59±71	58±76	NS
嘗試減重者定義：研究對象於最近半年，嘗試以飲食、運動、藥物等方式減輕體重者						

表 5.1.10 嘗試減重與否與飲食信念之相關性

飲食信念	嘗試減重 (男性)		P value	嘗試減重 (女性)		P value
	是 (n=135)	否 (n=386)		是 (n=223)	否 (n=310)	
油炸類			<.0001			0.0003
過去不曾做亦不考慮改變	9(8.8%)	93(91.2%)		12(18.5%)	53(81.5%)	
過去不曾做但考慮改變	13(20.3%)	51(79.7%)		26(37.1%)	44(62.9%)	
過去曾做但不考慮維持	18(22.5%)	62(77.5%)		39(47.0%)	44(53.0%)	
過去曾做亦考慮繼續維持	95(34.6%)	180(65.4%)		146(46.4%)	169(53.6%)	
含糖飲料類			0.0028			0.0047
過去不曾做亦不考慮改變	25(17.4%)	119(82.6%)		38(39.2%)	59(60.8%)	
過去不曾做但考慮改變	40(36.4%)	70(63.6%)		32(29.4%)	77(70.6%)	
過去曾做但不考慮維持	15(19.7%)	61(80.3%)		31(39.2%)	48(60.8%)	
過去曾做亦考慮繼續維持	55(28.8%)	136(71.2%)		122(49.2%)	126(50.8%)	
全穀類			0.0174			NS
過去不曾做亦不考慮改變	66(21.0%)	248(79.0%)		131(39.3%)	202(60.7%)	
過去不曾做但考慮改變	19(34.6%)	36(65.4%)		37(50.7%)	36(49.3%)	
過去曾做但不考慮維持	35(32.7%)	72(67.3%)		43(42.2%)	59(57.8%)	
過去曾做亦考慮繼續維持	15(34.1%)	29(65.9%)		12(48.0%)	13(52.0%)	
蔬菜類			0.0235			NS
過去不曾做亦不考慮改變	8(17.4%)	38(82.6%)		15(54.6%)	10(45.4%)	
過去不曾做但考慮改變	5(27.8%)	13(72.2%)		8(34.8%)	15(65.2%)	
過去曾做但不考慮	53(21.5%)	193(78.5%)		115(40.9%)	166(59.1%)	

維持					
過去曾做亦考慮繼續維持	69(32.9%)	141(67.1%)		88(42.7%)	118(57.3%)
水果類			0.0221		NS
過去不曾做亦不考慮改變	24(17.5%)	113(82.5%)		33(38.8%)	52(61.2%)
過去不曾做但考慮改變	21(22.3%)	73(77.7%)		61(39.9%)	92(60.1%)
過去曾做但不考慮維持	51(31.1%)	113(68.9%)		75(44.1%)	95(55.9%)
過去曾做亦考慮繼續維持	39(31.0%)	87(69.1%)		54(43.2%)	71(56.8%)
奶類			0.0411		NS
過去不曾做亦不考慮改變	41(20.9%)	155(79.1%)		72(37.5%)	120(62.5%)
過去不曾做但考慮改變	21(28.0%)	54(72.0%)		49(44.1%)	62(55.9%)
過去曾做但不考慮維持	33(24.1%)	104(75.9%)		70(45.75%)	83(54.25%)
過去曾做亦考慮繼續維持	40(35.4%)	73(64.6%)		32(41.7%)	45(58.4%)
少鈉類			<.0001		NS
過去不曾做亦不考慮改變	32(16.3%)	164(83.7%)		58(34.3%)	111(65.7%)
過去不曾做但考慮改變	17(27.4%)	45(72.6%)		32(45.1%)	39(54.9%)
過去曾做但不考慮維持	21(24.7%)	64(75.3%)		43(46.7%)	49(53.2%)
過去曾做亦考慮繼續維持	65(37.1%)	110(62.9%)		90(45.0%)	110(55.0%)

嘗試減重者定義：研究對象於最近半年，嘗試以飲食、運動、藥物等方式減輕體重者

表 5.2.1 國中生性別年級別之吸菸行為

性別	年級別	沒有 N (%) ^a	有、只嚐試 1、2 次而已 N (%) ^a	有但是沒超過 100 支 N (%) ^a	有且超過 100 支 N (%) ^a
男性	7 年級	153 (90.7)	19 (7.4)	9 (0.7)	3 (1.1)
	8 年級	150 (90.6)	15 (3.0)	10 (2.9)	8 (3.6)
	9 年級	145 (79.4)	20 (14.3)	11 (3.0)	12 (3.4)
	Total	448 (86.0)	54 (9.2)	30 (2.2)	23 (2.7)
女性	7 年級	174 (96.4)	12 (3.1)	3 (0.1)	1 (0.5)
	8 年級	159 (88.6)	24 (7.1)	9 (2.5)	3 (1.8)
	9 年級	163 (95.4)	12 (1.6)	4 (0.7)	6 (2.3)
	Total	496 (93.9)	48 (7.5)	16 (1.0)	10 (1.6)
全部	7 年級	327 (93.3)	31 (5.4)	12 (0.4)	4 (0.9)
	8 年級	309 (89.6)	39 (5.0)	19 (2.7)	11 (2.7)
	9 年級	328 (86.9)	32 (8.3)	15 (1.9)	18 (2.9)
	Total	944 (89.7)	102 (6.5)	46 (1.6)	33 (2.2)

^a.%是經過加權推估全國

表 5.2.2 國中生性別地區別之吸菸行為

性別	地區別	沒有 N (%) ^a	有、只嚐試 1、2 次而 已 N (%) ^a	有但是沒超過 100 支 N (%) ^a	有且超過 100 支 N (%) ^a
男性	北一層	84 (89.2)	3 (6.2)	4 (3.1)	2 (1.5)
	北二層	88 (92.1)	5 (5.8)	1 (0.9)	1 (1.3)
	中部層	80 (85.6)	6 (7.16)	2 (1.4)	5 (5.9)
	南部層	79 (80.3)	11 (16.3)	2 (1.7)	2 (1.7)
	東部層	63 (75.8)	9 (12.4)	4 (5.3)	5 (6.5)
	山地層	54 (55.8)	20 (17.9)	17 (18.2)	8 (8.1)
女性	北一層	93 (92.4)	4 (3.3)	1 (0.7)	2 (3.6)
	北二層	92 (96.2)	3 (2.0)	1 (0.9)	1 (0.9)
	中部層	89 (95.4)	4 (3.7)	0 (0.0)	1 (0.9)
	南部層	85 (94.3)	4 (3.8)	2 (1.9)	0 (0.0)
	東部層	77 (92.9)	5 (4.2)	3 (2.2)	1 (0.7)
	山地層	60 (56.1)	28 (25.3)	9 (10.4)	5 (8.2)
全部	北一層	177 (90.7)	7 (4.9)	5 (2.0)	4 (2.5)
	北二層	180 (94.0)	8 (4.0)	2 (0.9)	2 (1.1)
	中部層	169 (90.5)	10 (5.4)	2 (0.7)	6 (3.4)
	南部層	164 (86.6)	15 (10.7)	4 (1.8)	2 (0.9)
	東部層	140 (84.6)	14 (8.2)	7 (3.7)	6 (3.5)
	山地層	114 (56.0)	48 (21.3)	26 (14.6)	13 (8.1)

^a.%是經過加權推估全國

表 5.2.3 國中生性別、年級別之飲酒行為

性別	年級別	沒有 N (%) ^a	有 N (%) ^a
男性	7 年級	168 (90.3)	16 (9.7)
	8 年級	161 (91.2)	21 (8.8)
	9 年級	165 (87.0)	23 (13.0)
	Total	494 (89.1)	60 (10.9)
女性	7 年級	173 (91.4)	19 (8.6)
	8 年級	163 (85.5)	31 (14.5)
	9 年級	155 (83.1)	29 (16.9)
	Total	481 (86.4)	79 (13.6)
全部	7 年級	342 (90.8)	33 (9.2)
	8 年級	324 (88.4)	53 (11.6)
	9 年級	320 (85.1)	53 (14.9)
	Total	985 (87.8)	139 (12.2)

表 5.2.4 國中生性別與地區別之飲酒行為

性別	地區別	沒有	有
		N (%) ^a	N (%) ^a
男性	北一層	84 (88.1)	9 (11.9)
	北二層	88 (92.0)	7 (8.0)
	中部層	82 (86.9)	11 (3.1)
	南部層	85 (90.7)	9 (9.3)
	東部層	78 (91.9)	7 (8.1)
	山地層	82 (81.5)	17 (18.5)
女性	北一層	86 (84.8)	14 (15.2)
	北二層	85 (90.4)	12 (9.6)
	中部層	82 (90.4)	12 (9.6)
	南部層	77 (80.5)	14 (19.5)
	東部層	78 (93.6)	8 (6.4)
	山地層	83 (80.5)	18 (19.5)
全部	北一層	170 (86.6)	23 (13.4)
	北二層	173 (91.2)	19 (8.8)
	中部層	164 (88.7)	23 (11.3)
	南部層	162 (86.1)	23 (13.9)
	東部層	151 (92.8)	26 (7.2)
	山地層	165 (81.1)	36 (18.9)

^a.%是經過加權推估全國

表 5.2.5 國中生性別、年級別之飲酒量（次/週）

性別	年級別	次/週	
		N	mean (SD) ^a
男性	7 年級	16	0.45 (16.23)
	8 年級	21	0.36 (9.43)
	9 年級	23	0.47 (17.81)
	Total	60	0.44 (14.72)
女性	7 年級	19	0.53 (19.70)
	8 年級	31	0.49 (9.91)
	9 年級	29	0.66 (28.78)
	Total	79	0.58 (20.65)
全部	7 年級	33	0.48 (17.88)
	8 年級	53	0.42 (9.69)
	9 年級	53	0.57 (24.49)
	Total	139	0.52 (18.33)

a.經過加權推估全國

表 5.2.6 國中生性別與地區別之飲酒量

性別	地區別	次/週	
		N	mean (SD) ^a
男性	北一層	9	0.32(25.20)
	北二層	7	0.53 (19.87)
	中部層	11	0.44 (13.78)
	南部層	9	0.51 (13.83)
	東部層	7	0.34 (3.13)
	山地層	17	1.31 (7.96)
女性	北一層	14	0.77 (40.37)
	北二層	12	0.46 (15.21)
	中部層	12	0.38 (8.75)
	南部層	14	0.52 (21.60)
	東部層	8	0.65 (8.11)
	山地層	18	1.08 (5.65)
全部	北一層	23	0.55 (35.54)
	北二層	19	0.50 (16.55)
	中部層	23	0.42 (11.20)
	南部層	23	0.51 (18.58)
	東部層	26	0.49 (6.25)
	山地層	36	1.20 (6.81)

表 5.2.7 國中生性別、年級別之嚼檳榔行為

性別	年級別	沒有 N (%) ^a	曾經有，目前戒掉了 N (%) ^a	有 N (%) ^a
男性	7 年級	178 (99.2)	1 (0.1)	5 (0.8)
	8 年級	178 (99.8)	0 (0.0)	5 (0.2)
	9 年級	177 (95.9)	3 (2.6)	7 (0.9)
	Total	533 (98.0)	4 (1.1)	17 (0.7)
女性	7 年級	187 (99.9)	1 (0.0)	2 (0.1)
	8 年級	190 (99.8)	2 (0.1)	3 (0.1)
	9 年級	183 (99.9)	1 (0.0)	1 (0.1)
	Total	560 (99.9)	4 (0.1)	6 (0.1)
全部	7 年級	365 (99.5)	2 (0.1)	7 (0.4)
	8 年級	368 (99.8)	2 (0.1)	8 (0.2)
	9 年級	360 (97.8)	4 (1.4)	8 (0.5)
	Total	1093 (98.9)	8 (0.6)	23 (0.4)

a.%是經過加權推估全國

表 5.2.8 國中生性別、地區別之嚼檳榔行為

性別	地區別	沒有 N (%) ^a	曾經有，目前戒掉了 N (%) ^a	有 N (%) ^a
男性	北一層	91 (98.4)	1 (0.8)	0 (0.0)
	北二層	94 (98.7)	0 (0.0)	1 (1.3)
	中部層	91 (96.4)	2 (3.6)	0 (0.0)
	南部層	93 (99.2)	0 (0.0)	1 (0.8)
	東部層	76 (91.9)	1 (1.4)	4 (6.8)
	山地層	88 (89.2)	0 (0.0)	11 (10.8)
女性	北一層	100 (100.0)	0	0
	北二層	97 (100.0)	0	0
	中部層	94 (100.0)	0	0
	南部層	91 (100.0)	0	0
	東部層	83 (97.8)	2 (1.5)	1 (0.8)
	山地層	95 (92.7)	2 (1.5)	5 (5.7)
全部	北一層	191 (99.2)	1 (0.4)	0 (0.0)
	北二層	191 (99.3)	0 (0.0)	1 (0.7)
	中部層	185 (98.2)	2 (1.8)	0 (0.0)
	南部層	184 (99.5)	0 (0.0)	1 (0.5)
	東部層	159 (94.9)	3 (1.4)	5 (3.7)
	山地層	183 (90.8)	2 (1.1)	16 (21.3)

a.%是經過加權推估全國

表 5.3.1 國中生性別與年級別與每次日光曝曬的時間

性別	年級別	<20 分鐘 (%)	20 分鐘--1 小時內 (%)	1 小時以上 (%)
男性	7 年級	49.6	41.5	8.9
	8 年級	46.0	42.8	11.2
	9 年級	44.5	39.5	16.0
	Total	46.6	41.0	12.4
女性	7 年級	54.7	40.5	4.8
	8 年級	41.0	49.8	9.2
	9 年級	58.4	36.3	5.3
	Total	52.6	41.2	6.2
全部	7 年級	52.0	41.0	7.0
	8 年級	43.6	46.2	10.2
	9 年級	51.0	38.0	11.0
	Total	49.4	41.1	9.5

表 5.3.2 國中生性別與地區別與每次日光曝曬的時間

性別	地區別	<20 分鐘 (%)	20 分鐘--1 小時內 (%)	1 小時以上 (%)
男性	北一層	45.6	41.5	12.9
	北二層	52.4	34.3	13.3
	中部層	40.8	46.4	12.8
	南部層	49.0	40.4	10.6
	東部層	50.9	34.1	15.0
	山地層	51.6	32.4	16.0
女性	北一層	52.9	40.4	6.7
	北二層	49.8	45.1	5.1
	中部層	54.6	43.5	1.9
	南部層	50.3	38.7	11.0
	東部層	66.6	25.5	7.9
	山地層	60.9	36.8	2.3
全部	北一層	49.0	41.0	10.0
	北二層	51.2	39.4	9.4
	中部層	47.7	45.0	7.3
	南部層	49.6	39.6	10.8
	東部層	59.0	29.7	11.3
	山地層	55.9	34.4	9.7

表 5.3.3 國中生防曬措施

防曬措施	%
1.皮膚直接曝曬	79.6
2.穿著長袖衣物	18.7
3.戴帽	4.0
4.撐陽傘	0.8
5.用防曬油/乳	8.0

表 5.3.4 國中生是否知道 SPF 防曬係數

	%
1.不確定 SPF 係數	38.7
2.SPF15 以上	51.0
3.SPF15 以下	10.3

表 5.4.1.1 國中生面皰盛行率與性別與地區別

面皰種類	未發炎面皰與發炎面皰							
發生部位	全臉三區		僅在額頭		僅在雙頰		僅在鼻與下巴	
發生與否	皆無	皆有	無	有	無	有	無	有
地區層	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
全部								
北一層	10.60	50.95	3.74	8.52	15.32	1.13	3.80	5.95
北二層	10.81	48.75	4.38	2.98	12.35	3.27	5.00	12.46
中部層	6.59	51.24	5.49	5.52	16.39	2.34	1.43	11.00
南部層	4.46	52.15	5.72	6.63	13.61	3.04	7.00	7.39
東部層	5.00	50.85	4.59	4.68	15.63	1.81	6.05	11.39
山地層	9.55	50.10	1.71	8.20	16.09	2.96	1.95	9.44
男性								
北一層	7.71	55.31	2.84	10.57	10.52	2.08	3.98	6.98
北二層	11.05	47.64	6.17	2.83	7.48	6.18	6.22	12.43
中部層	3.71	59.31	3.02	4.55	11.81	0.69	2.23	14.68
南部層	4.89	54.12	5.92	5.31	11.44	4.01	3.37	10.95
東部層	7.12	55.98	4.99	1.85	9.88	2.42	6.83	10.93
山地層	15.36	51.56	2.43	4.17	12.77	2.69	2.43	8.60
女性								
北一層	13.99	45.82	4.80	6.12	20.96	0.00	3.58	4.73
北二層	10.55	50.00	2.36	3.16	17.80	0.00	3.63	12.50
中部層	9.45	43.21	7.95	6.48	20.94	3.99	0.63	7.35
南部層	3.93	49.70	5.47	8.27	16.30	1.85	11.49	2.99
東部層	3.01	46.05	4.22	7.32	21.01	1.24	5.32	11.82
山地層	2.62	48.36	0.85	13.02	20.05	3.28	1.39	10.44

註 1:「全臉三區-皆無」表示所有區域都是沒有面皰，「全臉三區-皆有」表示每一個區域皆有面皰；「僅有額頭-無」意思是額頭有 0 顆面皰，其他區域面皰數皆大於 0，「僅有額頭-有」則是額頭面皰數大於 0，其他區域都沒有面皰。

表 5.4.1.2 國中生面皰盛行率與性別與年齡別

面皰種類		未發炎面皰與發炎面皰							
發生部位		全臉三區		僅有額頭		僅有雙頰		僅有鼻與下巴	
發生與否		皆無	皆有	無	有	無	有	無	有
性別	年級	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
全部	Total	8.00	50.95	4.79	6.31	14.69	2.27	4.24	8.76
	7 年級	12.43	36.04	4.23	7.63	20.01	3.55	3.01	13.11
	8 年級	5.86	54.44	3.81	5.07	12.88	2.64	4.30	11.00
	9 年級	5.84	60.54	5.83	6.03	11.61	1.03	5.17	3.96
男性	Total	6.59	54.70	4.26	6.35	10.55	2.93	3.84	10.78
	7 年級	12.27	35.72	4.22	6.93	18.43	4.74	1.82	15.87
	8 年級	6.83	54.15	4.39	4.35	12.47	2.12	2.61	13.08
	9 年級	1.87	70.29	4.23	7.08	3.06	1.95	6.21	5.31
女性	Total	9.59	46.73	5.38	6.26	19.35	1.52	4.69	6.48
	7 年級	12.61	36.42	4.24	8.46	21.88	2.13	4.43	9.83
	8 年級	4.84	54.75	3.21	5.83	13.31	3.17	6.08	8.81
	9 年級	10.32	49.51	7.63	4.83	21.27	0.00	4.01	2.43

表 5.4.2.1 國中生發炎面皰狀況與性別與地區別

發生部位	全臉三區			僅在額頭			僅在雙頰			僅在鼻與下巴		
發生與否	皆無	皆有		無	有		無	有		無	有	
發生顆數	0	1 至 24	24 以上	0	1 至 8	8 以上	0	1 至 8	8 以上	0	1 至 8	8 以上
嚴重性	無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度
地區別	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
全部												
北一層	32.69	3.15	20.52	2.97	12.37	2.97	8.47	4.36	0.00	7.83	3.44	1.24
北二層	35.96	7.81	18.43	3.03	7.10	3.92	5.54	5.29	1.98	4.53	6.01	0.41
中部層	31.13	3.67	19.98	3.46	8.97	2.79	11.24	2.56	0.48	7.49	6.92	1.30
南部層	27.62	3.54	20.43	6.20	7.11	7.88	7.55	4.22	0.47	11.09	3.90	0.00
東部層	32.48	2.62	14.44	4.80	8.07	6.73	9.31	2.63	0.39	11.58	5.97	0.96
山地層	43.41	1.57	13.20	1.09	4.27	12.18	8.69	1.02	1.29	8.29	4.57	0.43
男性												
北一層	33.02	1.51	28.31	0.78	12.45	3.59	5.89	3.75	0.00	7.63	0.78	2.29
北二層	35.88	4.58	20.65	3.72	3.27	2.87	5.77	10.02	3.76	5.36	3.35	0.78
中部層	29.37	4.29	22.38	6.31	10.00	0.00	9.22	1.38	0.96	8.81	5.91	1.38
南部層	27.64	3.41	25.16	6.97	5.29	8.46	8.47	2.55	0.84	10.36	0.85	0.00
東部層	32.10	3.06	21.71	5.41	7.73	2.92	8.81	3.35	0.00	9.44	3.48	1.99
山地層	44.22	1.00	18.26	0.84	3.32	9.13	7.55	0.00	2.37	6.75	5.75	0.79
女性												
北一層	32.31	5.07	11.36	5.54	12.27	2.23	11.50	5.09	0.00	8.07	6.56	0.00
北二層	36.05	11.42	15.95	2.25	11.38	5.09	5.29	0.00	0.00	3.59	8.98	0.00
中部層	32.89	3.06	17.60	0.63	7.95	5.56	13.24	3.74	0.00	6.18	7.93	1.22
南部層	27.58	3.70	14.56	5.24	9.37	7.17	6.42	6.28	0.00	12.01	7.67	0.00
東部層	32.85	2.21	7.64	4.22	8.39	10.30	9.78	1.97	0.76	13.58	8.30	0.00
山地層	42.43	2.24	7.16	1.39	5.39	15.83	10.06	2.24	0.00	10.12	3.15	0.00

註 2:「全臉三區-皆無」表示所有區域都是沒有發炎面皰，「全臉三區-皆有」表示每一個區域皆有發炎面皰；「僅有額頭-無」意思是額頭有 0 顆發炎面皰，其他區域發炎面皰數皆大於 0，「僅有額頭-有」則是額頭髮炎面皰數大於 0，其他區域都沒有發炎面皰。

表 5.4.2.2 國中生發炎面皰與性別與地區別年齡別

發生部位		全臉三區			僅在額頭			僅在雙頰			僅在鼻與下巴		
發生與否		皆無	皆有		無	有		無	有		無	有	
發生顆數		0	1 至 24	24 以上	0	1 至 8	8 以上	0	1 至 8	8 以上	0	1 至 8	8 以上
嚴重性		無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度
性別	年級	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
全部	Total	31.59	4.13	19.88	3.93	9.27	4.37	8.47	3.99	0.57	8.09	4.90	0.81
	7 年級	49.92	2.95	9.11	1.22	11.57	5.58	8.69	2.82	0.34	4.68	1.79	1.33
	8 年級	24.81	6.76	21.87	4.19	7.39	4.19	8.62	3.86	0.75	10.19	6.49	0.89
	9 年級	21.36	3.43	27.12	5.91	8.60	3.53	8.21	4.99	0.64	9.48	6.37	0.35
男性	Total	31.24	3.18	24.71	4.24	8.44	3.86	7.37	3.91	1.06	8.27	2.48	1.24
	7 年級	50.52	2.47	8.79	1.31	10.67	5.60	8.56	4.48	0.62	4.85	0.54	1.59
	8 年級	26.52	5.99	23.58	3.56	7.92	2.70	8.52	2.79	1.38	10.01	5.30	1.73
	9 年級	18.55	2.08	38.19	7.01	6.95	3.16	5.74	4.11	1.21	9.98	2.36	0.66
女性	Total	31.99	5.19	14.43	3.59	10.20	4.94	9.71	4.09	0.02	7.89	7.63	0.32
	7 年級	49.21	3.52	9.48	1.12	12.64	5.56	8.84	0.86	0.00	4.47	3.28	1.01
	8 年級	23.00	7.57	20.07	4.86	6.83	5.76	8.72	4.99	0.07	10.37	7.75	0.00
	9 年級	24.53	4.96	14.61	4.68	10.48	3.95	11.01	5.99	0.00	8.92	10.89	0.00

表 5.4.3.1 國中生全臉皆無發炎面皰，「僅有未發炎面皰」與性別與地區別

發生部位	全臉三區			僅在額頭			僅在雙頰			僅在鼻與下巴		
發生與否	皆無	皆有		無	有		無	有		無	有	
發生顆數	0	1 至 24	24 以上	0	1 至 8	8 以上	0	1 至 8	8 以上	0	1 至 8	8 以上
嚴重性	無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度
地區別	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
全部												
北一層	10.60	2.21	4.42	1.18	2.16	0.41	5.27	0.00	0.42	0.82	1.86	3.34
北二層	10.81	0.00	4.50	2.65	0.43	0.99	5.10	0.00	1.08	0.48	1.66	8.25
中部層	6.59	0.00	7.76	0.93	0.00	2.17	3.83	0.61	0.61	0.48	0.63	7.52
南部層	4.46	0.00	4.79	2.51	0.41	0.95	3.03	0.93	1.23	2.39	0.00	6.92
東部層	5.00	0.00	8.06	1.22	0.64	0.39	4.80	0.00	0.51	1.82	1.04	9.00
山地層	9.55	0.32	10.37	0.39	1.71	2.84	5.86	1.34	1.31	1.18	1.25	7.30
男性												
北一層	7.71	3.20	3.62	1.30	4.01	0.76	5.42	0.00	0.78	0.00	1.30	4.92
北二層	11.05	0.00	4.99	2.90	0.00	1.27	3.68	0.00	2.05	0.00	1.64	8.30
中部層	3.71	0.00	7.14	0.00	0.00	1.27	5.18	0.00	0.00	0.96	1.27	9.84
南部層	4.89	0.00	4.64	1.70	0.00	1.71	1.47	1.68	1.47	0.00	0.00	10.09
東部層	7.12	0.00	7.07	0.93	0.00	0.00	3.21	0.00	1.07	3.77	0.00	8.94
山地層	15.36	0.00	8.97	0.00	1.69	2.48	4.49	1.00	1.69	1.58	1.00	5.96
女性												
北一層	13.99	1.04	5.36	1.04	0.00	0.00	5.09	0.00	0.00	1.78	2.52	1.47
北二層	10.55	0.00	3.94	2.36	0.91	0.67	6.69	0.00	0.00	1.02	1.69	8.20
中部層	9.45	0.00	8.38	1.85	0.00	3.07	2.49	1.22	1.22	0.00	0.00	5.21
南部層	3.93	0.00	4.97	3.52	0.91	0.00	4.97	0.00	0.94	5.34	0.00	2.99
東部層	3.01	0.00	8.99	1.49	1.24	0.76	6.29	0.00	0.00	0.00	2.00	9.06
山地層	2.62	0.69	12.04	0.85	1.73	3.28	7.50	1.73	0.85	0.69	1.54	8.89

註 3:「全臉三區-皆無」表示所有區域都是沒有未發炎面皰，「全臉三區-皆有」表示每一個區域皆有未發炎面皰；「僅有額頭-無」意思是額頭有 0 顆未發炎面皰，其他區域未發炎面皰數皆大於 0，「僅有額頭-有」則是額頭未發炎面皰數大於 0，其他區域都沒有未發炎面皰。

表 5.4.3.2 國中生全臉皆無發炎面皰，「僅有未發炎面皰」與性別與年齡別

發生部位		全臉三區			僅在額頭			僅在雙頰			僅在鼻與下巴		
發生與否		皆無	皆有		無	有			有		無	有	
發生顆數		0	1 至 24	24 以上	0	1 至 8	8 以上	0	1 至 8	8 以上	0	1 至 8	8 以上
嚴重性		無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度	無	輕微到 中度	重度
性別	年級	(%)	(%)	(%)		(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
全部	Total	8.00	0.70	5.44	1.69	0.87	1.07	4.32	0.38	0.78	1.09	1.05	6.20
	7 年級	12.43	0.47	8.25	2.57	0.26	2.13	8.35	0.46	1.62	1.19	2.25	9.94
	8 年級	5.86	0.51	3.06	0.99	0.91	1.27	3.07	0.45	0.45	1.19	0.92	6.14
	9 年級	5.84	1.01	4.70	1.42	1.33	0.13	1.93	0.27	0.32	0.94	0.18	3.29
男性	Total	6.59	1.04	5.01	1.35	1.30	1.19	4.02	0.43	0.99	0.31	0.99	8.04
	7 年級	12.27	0.00	6.96	1.88	0.00	2.16	9.38	0.00	2.12	0.24	2.15	13.34
	8 年級	6.83	0.99	2.42	1.48	1.02	1.87	2.88	0.87	0.09	0.00	0.52	7.58
	9 年級	1.87	1.90	4.98	0.85	2.51	0.00	0.38	0.52	0.61	0.54	0.34	4.05
女性	Total	9.59	0.32	5.93	2.07	0.39	0.95	4.67	0.32	0.54	1.97	1.11	4.12
	7 年級	12.61	1.02	9.77	3.38	0.57	2.09	7.13	1.01	1.01	2.31	2.37	5.92
	8 年級	4.84	0.00	3.73	0.49	0.80	0.63	3.27	0.00	0.83	2.45	1.35	4.62
	9 年級	10.32	0.00	4.39	2.06	0.00	0.27	3.67	0.00	0.00	1.39	0.00	2.43

表 5.5.1 國中生性別與年級和出生體重的關係

性別	年級別	平均出生體重(g)
男性	7 年級	3232.8
	8 年級	3235.0
	9 年級	3221.5
	Total	3228.7
女性	7 年級	3137.5
	8 年級	3140.9
	9 年級	3137.6
	Total	3138.4
全部	7 年級	3188.8
	8 年級	3189.7
	9 年級	3180.4
	Total	3185.5

表 5.5.2 國中生是否喝母乳和目前體位的關係(%)

	過重	過輕	剛剛好
喝奶粉	29.2	26.6	44.2
喝母乳	24.6	26.1	49.3

表 5.6.1 國中生曾經被醫師診斷有過敏疾病的盛行率--依年級別(%)

性別	年級別	氣喘 (%)	過敏性鼻炎 (%)	異位性皮膚炎 (%)	食物過敏 (%)
男性	7 年級	9.4	22.2	7.9	22.1
	8 年級	5.8	34.1	6.4	67.2
	9 年級	11.7	39.2	5.8	67.0
	Total	9.5	32.2	6.6	53.4
女性	7 年級	2.3	20.8	10.2	63.0
	8 年級	6.0	19.2	4.9	34.3
	9 年級	3.5	24.3	12.0	38.4
	Total	3.8	21.8	9.5	46.4
全部	7 年級	6.1	21.6	8.9	43.9
	8 年級	5.9	26.8	5.7	55.6
	9 年級	7.9	32.3	8.7	51.6
	Total	6.8	27.4	8.0	49.9

表 5.6.2 國中生曾經被醫師診斷有過敏疾病的盛行率--依地區別(%)

性別	地區別	氣喘 (%)	過敏性鼻炎 (%)	異位性皮膚炎 (%)	食物過敏 (%)
男性	北一層	7.1	37.1	7.3	47.3
	北二層	11.8	24.9	7.5	47.6
	中部層	6.2	33.5	5.9	54.0
	南部層	13.4	29.5	6.0	62.3
	東部層	15.6	33.2	5.4	60.3
	山地層	7.4	24.6	2.8	74.9
女性	北一層	0.8	22.5	10.8	60.1
	北二層	6.5	22.4	8.7	22.9
	中部層	5.2	22.7	7.9	54.1
	南部層	4.3	19.3	10.5	33.4
	東部層	1.5	24.3	5.7	65.8
	山地層	10.3	11.4	5.6	82.9
全部	北一層	4.3	30.5	8.9	52.1
	北二層	9.3	23.7	8.1	33.3
	中部層	5.7	28.1	6.9	54.1
	南部層	9.3	24.9	8.0	50.4
	東部層	8.4	28.6	5.6	63.8
	山地層	8.8	18.5	4.1	79.7

表 5.6.3 國中生最近 12 個月有發生過敏疾病的盛行率--依年級別(%)

性別	年級別	氣喘 (%)	過敏性鼻炎 (%)	異位性皮膚炎 (%)
男性	7 年級	5.5	53.0	4.6
	8 年級	7.2	56.3	2.9
	9 年級	8.3	57.9	6.5
	Total	7.1	55.9	5.0
女性	7 年級	4.9	38.3	3.3
	8 年級	3.0	47.1	7.3
	9 年級	5.5	54.6	10.2
	Total	4.7	47.3	7.2
全部	7 年級	5.2	46.3	4.0
	8 年級	5.1	51.8	5.0
	9 年級	7.0	56.4	8.2
	Total	5.9	51.9	6.0

表 5.6.4 國中生最近 12 個月有發生過敏疾病的盛行率--依地區別(%)

性別	地區別	氣喘 (%)	過敏性鼻炎 (%)	異位性皮膚炎 (%)
男性	北一層	4.0	59.5	7.0
	北二層	6.2	54.2	2.1
	中部層	6.9	51.0	5.9
	南部層	11.7	56.6	3.4
	東部層	8.1	58.4	3.9
	山地層	4.5	44.5	4.5
女性	北一層	3.0	50.0	6.0
	北二層	4.9	38.9	6.4
	中部層	5.8	46.4	10.1
	南部層	5.3	50.4	6.2
	東部層	4.9	53.1	4.9
	山地層	4.2	29.6	6.5
全部	北一層	3.5	55.2	6.5
	北二層	5.6	47.0	4.1
	中部層	6.4	48.7	8.0
	南部層	8.8	53.8	4.7
	東部層	6.5	55.7	4.5
	山地層	4.3	37.6	5.4

表 5.7.1 國中生發生骨折次數

骨折次數	男性 (n=549)	女性 (n=565)
無	478 (87.07%)	520 (92.04%)
有	71 (12.93%)	45 (7.96%)
1 次	58/71 (81.69%)	38/45 (84.44%)
2 次	11/71 (15.49%)	5/45 (11.11%)
3 次	2/71 (2.82%)	1/45 (2.22%)
5 次	0	1/45 (2.22%)

骨折定義：經醫師診斷為骨折者

表 5.7.2 國中生發生骨折部位

骨折部位	男性 (n=61, cases=73)	女性 (n=38, cases=47)
腕骨	1/73 (1.37%)	0/47 (0%)
腰椎	0/73 (0%)	0/47 (0%)
腕骨	23/73 (31.50%)	6/47 (12.77%)
手臂	20/73 (27.40%)	19/47 (40.43%)
腿部	9/73 (12.33%)	8/47 (17.02%)
其他	20/73(27.40%)	14/47 (29.78%)

骨折定義：經醫師診斷為骨折者

表 5.7.3 國中生發生骨折原因

骨折發生原因	男性 (n=61, cases=73)	女性 (n=38, cases=47)
站立姿勢左右的高度	15/73 (20.55%)	13/47(27.66%)
跌倒		
更嚴重的跌倒	20/73 (27.40%)	8/47 (17.02%)
車禍/嚴重意外傷害	14/73 (19.18%)	1/47 (2.13%)
運動時的衝撞	18/73 (24.66%)	18/47 (38.29%)
其他	6/73 (8.21%)	7/47 (14.90%)

骨折定義：經醫師診斷為骨折者

表 5.7.4 國中生母親骨折史

個案母親骨折史/ 骨折疏鬆病史	無骨折史		曾發生骨折	
	男性 (n=478)	女性 (n=520)	男性 (n=71)	女性 (n=45)
母親骨折史 是	10.88%	8.85%	12.68%	11.11%
否	89.12%	91.15%	87.32%	88.89%
母親為骨質疏鬆 是	10.88%	7.88%	2.82%	4.44%
否	89.12%	92.12%	97.18%	95.56%

骨折定義：經醫師診斷為骨折者

表 5.8.1 青少年腸胃功能性障礙盛行率：

組別	功能性腸胃疾病人數 n (%)	p
全部	279 (25.60)	
性別		<0.001
男生	100 (18.66)	
女生	179(32.31)	
年齡層		0.278
七年級	83(22.80)	
八年級	94(25.90)	
九年級	102(28.02)	
分層		0.053
北一	37(19.89)	
北二	48(25.95)	
中部	40(21.74)	
南部	48(26.97)	
東部	41(25.31)	
山地	65(33.33)	

% 為該組別之盛行率

表 5.8.2 不同腸胃功能性障礙的盛行率

	N	%
功能性便秘	186	17.06%
大腸激躁症	30	2.75%
偏頭痛型腹痛	26	2.39%
功能性腹痛症候群	17	1.56%
功能性腹痛	12	1.10%
功能性消化不良	8	0.73%

% 為總人數之盛行率

表 5.9.1 有使用膳食補充品者的基本資料分布

基本資料		樣本數	使用人數	加權百分比
性別	全樣本	1965	547	32.45
	男	953	276	33.71
	女	1012	271	31.09
居住地	北部第一層	311	109	35.89
	北部第二層	333	120	33.57
	中部層	348	108	30.02
	南部層	350	112	32.16
	東部層	325	68	22.02
	山地層	298	30	10.28
	就讀年級			
	一年級	656	184	32.20
	二年級	652	177	31.72
	三年級	657	186	33.09

表 5.9.2 膳食補充品使用種類數分佈狀況

種類數	人數	加權百分比
1 種	359	63.14
2 種	109	22.89
3 種	40	7.16
4 種	21	4.21
5 種及以上	10	2.6

表 5.9.3 使用膳食補充者曾獲得補充品的相關資訊來源(N=546)

資訊來源	人數	加權百分比
親戚	182	48.39
醫護人員	73	18.42
同學/朋友	66	18.40
電視廣播報導	71	18.33
報章雜誌	41	12.26
書籍	28	10.56
直銷人員	29	7.96
網路	28	7.58
老師	17	4.52

表 5.9.4 家中決定購買膳食補充品者(N=547)

決定購買者	人數	加權百分比
父母	469	88.45
親戚	53	8.40
自己	34	5.73

表 5.9.5 決定膳食補充品種類者

決定種類者	人數	加權百分比
父母	446	85.18
自己	90	14.15
親戚	43	5.88
朋友	2	0.31
老師	1	0.01
其他	5	0.42

表 5.9.6 國中生膳食補充品使用的主要因素分佈

	人數	加權百分比
親戚朋友介紹	194	35.53
家人購買	175	32.28
品牌與口碑	107	19.29
醫療專業人員介紹	83	14.64
藥妝等商店介紹	29	6.14
容易買到	46	6.10
政府認證（如衛生署字號）	26	4.00
他人（如朋友或親戚）贈送	28	3.94
提供豐富產品資料	16	3.69
打折/折扣	15	2.60
有無諮詢服務	12	1.98
銷售人員特質	9	1.39

表 5.9.7 國中生膳食補充品使用動機及家人提供的動機分佈

動機	自己使用的動機		家人提供的動機	
	人數	加權百分比	人數	加權百分比
家人要求	277	51.10	無此選項	無此選項
促進生長發育	113	21.17	179	29.86
增強免疫力	99	19.22	135	25.62
改善體質	81	16.92	109	21.68
補充營養不均衡	82	15.44	151	27.84
增強體力	77	14.96	117	22.46
預防感冒	47	10.36	69	15.14
調整腸胃功能	42	8.59	62	11.57
抗疲勞	45	7.40	77	16.69
調整月經	40	6.73	52	7.96
增加記憶力	32	6.03	49	9.01
改善皮膚	15	3.94	22	5.14
肌肉抽筋	8	2.14	5	1.52
養顏美容	13	2.13	11	1.63
護肝（保肝）	9	1.50	6	1.37
火氣大	11	1.43	15	3.58
肩膀酸痛	6	1.37	4	0.42
健胸豐胸	6	1.30	7	0.87
求心安	6	1.01	14	2.77
牙齒保健	4	0.56	8	1.37
減肥	2	0.40	2	0.28
老師建議	3	0.36	無此選項	無此選項
朋友都在吃	5	0.26	無此選項	無此選項
不適用	2	0.21	16	2.35
調節血脂膽固醇	1	0.15	6	0.68
防癌	0	0	1	0.38

表 5.10.1. 國中生達到目前 WHO/美國/加拿大/澳洲等國家訂定之身體活動建議量^a 的盛行率。

	全數	7 年級	8 年級	9 年級
全數	5.4 (0.6)	4.7 (1.2)	7.8 (1.2)	4.6 (0.8)
男	8.7 (1.1)	6.6 (2.1)	11.8 (2.0)	8.5 (1.7)
女	1.9 (0.5)	2.3 (1.0)	3.4 (1.4)	0.8 (0.4)

^a，平均每天做累計至少 60 分鐘的中或高強度身體活動，且包含至少 3 次，每次至少 20 分鐘的高強度身體活動。

數值為百分率（標準誤）。

表 5.10.2. 國中生達到教育部 2007 年推行「210 快活計劃」身體活動建議量^b 的盛行率。

		7 年級	8 年級	9 年級
全數	15.1 (0.8)	13.2 (1.7)	19.8 (1.7)	13.8 (1.7)
男	20.9 (1.7)	16.4 (2.8)	26.0 (2.2)	21.6 (2.6)
女	8.7 (1.2)	9.4 (1.5)	13.0 (2.6)	6.1 (2.0)

^b, 平均每天做累計至少 30 分鐘的中或高強度身體活動。

數值為百分率 (標準誤)。

表 5.10.3. 國中生達到教育部推行「333 運動計劃」身體活動建議量^c 的盛行率。

		7 年級	8 年級	9 年級
全數	39.8 (1.4)	38.5 (2.2)	42.3 (1.8)	39.5 (2.2)
男	47.2 (1.8)	44.3 (3.4)	47.3 (2.9)	49.5 (2.4)
女	31.9 (2.1)	31.4 (2.4)	36.8 (2.4)	29.6 (3.9)

^c, 平均每週至少有 3 天做累計至少 30 分鐘的中或高強度身體活動。

數值為百分率 (標準誤)。

表 5.10.4. 國中生上體育課時候平均有做 20 分鐘(含)以上 [佔上課時間一半(含)以上] 高強度身體活動的盛行率。

	全數	7 年級	8 年級	9 年級
全數	27.8 (1.2)	25.5 (1.6)	28.0 (2.4)	29.4 (1.8)
男	34.8 (1.8)	32.6 (2.8)	35.1 (3.3)	36.3 (3.4)
女	20.2 (1.6)	16.8 (2.8)	20.2 (2.6)	22.5 (2.3)

數值為百分率 (標準誤)。

表 5.10.5. 國中生有做高強度身體活動平均每週次數的盛行率。

	少於 1 次	約 1 次	約 2-3 次	約 4-6 次	7 次(含)以上
全數	5.5 (1.1)	12.1 (2.0)	50.5 (1.9)	18.3 (1.8)	13.7 (1.7)
男	4.5 (1.5)	7.0 (1.9)	46.9 (2.6)	22.2 (2.7)	19.4 (2.4)
女	6.5 (1.3)	17.9 (3.2)	54.5 (3.2)	13.9 (2.4)	7.3 (2.1)

數值為百分率 (標準誤)。

表 5.10.6. 國中生有做中強度身體活動平均每週次數的盛行率。

	少於 1 次	約 1 次	約 2-3 次	約 4-6 次	7 次(含)以上
全數	5.9 (0.8)	11.4 (1.3)	38.8 (2.3)	24.3 (2.5)	19.6 (1.5)
男	6.4 (1.2)	9.3 (1.8)	35.7 (2.2)	26.5 (2.8)	22.0 (2.0)
女	5.3 (1.4)	13.8 (1.8)	42.2 (4.0)	21.9 (3.3)	16.8 (1.6)

數值為百分率 (標準誤)。

表 5.10.7. 國中生有做中或高強度身體活動平均一週的總累計時間。

	全數	7 年級	8 年級	9 年級
全數	212 (10)	183 (12)	245 (23)	214 (16)
男	269 (16)	205 (18)	306 (40)	298 (24)
女	149 (9)	156 (15)	180 (18)	125 (12)

男生的時數皆高於女生的時數 ($P < 0.05$)。

數值為分鐘 (標準誤)。

表 5.10.8. 國中生有做高強度身體活動平均每次持續時間 (分鐘) 的盛行率。

	5 - <10	10 - <20	20 - <30	30 - <40	40 - <50	50 - <60	≥ 60
全數	14.5 (2.3)	14.6 (1.5)	20.2 (1.7)	17.3 (2.3)	15.1 (1.7)	7.1 (1.1)	11.3 (1.3)
男	10.3 (1.7)	10.7 (1.7)	18.0 (2.0)	17.4 (2.7)	17.0 (2.4)	9.5 (1.4)	17.0 (2.5)
女	19.2 (3.5)	19.0 (2.5)	22.6 (2.9)	17.1 (2.7)	12.9 (2.0)	4.4 (1.4)	4.8 (1.0)

數值為分鐘 (標準誤)。

表 5.10.9. 國中生有做中強度身體活動平均每次持續時間 (分鐘) 的盛行率。

	5 - <10	10 - <20	20 - <30	30 - <40	40 - <50	50 - <60	≥ 60
全數	30.7 (2.4)	29.3 (2.9)	17.2 (1.0)	11.2 (1.2)	5.0 (0.9)	3.1 (0.7)	3.5 (0.7)
男	25.7 (2.3)	29.2 (3.8)	17.8 (2.0)	12.1 (1.8)	5.6 (1.5)	4.3 (1.1)	5.4 (1.1)
女	36.2 (3.1)	29.6 (3.0)	16.6 (1.7)	10.2 (1.4)	4.3 (1.1)	1.8 (0.8)	1.5 (0.6)

數值為百分率 (標準誤)。

表 5.10.10. 國中生靜態活動平均每天的時數。

	平日螢幕 時間	假日螢幕 時間	平日閱讀 時間	假日閱讀 時間	一週螢幕與 閱讀時間
全數	2.2 (0.14)	4.3 (0.16)	1.4 (0.07)	1.6 (0.08)	4.2 (0.09)
男	2.3 (0.15)	4.5 (0.19)	1.3 (0.10)	1.4 (0.11)	4.3 (0.10)
女	2.0 (0.14)	4.1 (0.18)	1.4 (0.08)	1.8 (0.10)	4.1 (0.12)
7 年級	2.1 (0.15)	4.1 (0.17)	1.3 (0.12)	1.5 (0.11)	4.1 (0.11)
8 年級	2.3 (0.16)	4.7 (0.19)	1.3 (0.07)	1.6 (0.07)	4.4 (0.15)
9 年級	2.1 (0.16)	4.3 (0.22)	1.5 (0.10)	1.7 (0.14)	4.3 (0.13)

數值為小時 (標準誤)。

表 5.11.1 國中生各健康量表問題的盛行率(%)*

	完全 沒有	輕 微	中等 程度	厲 害	非 常 厲 害
分數	0	1	2	3	4
1. 睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒	56.1*	28.9	12.5	2.1	0.4
2. 緊張不安	50.0	32.0	13.7	3.2	1.0
3. 覺得容易苦惱或動怒	35.8	30.0	24.8	8.3	1.1
4. 感覺憂鬱、心情低落	45.3	30.8	17.0	5.7	1.2
5. 覺得比不上別人	40.1	28.1	20.2	8.6	3.1

*有加權

	總分	N	%*
1 身心適應狀況良好	0~5	736	66.6
2 輕度情緒困擾，建議找家人或朋友談談，抒發情緒	6~9	260	22.8
3 中度情緒困擾，建議尋求心理諮商或接受專業諮詢	10~14	115	9.7
4 重度情緒困擾，需高關懷，建議尋求專業輔導或精神科治療	15+	15	0.9

% 為加權後之盛行率

表 5.11.2 國中生中度以上情緒困擾人數以及盛行率：

組別	總人數	情緒困擾程度					
		中度		重度		中度＋重度	
		人數	盛行率*	人數	盛行率*	人數	盛行率*
全部	1126	115	9.7%	15	0.9%	130	10.6%
性別							
男生	556	50	9.7%	5	0.3%	55	10.0%
女生	570	65	9.8%	10	1.5%	75	11.3%
年齡層							
七年級	375	26	7.3%	2	0.5%	28	7.7%
八年級	378	43	12.7%	7	1.8%	50	14.5%
九年級	373	46	9.9%	6	0.7%	52	10.5%
分層							
北一	193	19	10.7%	2	0.7%	21	11.4%
北二	192	12	6.5%	1	0.3%	13	6.8%
中部	187	13	6.5%	3	1.4%	16	7.9%
南部	185	29	14%	2	0.9%	31	14.9%
東部	168	11	5.6%	3	2%	14	7.6%
山地	201	31	16.5%	4	1.6%	35	18.2%

*加權後之盛行率

Table 5.12.1 各年級別男性國中生之青春量表表現況

	全部	七年級	八年級	九年級	P value
身高之成長					<.0001
尚未開始	31(5.8%)	19(10.7%)	8(4.6%)	4(2.2%)	
剛開始	117(21.7%)	53(29.8%)	43(24.4%)	21(11.4%)	
確定進行	376(69.9%)	103(57.8%)	123(69.9%)	150(81.5%)	
已完成	14(2.6%)	3(1.7%)	2(1.1%)	9(4.9%)	
腋毛/陰毛之成長					<.0001
尚未開始	80(14.9%)	59(33.5%)	17(9.4%)	4(2.2%)	
剛開始	145(27.0%)	62(35.2%)	56(31.1%)	27(14.9%)	
確定進行	296(55.1%)	55(31.3%)	100(55.6%)	141(77.9%)	
已完成	16(3.0%)	0(0%)	7(3.9%)	9(5.0%)	
粉刺或面皰等皮膚改變					<.0001
尚未開始	78(14.6%)	45(25.6%)	21(11.9%)	12(6.6%)	
剛開始	125(23.4%)	59(33.5%)	39(22.2%)	27(14.8%)	
確定進行	302(56.4%)	58(32.9%)	106(60.2%)	138(75.4%)	
已完成	6(1.1%)	2(1.1%)	3(1.7%)	1(0.5%)	
無皮膚問題	24(4.5%)	2(1.1%)	7(4.0%)	5(2.7%)	
聲音變低沉					<.0001
未回答	23(4.2%)	9(4.9%)	5(2.7%)	9(4.8%)	
尚未開始	128(23.0%)	69(37.3%)	39(21.3%)	20(10.6%)	
剛開始	132(23.7%)	61(33.0%)	52(28.4%)	19(10.1%)	
確定進行	228(41.0%)	43(23.2%)	77(42.1%)	108(57.5%)	
已完成	45(8.1%)	3(1.6%)	10(5.5%)	32(17.0%)	
長鬍鬚					<.0001
未回答	20(3.6%)	7(3.8%)	5(2.7%)	8(4.3%)	
尚未開始	184(33.1%)	88(47.6%)	58(31.7%)	38(20.2%)	
剛開始	178(32.0%)	63(34.0%)	64(35.0%)	51(27.1%)	
確定進行	165(29.7%)	27(14.6%)	53(29.0%)	85(45.2%)	
已完成	9(1.6%)	0(0%)	3(1.6%)	6(3.2%)	

Table 5.12.2 各年級別女性國中生之經期與青春量表表現況

	全部	七年級	八年級	九年級	P value
初經					<.0001
未回答	5(0.9%)	3(1.6%)	1(0.5%)	1(0.5%)	
是	526(92.3%)	157(82.6%)	186(95.4%)	183(98.9%)	
否	39(6.8%)	30(15.8%)	8(4.1%)	1(0.6%)	
身高之成長					<.0001
尚未開始	8(1.5%)	4(2.2%)	3(1.6%)	1(0.6%)	
剛開始	52(9.5%)	27(14.8%)	18(9.6%)	7(3.9%)	
確定進行	413(75.6%)	145(79.7%)	137(73.3%)	131(74.0%)	
已完成	73(13.4%)	6(3.3%)	131(15.5%)	38(21.5%)	
腋毛/陰毛之成長					<.0001
尚未開始	30(5.4%)	23(12.5%)	7(3.7%)	0(0%)	
剛開始	111(20.0%)	56(30.5%)	37(19.3%)	18(10.0%)	
確定進行	385(69.4%)	102(55.4%)	136(71.2%)	147(81.7%)	
已完成	29(5.2%)	3(1.6%)	11(5.8%)	15(8.3%)	
粉刺或面皰等皮膚改變					<.0001
尚未開始	41(7.3%)	24(13.0%)	12(6.2%)	5(2.7%)	
剛開始	111(19.8%)	58(31.5%)	36(18.7%)	17(9.2%)	
確定進行	380(67.7%)	94(51.1%)	137(80.0%)	149(81.0%)	
已完成	9(1.6%)	0(0%)	1(0.5%)	8(4.4%)	
無皮膚問題	20(3.6%)	8(4.4%)	7(3.6%)	5(2.7%)	

Table 5.12.3 各地區層男性國中生之青春期末表現況

	北一層	北二層	中部層	南部層	東部層	山地層	P value
身高之成長							0.0338
尚未開始	2(2.3%)	3(3.2%)	12(13.2%)	7(7.9%)	2(2.5%)	5(5.2%)	
剛開始	19(21.6%)	22(23.4%)	11(12.1%)	21(23.6%)	25(31.3%)	19(19.8%)	
確定進行	66(75.0%)	67(71.3%)	65(71.4%)	59(66.3%)	52(65.0%)	67(69.8%)	
已完成	1(1.1%)	2(2.1%)	3(3.3%)	2(2.2%)	1(1.2%)	5(5.2%)	
腋毛/陰毛之成長							NS
尚未開始	13(14.3%)	13(14.0%)	19(21.1%)	11(12.2%)	11(14.3%)	13(13.6%)	
剛開始	18(19.8%)	28(30.1%)	17(18.9%)	33(36.7%)	24(31.2%)	25(26.0%)	
確定進行	58(63.7%)	50(53.8%)	50(55.6%)	42(46.7%)	40(51.9%)	56(58.3%)	
已完成	2(2.2%)	2(2.1%)	4(4.4%)	4(4.4%)	2(2.6%)	2(2.1%)	
粉刺或面皰等皮膚改變							NS
尚未開始	15(17.1%)	15(16.3%)	12(13.3%)	13(15.1%)	10(12.3%)	13(13.3%)	
剛開始	18(20.4%)	25(27.2%)	22(24.5%)	18(20.9%)	16(19.8%)	26(26.5%)	
確定進行	47(53.4%)	47(51.1%)	52(57.8%)	52(60.5%)	51(63.0%)	53(54.0%)	
已完成	2(2.3%)	0(0%)	0(0%)	1(1.2%)	0(0%)	3(3.1%)	
無皮膚問題	6(6.8%)	5(5.4%)	4(4.4%)	2(2.3%)	4(4.9%)	3(3.1%)	
聲音變低沉							0.0842
未回答	8(8.6%)	5(5.3%)	6(6.5%)	3(3.2%)	0(0%)	1(1.0%)	
尚未開始	20(21.5%)	20(21.1%)	27(29.0%)	22(23.4%)	19(23.2%)	20(20.2%)	
剛開始	18(19.4%)	18(18.9%)	19(20.4%)	27(28.7%)	28(34.1%)	22(22.2%)	
確定進行	35(37.6%)	44(46.3%)	33(35.5%)	36(38.3%)	30(36.6%)	50(50.5%)	
已完成	12(12.9%)	8(8.4%)	8(8.6%)	6(6.4%)	5(6.1%)	6(6.1%)	
長鬍鬚							NS
未回答	7(7.5%)	1(1.1%)	6(6.5%)	5(5.3%)	0(0%)	1(1.0%)	
尚未開始	37(39.8%)	29(30.5%)	33(35.5%)	25(26.6%)	29(35.4%)	31(31.3%)	
剛開始	25(26.9%)	30(31.6%)	33(35.5%)	31(33.0%)	29(35.4%)	30(30.3%)	
確定進行	23(24.7%)	34(35.8%)	18(19.3%)	32(34.0%)	22(26.8%)	36(36.4%)	
已完成	1(1.1%)	1(1.0%)	3(3.2%)	1(1.1%)	2(2.4%)	1(1.0%)	

Table 5.12.4 各地區層女性國中生之經期與青春期量表現況

	北一層	北二層	中部層	南部層	東部層	山地層	P value
初經							NS
未回答	1(1.0%)	2(2.1%)	1(1.1%)	1(1.1%)	0(0%)	0(0%)	
是	94(94.0%)	89(91.7%)	89(94.7%)	79(86.8%)	80(93.0%)	95(93.1%)	
否	5(5.0%)	6(6.2%)	4(4.3%)	11(12.1%)	6(7.0%)	7(6.9%)	
身高之成長							NS
尚未開始	2(2.1%)	0(0%)	1(1.1%)	1(1.1%)	2(2.5%)	2(2.1%)	
剛開始	12(12.6%)	6(6.2%)	7(7.8%)	5(5.7%)	6(7.6%)	16(16.5%)	
確定進行	68(71.6%)	80(82.5%)	69(76.7%)	65(73.9%)	61(77.2%)	70(72.1%)	
已完成	13(13.7%)	11(11.3%)	13(14.4%)	17(19.3%)	10(12.7%)	9(9.3%)	
腋毛/陰毛之成長							NS
尚未開始	3(3.1%)	3(3.2%)	6(6.5%)	6(6.9%)	4(4.9%)	8(7.9%)	
剛開始	27(27.5%)	17(18.1%)	17(18.3%)	21(24.1%)	16(19.5%)	13(12.9%)	
確定進行	63(64.3%)	69(73.4%)	64(68.8%)	56(64.4%)	57(69.5%)	76(75.2%)	
已完成	5(5.1%)	5(5.3%)	6(6.4%)	4(4.6%)	5(6.1%)	4(4.0%)	
粉刺或面皰等皮膚改變							NS
尚未開始	12(12.2%)	6(6.4%)	7(7.6%)	5(5.5%)	5(5.9%)	6(5.9%)	
剛開始	17(17.4%)	21(22.3%)	15(16.3%)	19(20.9%)	18(21.2%)	21(20.8%)	
確定進行	66(67.4%)	62(66.0%)	64(69.6%)	61(67.0%)	59(69.4%)	68(67.3%)	
已完成	1(1.0%)	1(1.1%)	4(4.3%)	1(1.1%)	1(1.2%)	1(1.0%)	
無皮膚問題	2(2.0%)	4(4.2%)	2(2.2%)	5(5.5%)	2(2.3%)	5(5.0%)	

Appendix 1.1 男性國中生之過重現況及其基本特性(2011 年邱教授推估之切點)

	體重現況			P value
	過輕	正常	過重	
男性	63(11.8%)	289(55.2%)	169(33.0%)	
地區				NS
北一層	6(7.0%)	50(57.6%)	32(35.4%)	
北二層	12(12.7%)	49(52.6%)	32(34.7%)	
中部層	18(18.7%)	44(53.7%)	28(27.6%)	
南部層	10(10.5%)	50(54.5%)	31(35.0%)	
東部層	11(15.7%)	48(61.1%)	21(23.2%)	
山地層	6(11.9%)	48(57.8%)	25(30.3%)	
年級別				NS
七年級	23(13.8%)	98(54.6%)	57(31.6%)	
八年級	20(11.5%)	98(55.7%)	53(32.8%)	
九年級	20(10.3%)	93(55.5%)	59(34.2%)	

*: 本表格為加權後之數據

Appendix 1.2 女性國中生之過重現況及其基本特性(2011 年邱教授推估之切點)

	體重現況			P value
	過輕	正常	過重	
女性	50(8.8%)	347(69.4%)	136(21.8%)	
地區				NS
北一層	8(5.9%)	65(72.0%)	23(22.1%)	
北二層	12(13.6%)	58(68.5%)	22(17.9%)	
中部層	9(8.8%)	58(67.2%)	20(24.0%)	
南部層	7(8.6%)	62(70.7%)	20(20.7%)	
東部層	12(17.3%)	52(59.9%)	21(22.8%)	
山地層	2(1.9%)	52(58.0%)	30(40.1%)	
年級別				NS
七年級	16(9.0%)	111(63.7%)	49(27.3%)	
八年級	15(11.1%)	117(62.1%)	51(26.8%)	
九年級	19(7.4%)	119(77.9)	36(14.7%)	

*: 本表格為加權後之數據

Appendix 2.1 男性國中生之過重現況及其青春期特性(2011 年邱教授推估之切點)

	體重現況			P value
	過輕	正常	過重	
身高之成長				0.0186
尚未開始	3(10.3%)	18(62.1%)	8(27.6%)	
剛開始	24(21.8%)	57(51.8%)	29(26.4%)	
確定進行	31(8.9%)	199(56.9%)	120(35.2%)	
已完成	2(14.2%)	6(42.9%)	6(42.9%)	
腋毛/陰毛之成長				0.0006
尚未開始	19(25.7%)	40(54.1%)	15(20.3%)	
剛開始	16(11.6%)	78(56.5%)	44(31.9%)	
確定進行	22(8.0%)	156(56.7%)	97(35.3%)	
已完成	4(25.0%)	5(31.3%)	7(43.7%)	
粉刺或面皰等皮膚改變				NS
尚未開始	15(20.6%)	33(45.2%)	25(34.2%)	
剛開始	18(15.5%)	65(56.0%)	33(28.5%)	
確定進行	26(9.2%)	163(57.6%)	94(33.2%)	
已完成	0(0.0%)	4(80.0%)	1(20.0%)	
無皮膚問題	2(8.3%)	13(54.2%)	9(37.5%)	
聲音變低沉				0.0351
尚未開始	20(16.5%)	52(43.0%)	49(40.5%)	
剛開始	17(13.6%)	73(58.4%)	35(28.0%)	
確定進行	18(8.7%)	130(62.5%)	60(28.8%)	
已完成	7(15.9%)	22(50.0%)	15(34.1%)	
長鬍鬚				0.0244
尚未開始	30(17.9%)	82(48.8%)	56(33.3%)	
剛開始	13(7.7%)	97(57.7%)	58(34.6%)	
確定進行	15(9.5%)	96(60.8%)	47(29.7%)	
已完成	3(33.3%)	2(22.2%)	4(44.5%)	

Appendix 2.2 女性國中生之過重現況及其青春期特性(2011 年邱教授推估之切點)

	體重現況			P value
	過輕	正常	過重	
初經				<.0010
是	37(7.5%)	328(66.8%)	126(25.7%)	
否	11(29.0%)	18(47.4%)	9(23.6%)	
乳房之發育				<.0001
尚未開始	39(7.8%)	332(66.5%)	128(25.7%)	
剛開始	4(40.0%)	1(10.0%)	5(50.0%)	
確定進行	2(22.2%)	6(66.7%)	1(11.1%)	
已完成	5(33.3%)	8(53.3%)	2(13.4%)	
身高之成長				NS
尚未開始	1(14.3%)	5(71.4%)	1(14.3%)	
剛開始	1(2.1%)	31(66.0%)	15(31.9%)	
確定進行	41(10.7%)	250(64.9%)	94(24.4%)	
已完成	4(5.6%)	47(66.2%)	20(28.2%)	
腋毛/陰毛之成長				NS
尚未開始	5(16.7%)	18(60.0%)	7(23.3%)	
剛開始	15(14.6%)	65(63.1%)	23(22.3%)	
確定進行	24(6.7%)	239(66.9%)	94(26.3%)	
已完成	3(10.7%)	17(60.7%)	8(28.6%)	
粉刺或面皰等皮膚改變				NS
尚未開始	4(10.5%)	26(68.4%)	8(21.1%)	
剛開始	13(12.5%)	67(64.4%)	24(23.1%)	
確定進行	31(8.7%)	233(65.3%)	93(26.0%)	
已完成	1(11.1%)	3(33.3%)	5(55.6%)	
無皮膚問題	1(5.6%)	14(77.8%)	3(16.6%)	

Appendix 3.1 男性國中生之過重現況及其家庭特性(2011 年邱教授推估之切點)

	體重現況			P value
	過輕	正常	過重	
父親教育程度				NS
小學以下	4(16.7%)	18(75.0%)	2(8.3%)	
國中	8(8.8%)	48(52.7%)	35(38.5%)	
高中	32(13.9%)	126(54.8%)	72(31.3%)	
大學以上	19(11.3%)	92(54.8%)	57(33.9%)	
母親教育程度				NS
小學以下	4(14.8%)	16(59.3%)	7(25.9%)	
國中	8(10.8%)	43(58.1%)	23(31.1%)	
高中	36(13.2%)	137(50.4%)	99(36.4%)	
大學	15(10.9%)	87(63.0%)	36(26.1%)	
父親籍貫				NS
閩南	38(12.3%)	167(54.2%)	103(33.4%)	
客家	11(14.9%)	48(64.9%)	15(20.2%)	
大陸各省市	6(13.0%)	21(45.7%)	19(41.3%)	
原住民	8(3.3%)	50(58.1%)	28(32.6%)	
母親籍貫				NS
閩南	38(12.3%)	169(54.7%)	102(33.0%)	
客家	9(16.1%)	34(60.7%)	13(23.2%)	
大陸各省市	5(10.4%)	27(56.3%)	16(33.3%)	
原住民	9(9.6%)	53(56.4%)	32(34.0%)	
其他	2(25.0%)	2(25.0%)	4(50.0%)	
家戶收支平衡				NS
足夠且有餘	17(15.2%)	58(51.8%)	37(33.0%)	
剛好足夠	28(11.6%)	138(57.0%)	76(31.4%)	
有些困難	13(11.0%)	66(55.9%)	39(33.1%)	
很困難	5(11.4%)	24(54.5%)	15(34.1%)	
父親之肥胖情形				0.0629
過瘦	1(14.3%)	4(57.1%)	2(28.6%)	
正常	33(16.8%)	113(57.4%)	51(25.8%)	
過重	18(11.5%)	87(50.6%)	67(38.9%)	
肥胖	9(7.5%)	70(58.3%)	41(34.2%)	
母親之肥胖情形				0.0043

過瘦	9(25.7%)	18(51.4%)	8(22.9%)
正常	41(13.5%)	176(58.1%)	86(28.4%)
過重	6(6.7%)	49(54.4%)	35(38.9%)
肥胖	7(10.4%)	28(41.8%)	32(47.8%)

Appendix 3.2 女性國中生之過重與減重現況及其家庭特性(2011 年邱教授推估之切點)

	體重現況			P value
	過輕	正常	過重	
父親教育程度				NS
小學以下	1(3.3%)	18(60.0%)	11(36.7%)	
國中	7(6.8%)	68(66.0%)	28(27.2%)	
高中	23(11.3%)	131(64.2%)	50(24.5%)	
大學	18(10.1%)	117(65.4%)	44(24.5%)	
母親教育程度				NS
小學以下	1(2.7%)	24(64.9%)	12(32.4%)	
國中	8(8.1%)	67(67.7%)	24(24.2%)	
高中	24(10.3%)	149(63.7%)	61(26.0%)	
大學	15(9.9%)	99(65.1%)	38(25.0%)	
父親籍貫				0.0327
閩南	34(11.1%)	204(66.9%)	67(22.0%)	
客家	8(11.4%)	43(61.4%)	19(27.2%)	
大陸各省市	4(7.7%)	36(69.2%)	12(23.1%)	
原住民	3(3.3%)	53(58.2%)	35(38.5%)	
母親籍貫				0.0466
閩南	29(9.3%)	208(66.5%)	76(24.3%)	
客家	10(17.5%)	36(63.2%)	11(19.3%)	
大陸各省市	4(8.0%)	35(70.0%)	11(22.0%)	
原住民	3(3.3%)	53(58.9%)	34(37.8%)	
其他	2(12.5%)	11(68.8%)	3(18.7%)	
家戶收支平衡				NS
足夠且有餘	11(10.9%)	72(71.3%)	18(17.8%)	
剛好足夠	23(9.8%)	152(64.7%)	60(25.5%)	
有些困難	14(9.8%)	84(58.7%)	45(31.5%)	
很困難	2(4.2%)	34(70.8%)	12(25.0%)	
父親之肥胖情形				0.0257
過瘦	1(24.3%)	6(85.7%)	0(0.0%)	
正常	23(11.6%)	133(67.2%)	42(21.2%)	
過重	17(10.5%)	103(63.6%)	42(25.9%)	
肥胖	6(4.8%)	74(58.7%)	46(36.5%)	
母親之肥胖情形				<.0001

過瘦	4(18.2%)	16(72.7%)	2(9.1%)
正常	32(11.0%)	205(70.5%)	54(18.5%)
過重	6(5.2%)	69(60.0%)	40(34.8%)
肥胖	3(3.9%)	38(50.0%)	35(46.1%)

Appendix 4.1 男性國中生之過重現況及其健康與生化指標特性(2011 年邱教授推估之切點)

	體重現況			P value
	過輕 (n=63)	正常 (n=289)	過重 (n=169)	
身體質量指標	16.0±0.9	19.2±1.5	26.5±3.6	<.0001
腰腿比	1.56±0.11	1.51±0.14	1.60±0.15	<.0001
收縮壓	98.3±7.1	106.0±9.7	113.0±11.1	<.0001
舒張壓	58.9±7.1	59.4±8.2	61.4±9.2	0.0235
膽固醇	159.3±25.8	149.7±24.4	163.0±29.4	<.0001
三酸甘油酯	58.4±21.6	62.5±24.6	94.0±41.4	<.0001
血糖	96.5±7.0	96.5±7.2	97.3±13.2	NS
高密度脂蛋白膽固醇	60.3±12.9	54.6±11.6	46.3±9.9	<.0001
低密度脂蛋白膽固醇	87.0±25.0	82.4±19.5	97.8±26.4	<.0001
尿酸	5.6±1.2	6.2±1.2	7.4±1.3	<.0001
C 反應蛋白				<.0001
<1	44(14.1%)	197(63.1%)	71(22.8%)	
>=1	7(5.3%)	45(34.1%)	80(60.6%)	

Appendix 4.2 女性國中生之過重現況及其健康與生化指標特性(2011 年邱教授推估之切點)

	體重現況			P value
	過輕 (n=50)	正常 (n=347)	過重 (n=136)	
身體質量指標	16.1±0.9	19.3±1.5	25.4±3.3	<.0001
腰腿比	1.59±0.11	1.56±0.11	1.57±0.10	NS
收縮壓	95.5±6.9	98.7±7.8	102.9±8.5	<.0001
舒張壓	60.4±7.4	59.8±7.6	59.9±7.5	NS
膽固醇	163.8±30.4	161.3±27.3	160.4±27.4	NS
三酸甘油酯	77.2±29.4	67.9±23.7	82.6±37.2	<.0001
血糖	94.1±6.5	93.5±6.0	96.3±16.7	0.0289
高密度脂蛋白膽固醇	58.6±12.3	57.9±12.0	48.9±10.2	<.0001
低密度脂蛋白膽固醇	89.2±24.6	89.8±23.0	94.9±24.9	NS
尿酸	4.5±0.7	4.8±0.9	5.4±1.1	<.0001
C 反應蛋白				<.0001
<1	32(9.1%)	253(71.6%)	68(19.3%)	
>=1	4(4.5%)	36(40.4%)	49(55.1%)	