

# I'm sorry, Dionysus ! 酒精不耐症衛教黑客松

## 壹、 宗旨

人體內的 ALDH2 酵素(乙醛去氫酶)能將有毒之酒精代謝物乙醛轉化為無毒之乙酸。酒精所轉化的乙醛在 2007 年已被國際衛生組織(WHO)列為一級的致癌物。然而有一大部分的人屬於 ALDH2 酵素基因缺損，無法正常代謝酒精轉化的乙醛，導致喝酒臉紅、心跳加快、宿醉等症狀，罹患上消化道與呼吸道癌症的機率比一般人高出 50 至 100 倍。凡具上述症狀者統稱為患有「酒精不耐症」。

台灣酒精不耐症的盛行率居世界第一，將近二分之一的國人體內缺乏該酵素。這些大眾不適合飲酒，許多日常飲酒量的建議也不適合這類大眾，但目前國人認知此健康議題的普遍程度卻不足。

本次競賽旨在喚醒台灣國民對 ALDH2 缺乏的意識，針對酒精不耐症、癌症和其他疾病的預防進行衛教和宣導。

## 貳、 目的

鼓勵大專院校學生應用所學發揮創意，設計「酒精不耐症」衛生教育相關教材、教具與多媒體宣導軟體，希望藉本活動之辦理，促進交流觀摩與提升衛教宣導成效、品質，增進民眾學習興趣。

## 參、 辦理單位

- 一、主辦單位：台灣酒精不耐症協會、台灣醫學生聯合會公共衛生部門
- 二、指導單位：衛生福利部心口司、財團法人王德宏教授消化醫學基金會

## 肆、 競賽須知及內容

- 一、參賽對象：全國青年
- 二、競賽內容：
  - (一)、宣導主題：酒精不耐症
  - (二)、宣導內容：創意包裝酒精不耐症相關知識，例如：「喝酒臉紅，癌症爆棚」。
  - (三)、宣導對象：可自行選擇，例如：校園、社區、職場、酒駕道安講習等。
  - (四)、競賽方法：
    - (1) 倡導酒精不耐症與飲酒戒除議題相關之衛教宣導素材設計。素材形式可為粉絲頁、QR Code、海報、微電影、或其他具創意之互動性素材，表現形式不設限，符合主題之創意表現皆可。

- (2) 主辦單位於現場僅提供海報紙、麥克筆、便利貼等基本文具，若有其他輔助道具需自備。
- (3) 黑克松期間時間有限，若無成品可呈現，得先交一份企劃書(附件 1)說明作品理念與未來規劃。
- (4) 每組以「5000 元」為預算進行衛教活動規劃。

[備註] 企劃展示獲得前五名之組別得上台進行呈現，前三名將獲得 5000 元執行費，進行實際衛教。

(五)、 競賽流程圖：



三、 衛教宣導素材，不得有抄襲、仿冒之情形或有侵害他人著作權者，如經發現屬實將取消得獎資格與追回獎狀、獎金，並應自負相關法律責任。

四、 參賽作品須無償授權台灣酒精不耐症協會宣導活動使用，參賽者皆須填寫著作財產權轉讓同意書。

五、 獎項

- (一)、 第一名：機票 1 張、獎金 6000 元。
- 第二名：機票 1 張、獎金 4000 元。
- 第三名：獎金 3000 元。
- 最佳人氣獎：酒害抱枕每人 1 個
- 參加獎：ALDH2 檢測衛生包。

(二)、 前三名由評審老師遴選，最佳人氣獎由參加者遴選。

## 六、得獎義務

- (一)、前三名將可獲 5000 元執行費，需與評審團一同前往社區或其他單位履行衛教，完成後再進行前三名之名次評定。
- (二)、第一名與第二名得派一名代表參加 2018 年 10 月於史丹佛大學舉辦之 Stanford - Taiwan ALDH2 Deficiency Research (STAR) Symposium，來回機票由主辦單位提供。

## 七、評分標準 (詳細請參閱 附件 2)

	衛教宣導素材設計
評審團 評比計分項目	1.目標/主題的明確性 30%。 2.設計的創意與創新 30%。 3.設計的完整性 20%。 4.設計的實用性 20%。
最佳人氣獎	由學員進行投票。

## 陸、 活動流程

第一天	流程
09：00～09：30	報到
09：30～10：	開幕
10：00～10：50	酒精攻陷到哪了？酒害概論 講者：台北慈濟醫院身心科陳益乾主任
11：05～11：55	沒被酒神眷顧的我們：ALDH2 Deficiency 講者：美國史丹佛大學醫學院陳哲宏教授
11：55～13：00 午餐	
13：00～13：50	向所有理性的英雄致敬：飲酒行為面面觀 講者：輔大公衛系陳富莉教授
14：05～15：15	我來說故事：喝酒容易，戒酒難？ 講者：真人圖書館
15：30～16：20	人人都可以成為倡議大使：從菸害防制看 ALDH2 衛教 講者：前國民健康局副局長趙坤郁醫師
16：25～17：00	組隊(6-8 人/組，共十組)、競賽講解

第二天	流程
08：30～09：00	報到
09：00～11：30	各組討論與顧問時間(將邀請講者、評審團、民眾擔任顧問，提供實務經驗，讓各組詢問衛教方案是否可行或修正)
11：30～12：30	企劃展示(十組)
12：30～13：30 午餐、評審團遴選前五名	
13：30～15：50	上台發表(五組)
15：50～16：30	投票：評審團遴選前三名，學員遴選最佳人氣獎
16：30～17：30	公布名次與閉幕(前三名與評審團討論衛教實踐之細節)

【附件 1】

I'm sorry, Dionysus ! 酒精不耐症衛教黑客松

設計作品創作說明表

作品名稱	
宣導對象	
教學目標	
設計動機 作品內容 教學目標 說明	
預算費用	5000 元 新台幣 (固定上限)
預算運用	

【附件 2】

評分規則

評分項目	子項目	項目敘述
目標群眾分析 20%	語言/年齡層分布	針對不同族群、城鄉、年齡層，除基本的國、台、客語與原住民語言之外，也須了解目標群眾(target audience)用字遣詞的習慣。例如用「嚇到吃手手」來代表「驚嚇」，就不適合用於 35 歲以上之群眾。
	內外在動機	針對健康知識，多數人是缺乏內在動機的，而且實務上要引起目標群眾之內在動機非常不容易；因此，在衛教活動設計上，也常常提供外在誘因，吸引目標群眾參與衛教活動或強化記憶。
內容設計 40%	表達方式	表達方式是否具有創意；用字遣詞是否自然、精煉、淺顯易懂、幽默風趣及其他有助於目標群眾理解、維持目標群眾注意力等因素。
	資訊架構	短時間內能夠記住的內容有限，是人類大腦的限制。尤其是年長族群，在認知功能下降的前提下，同一時間能記住的項目會遠少於年輕人，因此在架構上除了重視邏輯性，資訊密度之安排亦須注意。
	時間掌握	多數人在未經訓練下，口語表達會有許多冗詞贅字，而造成衛教時間往往遠超過預期，造成目標群眾在衛教後期注意力分散，不僅資訊傳遞效率差，也會干擾前期所建立的相關記憶。
	效益評估	如何有效評估衛教內容有助於目標群眾對於議題之了解？
傳播設計 10%	傳播管道	有好的內容，亦需有好的傳播管道。社區講座、醫療院所衛教、電台廣播、報章雜誌、偶像劇/八點檔置入型宣傳、傳統新聞媒體、數位/社群媒體等，都是目前常見的衛教管道。如何挑選適合的傳播管道，或多管齊下，亦是衛教設計上相當重要的項目。
計畫可行性 30%	成本	所有計畫執行都必須考慮人力、時間與費用等三項成本，否則往往會過於理想或樂觀，而無法實踐，因此計畫可行性是評估要項之一。
	永續經營計畫	衛教活動絕非單次就可以達到目的，因此必須考慮永續經營之方式，讓衛教資訊可以持續擴散與推播。