

臺大醫院攜手臺灣楓城泌尿學會 全面 照顧男性健康 響應 Movember - Go big for men's health 男性健康月活動



臺大醫院攜手臺灣楓城泌尿學會 全面照顧男性健康
響應 Movember - Go big for men's health 男性健康
月活動記者會-大合照

「Movember」，是一個由 "moustache (小鬍子)"
" 及 "November (11 月)" 組合而成的詞語，為一

項全球性的活動，活躍於歐美地區，以 11 月為代表月份，旨在提高男性對健康問題的意識，關注男性的生理、心理及各方面的健康，特別是攝護腺癌、睪丸癌、男性心理健康等問題。活動鼓勵參與者在這個月留鬍子，以傳遞健康知識訊息並喚起社會關注。臺大醫院對於男性健康至為重視，與臺灣楓城泌尿學會合作，首次引入 Movember 概念至臺灣，全面推廣男性的生理、心理及行為健康知識，照顧男性健康，臺大醫院泌尿部闕士傑主任及醫師們也難得的留起鬍子響應本活動。

男性健康月活動包含以下要點：

- 一、關注生理健康：男性需要被關注的生理狀況，包括心血管問題、消化系統健康、骨骼健康和性健康等，尤其是高血壓、高膽固醇、糖尿病、攝護腺癌等與生活方式和遺傳有關的健康問題。

Movember 活動特別重視在傳遞攝護腺癌、睪丸

癌和其他男性健康問題的知識，提供支持和改善患者的生活質量。此外，Movember 還要提醒人們男性也有更年期，其帶來的影響與生活品質息息相關，不容忽視。

- 二、促進健康行為：男性健康與健康行為密切相關，包括飲食、運動、戒菸、戒酒和保持健康體重。採取積極的健康行為可以降低罹患慢性疾病的風險。臺大醫院泌尿部鼓勵大家定期接受健康檢查，通過一般健康檢查、癌症篩檢、心血管疾病風險評估和性健康檢查，可早期診斷和預防，從而提高男性的生活質量和壽命。
- 三、重視性健康：男性健康還包括性健康問題，如性功能障礙、性傳播感染疾病的預防和治療，以及性與伴侶關係的緊密。
- 四、凝聚病友互助：Movember 鼓勵人們建立病友團體，並積極參與，分享他們的故事，提供互助及支持，以減少男性在面對健康問題時的孤獨感。

男性健康問題因個體差異而異，關注男性健康對於維護健康和預防疾病至關重要。Movember 活動旨在提高對男性健康問題的認識，鼓勵男性了解他們的健康風險，並提供一個支持網絡，以幫助男性尋求適當的心理健康支持和治療。臺大醫院泌尿部與臺灣楓城泌尿學會，誠摯邀請大家一同來關心男性健康，鼓勵其接受定期健康檢查，並為男性朋友和家人提供支持和後盾，讓我們 Go big for men's health，一起為男性健康努力！

公共事務室