

- 壹、06 月 16 日：高三畢業典禮
06 月 17 日：週會－藝文講座
06 月 24 日：班會－交通安全教育

貳、宣 導 事 項：

一、教 學 組：

- (一)、6 月 20 日(六)補上 6 月 26 日(五)課程，請同學務必記得要來上課。
(二)、6 月 25~28 日(四~日)為端午連假。連假期間若有出遊請注意安全，也千萬不要荒廢課業。
(三)、校網→最新公告→校外轉知，有許多升學、獎學金、營隊、課程等相關資訊，提醒同學經常瀏覽，可從中獲取對自己有利的訊息。
(四)、各位同學若有任何學籍資料的異動或錯誤(例如居住地址、電話)，請至進修部辦公室找美珍小姐修改，務必確保資料正確無誤，以免影響個人權益。

二、學 務 組：

- (一)、畢業歡送晚會圓滿落幕，感謝班聯會辛苦籌備，也謝謝老師和同學們熱情參與。
(二)、6/15(一)下午一點於游藝館進行高三畢業典禮預演。
(三)、6/16(二)畢業典禮詳細流程將公告班級導師與各班班長。

三、教 官 室：

- (一)、請銷假事宜：
同學如遇事故無法到校，請先行向導師說明，並於返校後三日內(不含假日)將假卡交家長、導師簽署後，送交教官室桌面，超過三日依規定記警告乙次，超過七日將不予准假。如有問題可隨時向教官室反映處理。
- (二)、生活常規宣導事宜：
請各位同學確依本校手機使用規定，非使用時間不得使用，違者須於上課前放置教官室統一保管放學後始可領回，維持一學期。
- (三)、校園安全要求：
(1)教官室將不定期至停車棚實施檢查，如發現未依規定申請車位而停車者，將依校規處分，並依規定繳納整學期停車費用。
(2)本校校門目前人車管制，除工讀生或老師申請上課的同學外，請同學於 16:00 後再進入學校，另有申請平日或假日返校同學，請務必穿著運動服裝，否則大門將不予放行。
- (四)、近期發現有部分同學於上課期間外出並未依規定填寫外出單，請同學遵守本校請假外出規定，如發現者依校規處分。
- (五)、服裝儀容規定：
爾後教官室將不定期至教室檢查，如有發現未依規定穿著校服者，將處以實施愛校服務單乙張，請同學務必遵守本校服裝儀容規定。

四、衛 教 工 作：

衛生教育－

大家都會有傷口發生的時候，但對於傷口自行照護觀念都正確嗎？

作者：皮膚專科 游懿聖 醫師

傷口照護四重點：清創、上藥、包紮、更換，請務必要學起來！

★傷口照護第一步：清創

清創，光用想的就覺得很痛，事實上，也真的很痛。

然而，傷口照顧不好，最常見的原因，就是清潔不當。

可能因為很痛，所以來門診的患者，通常上藥時都小心翼翼的，不敢直接清潔傷口，一天又一天下來，傷口上面累積了上次擦的藥膏、硬掉的血塊、乾掉的組織液，層層堆疊在傷口上，這些廢棄物，其實會阻礙皮膚新生，延緩傷口收口的時間。

我們可以把破損的皮膚，想成是柏油路上的一個坑洞，今天要把坑洞補滿，第一步驟，就是先把坑洞內的雜物移除。假如今天坑洞內，堆滿了廢棄輪胎、施工號誌、玻璃碎片，堆得都滿出坑洞了，這個坑，是無法直接鋪柏油的；所以要填坑之前，需要先把廢棄物移除，然後再補土、填沙，最後再鋪上柏油

皮膚破損也是類似的道理，假如今天傷口上面滿布著廢棄物，皮膚細胞也無法直接翻山越嶺的生長過去，所以傷口照護的第一步，就是妥善的清創。

清創請用無菌棉棒，以無菌生理食鹽水沾濕，由內往外，把舊的藥膏、黑黑的血塊、連同黃色的組織液都清除。記住，用沾濕的棉棒慢慢清洗傷口。

【背面尚有資料】

有時候傷口太乾，並不是因為皮膚已經長好了，而是因為傷口上面覆蓋了乾掉的組織液，這時候，可以先用浸濕的紗布覆蓋傷口，也就是利用紗布濕敷傷口，大約十分鐘之後，等到乾涸的傷口表面都軟化了，再開始用棉棒清創。

大部分患者，對傷口要清潔到甚麼階段，往往感到很困惑，這時候，我會示範給他看，傷口清潔到甚麼階段，才叫乾淨的傷口，其中的大原則是：清潔傷口到沒有看到白色的藥膏、黑色的血塊，傷口床呈現粉紅色的時候，就可以說是一個乾淨的傷口。

由於傷口深淺不一，有的還會合併感染，所以建議外傷的第一時間，可以先找住家附近的醫療院所幫忙評估傷口，以及教導傷口護理的方法。

有的傷口，會合併一些纖維組織附著，一時之間無法全部移除，這就需要居家換藥時，自己也做好一定程度的清創，每天一、兩次，清潔傷口，才能讓傷口快點癒合。

★傷口照護第二步：上藥

最痛苦的清創結束，第二步驟就輕鬆許多，傷口照護的第二步驟是：上藥。

每個傷口深淺不一，組織液滲出的情形不同、合併的感染程度也不同，因此，傷口用藥，請在醫師建議下使用。大部分的外傷上藥，請用乾淨的乾棉棒沾藥膏，在傷口上薄擦一層藥膏即可，不需要厚敷

★傷口照護第三步驟：包紮

在門診，常常會看到有些患者，故意不包紮傷口，讓傷口裸露在空氣中，他們的一致說法是這樣的：「傷口要乾燥才會收口，包住了會悶住傷口，所以我都不包。」這是錯的！這是錯的！這是錯的！

傷口不是鹽酥雞，鹽酥雞包起來軟爛潮濕就風味盡失，至於傷口是需要保護的皮膚缺損，請用科學的方法來照顧。包紮傷口，請用滅菌過的紗布覆蓋，邊緣再用紙膠固定

傷口初期，需要白血球來吞掉外來的細菌及外來物，需要纖維母細胞移行、增生、進行修復，需要上皮細胞從傷口周圍移行、長出新的皮膚，這些步驟，都必須在濕潤的傷口床上，才能順利進行。

傷口包覆紗布或敷料，可以保護傷口，免於環境中的各種細菌、病毒伺機性感染，如果敷料能提供傷口床一個濕潤又抑菌的環境，確實會縮短傷口癒合需要的時間。

當傷口的癒合條件良好，自然滲出液就減少，慢慢的傷口就會越來越乾爽，一直到新生的皮膚完全覆蓋好傷口，這時候的新生皮膚，才是真正的「乾燥」。

★照護傷口第四步驟：更換

上面提到，濕潤的傷口床，有利於組織新生、傷口癒合，然而潮濕悶熱的環境，也是細菌的溫床，所以勤換藥，也非常重要。（紅、腫、熱、痛別大意 - 蜂窩性組織炎）

一般的傷口，一天兩次換藥就足夠了，然而面對滲出液很多的傷口，或是不小心弄濕傷口，只要覆蓋在外層的敷料濕了，就請換藥。

五、輔導室：

(一)、預定升學的高三同學，輔導室有升學相關資訊歡迎利用：

(1)歷屆學長姐的備審資料。

(2)口面試考古題。

(3)落點分析參考書籍等。

(二)、升學制度改變-108學年度起甄選入學，「專題製作學習成果及專業實習科目學習報告」列為審查資料必繳項目！請未來欲採甄選入學方式升學的同學，儘早與專業科目老師討論及準備！

(三)、二樓置物櫃上方，公佈欄旁邊，已張貼升學相關及多元入學管道資訊，請同學抽空去看看。

(四)、天氣漸漸炎熱，難免會心浮氣躁，可能會影響情緒起伏。當你覺得心靜不下來的時候，不妨試著放慢自己的步調，深呼吸幾口氣，等一切恢復常態再進行做決定或行動喔！

(五)、溫「心」加油站：

生命不是要超越別人，而是要超越自己。

六、導師的話：