



金雞報喜 迎新春



新春賀辭



雞鳴一聲除舊歲，爆竹一聲迎新春。隨著農曆春節將屆，在此先祝福國泰綜合醫院所有同仁，新年快樂，事事順心。

2016年是醫界大評鑑年，北部多家醫院都在去年面臨醫學中心評鑑的考驗，能在此次競爭激烈的醫中評鑑順利通過，在此要特別感謝國泰綜合醫院全體同仁上下一心，努力不懈，讓我們醫療品質再度獲得肯定。

今年2017年適逢本院創院滿40週年，感謝董事長長期以來的支持及歷任院長過去所奠下的穩固基礎，同時同仁持續不斷精進，追求卓越，讓國泰綜合醫院成長茁壯發展成今日四院區的規模。未來的日子，期盼各位同仁持續追求成長，再創佳績，以卓越的醫療品質服務廣大民眾，成為民眾最信賴的醫院。



總院 李發焜 院長

雞鳴春到新年好，萬象更新鴻運開，謹慎感恩珍惜心情，向全院員工、社區民眾及病友家屬祝賀！祝福大家新春吉祥、闔家平安、福慧壽增長。

2016年，感謝護理、醫療單位及全體員工的努力與耕耘，讓護理人力短缺、病床難求的窘境得以舒緩。伴隨醫護人力到位、離職人數下降、住院病床及手術室增開，工作量因而增加的同時，大家無怨無悔堅守崗位，共展團隊量能。感佩您們天使大愛、勇於承擔與無私奉獻，讓本院病人更加安全健康，讓本院服務更加品質保障。

2017年，是醫院開院第十二年，也是醫院守護社區第十二年。醫院任重道遠，期許能發展新醫療技術與項目，提供更適切需求的在地服務；

謹慎祝願囑託，堅定「醫療服務回饋社會」的宗旨目標，更嚴謹地精進醫療照護、更積極地營造幸福職場、更全方位地建構友善社區醫院。

機會與挑戰同在，榮耀與夢想共存！2017年，將是更務實璀璨的一年！值此新春改歲之際，向所有關心本院的長官、夥伴們拜年，祝福大家，雞年行大運，萬事皆如意！



汐止國泰綜合醫院 李毓芹 院長



新竹國泰綜合醫院 李興中 院長

新年的鐘聲已經敲響！在這辭舊迎新的時刻，向各位說幾句吉祥話，祝福各位在未來的日子都能順利平安！伴隨著鐘聲，新竹國泰綜合醫院又陪您渡過了一年的春夏秋冬，嶄新的2017年，請繼續讓我們守護您的健康，與您一同邁向新的一年！

本院在大新竹地區即將邁入15個年頭，這5,000多個日子裡迎風展翅面對挑戰，也在太陽下揮灑汗水、不斷成長茁壯，因應時代變遷、社會進化的需求，我們不斷的蛻變展現新面貌。為提供優質且完整的產前照護，2016年推動對孕婦重要且具有意義的「產前關懷課程」及「妊娠糖尿病整合照護」跨團隊醫療服務。配合政府力推癌症防治提升計畫，透過醫療、護理及行政的全員努力下，成效逐漸展現，榮獲國健署癌症篩檢績優醫療院所「金獎」的肯定。也受衛福部食品藥物管理署「醫療器材不良通報績優」表揚，顯示本院落實正確通報醫療器材不良品及不良反應之積極。自許未來保持這顆積極的心，為民眾謀求最大的福利。

為持續提升生產品質，特別將「LDR樂得兒產房」帶入竹苗地區，使大新竹地區的產婦也能享有五星級的生產環境。眼科的黃斑部病變整合型醫療照護，也獲得醫療院所類/醫院特色醫療組之國家品質標章SNQ認證，期許未來大新竹地區的鄉親，都能享有便利、多元及優質的醫療資源。

有您的支持與鼓勵，新竹國泰綜合醫院大步邁向2017的新旅程，未來將有嶄新的樣貌！希望在邁向第15個年頭之際，期許能夠時時順意、事事順心，共同攜手迎接新的一年！

揮手告別2016迎向嶄新2017，僅代表內湖國泰診所祝福大家新春如意，闔家平安，心想事成。

回顧猴年，內湖國泰診所在全體同仁群策群力打拼下，以「成為內科園區最值得信賴醫療院所為努力目標」的宗旨，致力於醫療專業、品質提昇及社區健康照護醫療，讓內湖區民眾有溫馨及舒適之就醫環境。

過去一年診所深耕社區及職場，並榮獲台北市衛生局頒發「健康體重管理獎第一名」、「流感疫苗接種基層診所組績優」、「社區健康營造團體獎」等獎項，優異的成果已連續多年榮獲台北市衛生局公開表揚，深獲官方及各社區職場民眾的肯定與嘉許，成功提升國泰醫療網公益形象。

展望金雞年，內湖國泰診所將以最大的熱情與活力繼續提供內湖區居民各項周全且優質的醫療照護，並以更堅強的專業醫療團隊服務民眾並貼近病患需求。

欣逢新春，祝福全體民眾及國泰醫療網的同仁，雞祥歡喜慶團圓，永保安康喜氣洋！



內湖國泰診所 林思源 院長

- 03 特別報導
追求品質~「沒有最好，只有更好」
- 04 醫學報導
面目一新迎接新的一年
- 05 醫學報導
年前修修面迎接嶄新的一年
- 06 醫學報導
農曆過年期間長時間憋尿
小心急性膀胱發炎
- 08 醫學報導
伸展做到位 運勢再加倍
小心過年打牌久坐偷走您的健康
- 10 國際醫療
斐濟國際醫療
- 12 國際醫療
35度天空下
斐濟國際醫療 耳鼻喉科經驗
- 14 國際醫療
斐濟國際醫療 糖尿病照護
- 16 活動花絮
- 21 特別報導
新竹國泰綜合醫院眼科榮獲
「SNQ標章」認證 創新服務備受肯定
- 22 特別報導
門診智慧型無線生理監測傳輸系統
改善資訊流 提升醫療服務品質
- 24 醫學報導
新手媳婦的年節焦慮—談婆媳問題
- 25 特別報導
寒冬送暖
幫助弱勢兒溫飽肚子 不再挨餓
- 26 健康小站
減重小幫手-Application (App)
- 28 特別報導
愛心志工服務團20歲生日快樂！
- 29 院務消息
- 30 活動佈告欄



宗旨

以醫療服務回饋社會

願景

成為最受民衆信賴的醫學中心

目標

成為以病人為中心的全人醫療照護機構
培育教學、研究與創新的卓越人才
強化急、重、難症醫療服務

核心價值

誠信 當責 創新

出版者 國泰綜合醫院
發行人 李發焜
社長 李豐鯤
總編輯 林敏雄
編輯顧問 曾繁榮、林憲忠
執行編輯 陳元春、黃凱麟、張瓊文

電話 02-2708-2121 分機1322
傳真 02-2709-7911
網址 www.cgh.org.tw

設計印製統合 長榮國際

版權所有，非經本刊及作者同意，不得作任何形式之轉載
或複製如對刊物內容有任何疑問，
請洽02-27082121 分機1322



圖1 醫策會醫療品質獎擬真情境類獲獎團隊代表

圖2 國泰綜合醫院李嘉龍副院長(左七)帶領雲端藥歷專案團隊合影

追求品質~「沒有最好，只有更好」

✦ 國泰綜合醫院 品質管理中心副主任 / 洪聖惠

醫療品質與病人安全是國泰綜合醫院的核心價值，創院以來，我們一直期許要以最好的設備、最優秀的人才及最貼心的服務，提供民眾最高水準的醫療。

在董事會及管理階層引領之下，於2006年成立品質管理中心，專責推動醫療品質與病人安全工作，這十多年來我們追隨著國家政策腳步，長期、專注投入於促進醫品病安工作，建立良好的品質基礎建設，持續監測，透過系統性、結構性的方法進行品質改善，此外，以積極研發智慧醫療，運用資訊科技的協助，完成許多重大品質改善的專案；近來更善盡醫學中心的責任，積極輔導地區醫院協助提升醫療品質。

國泰綜合醫院在醫療品質與病人安全管理上著墨甚深，歷年來持續積極參與全國各式醫療品質競賽，鼓勵運用各種品質管理手法進行流程重整與跨團隊改善，除此，在提升醫療團隊合作方面，國泰綜合醫院更前瞻性的導入團隊合作概念於臨床模擬訓練，自2011年起，運用高科技模擬設備，針對病人醫療照護流程進行醫療人員教學，使得照護流程更有品質效率及安全，達到整合全人照護之服務。

在多年耕耘之下，2016年成果豐碩，國泰綜合醫院藥劑科榮獲醫策會「醫療品質獎系統類卓越中心獎」、以及急診團隊、內科加護病房團隊雙雙獲得「擬真情境類金獎」，小兒團隊榮獲「擬真情境類潛力獎」(圖1)，國泰醫療網院際智慧化物流管理系統榮獲醫療品質協會全國品管競賽「金品獎」之殊榮。除此之外，響應國家推動用藥整合、健保署積極推動雲端藥歷查詢之方案，由李嘉龍副院長、內科部林慶齡副部長親自帶領，組成跨團隊專案小組(圖2)，建置雲端藥歷查詢資訊系統，辦理各式宣導活動，推動門診及住院病人雲端藥歷同意書簽署、宣導醫師查詢，有效避免重複用藥及資源浪費，維護病人用藥安全。本專案亦榮獲許多外界肯定，包括先鋒全國品管圈大賽金銀獎以及中衛發展中心全國團結圈比賽銅塔獎等殊榮。

再次感謝外部機構以及民眾的肯定，未來本院更會兢兢業業，掌握世界潮流，秉持著我們的品質信念，沒有最好，只有更好!履行我們對社會及民眾的承諾，永無止盡持續追求完美的品質。



面目一新迎接新的一年

✦ 國泰綜合醫院 整形外科主任 / 蒲啟明

歲月荏苒光陰如梭，又到了歡慶新年的季節了。在迎接新的一年到來之際，我們也可以用輕鬆又簡易的方法，簡單地對自己做一些小的改變，用嶄新的外表轉換心情，迎接新的一年的到臨。就醫美來說，輕鬆又簡易的方法指的就是微整形，也就是用較無侵入性的治療或處置來局部改變自己不滿意的地方。在今年過年這一段為時不長的休假前，是否有些微整型的方法，讓自己在休假後，上班時，使自己變漂亮、年輕，卻不讓人發現？相信是很多人關心的課題。

建議在年前適合接受的微整形，恢復期短且效果顯著，包括：

1 肉毒桿菌素注射：適合抬頭紋、眉間紋、魚尾紋…等等之動態皺紋。在注射後一週左右即有效果，維持約4至6個月。

2 玻尿酸注射填充：適合填充淚溝、法令紋、木偶紋…等等之靜態皺紋。對於臉頰、雙顴部（夫妻宮）…等凹陷有填充之功效，維持約6個月。

3 自體脂肪移植填充：類似玻尿酸注射填充，但自體脂肪會有部分存活，較不需要每六個月即注射一次。

4 雷射、脈衝光除斑：有許多針對臉部不同的斑斑點點使用不同的雷射治療，讓臉上皮膚煥然一新，但有些雷射會有傷口產生，約7至10天會癒合，治療後需注意保濕防曬。

5 電波拉皮：電波拉皮是藉由特定頻率的電磁波，使皮膚深部組織產生加熱作用，刺激皮膚的再生反應，誘導膠原蛋白新生，效果約在2至3月出現。

6 音波拉皮：音波拉皮其實是聚焦式超音波，是以HI-FU(High Intensity Focused Ultrasound)高強度聚焦式超音波科技，將超聲波聚焦於單一熱凝，集中熱能傳導至SMAS筋膜層結點，刺激真皮層膠原蛋白增生約三個月會達到最佳拉提緊緻效果。

在新年假期前可以利用短暫的時間，從事一些簡單的微整形治療，讓臉部進行年終大掃除，修修補補，容光煥發的過個好年。



年前修修面迎接嶄新的一年

✦ 國泰綜合醫院 皮膚科醫學美容中心主治醫師 / 廖澤源

40歲的陳小姐來到我的門診，想諮詢改善雙頰鬆弛下垂及雙下巴的方法。她說，一進入熟女期，都不敢去參加什麼昔日同窗的聚餐了，她透露之前去參加一個高中的同學會，和幾個高中的死黨吃飯聚聚，發現歲月似乎沒有在一些同學身上留下太多痕跡，反觀自己，不但有肉肉下垂的雙頰、鬆弛沒彈性的臉皮和明顯的法令紋，還有明顯的雙下巴，看起來比實際年齡老了好幾歲。還在外商公司擔任女主管的她，也因為明顯的法令紋和木偶紋，讓自己被公司員工或客戶刻板地認為嚴肅、難相處和難親近，人際關係和業務上吃了不少悶虧。

因為工作的關係，她希望接受的治療盡量沒有明顯的傷口，也沒有太長的恢復期，在此前提下我便推薦她「音波拉皮」，經過一次治療後的三個月回診，陳小姐容光煥發地走進我的診間，開心地跟我分享她的喜悅，她說治療完當下就覺

得皮膚緊緻，臉上的紅30分鐘就退了，回家後日常生活完全不受治療影響，最近和久沒見面的親朋好友見面，許多人覺得她好像變年輕了，看她得意地說著別人對她的稱讚，我內心也替她高興，終於幫她找回對自己的自信了。

「音波拉皮」是一項醫美治療的新技術，透過超音波探頭所產生的高頻音波，準確地在皮下的筋膜層加熱，進而產生收縮拉緊皮膚的功效。這種治療可以改善雙頰下垂、雙下巴，淡化法令紋、木偶紋，也可以拉提眼尾、眉尾，治療完後臉型會趨向V型臉，是一種無創拉皮技術。

要消除惱人的皺紋及細紋，除上述介紹的「音波拉皮」外，動態紋也可用肉毒桿菌素，靜態紋可用玻尿酸治療，可與醫師詳細討論後找出適合的方式。



農曆過年期間長時間憋尿 小心急性膀胱發炎

✦ 國泰綜合醫院 泌尿科主治醫師 / 蔡樹衛

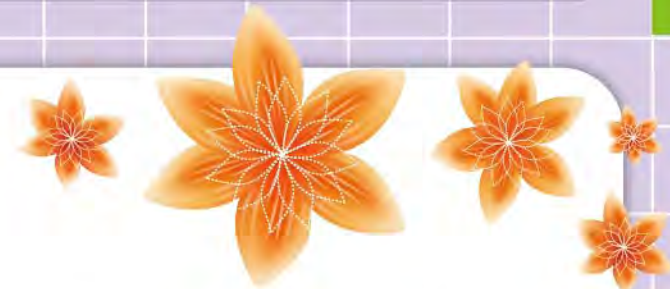
每當有長期假期，尤其是農曆過年假期，常會出現憋尿族，造成的原因通常是因為返鄉出遊的塞車、假期長時間的打牌、近期的打電動和追電視劇等，都可能讓人長時間憋尿，導致年節假期期間，急性膀胱炎及泌尿道感染的病患增加，甚至讓攝護腺肥大的病人尿不出來。

急性膀胱炎其實就是膀胱的急性發炎，平常有的症狀包括頻尿、急尿、排尿灼熱感及排尿同時或將結束時下腹部疼痛不舒服感，甚至會出現血尿。一般較常見於女性患者，這是由於男女先天上生殖器構造的不同，男性生殖器處於外露狀態，女性生殖器則相反屬於內收的情形，尿道口離陰道及肛門口相對較近，再加上女性的尿道較短，約只有3-5公分長，因此稍有不注意，躲藏在附近的致病菌容易經尿道入侵膀胱並造成發炎。

因為女性尿道短，細菌容易直接進入膀胱，引起膀胱發炎，一旦侵害至膀胱壁，就會出現不適症狀，容易反覆感染；男性尿道長，細菌不容易進入，即使進入也較易停留在尿道引起尿道炎；但中年男性常有攝護腺肥大，原本就有頻尿，小便流量較細且比較慢的現象，若再經長時間憋尿，會使症狀更嚴重，導致困難小便，嚴重會尿不出來，甚至需要導尿。

因為膀胱有一定的容量，當尿液達到一定容量(約100CC有初步感覺，大腦會忽略這個感覺，直到400-500CC會使膀胱有強烈想解尿的感覺)，此時膀胱壁上的壓力增加時就會產生尿意，尿量愈多尿意就愈強烈，若憋著不解，可能引起泌尿道感染，長期下來會使膀胱功能變差，導致頻尿、尿急、解尿困難、持續有尿意的症狀更明顯；若是男性病人且有攝護腺肥大，可能會造成尿不出來；另外有時感染也可能上行至腎臟，造成腎臟發炎、導致腎功能受損，甚至可能引起尿毒。

要預防急性膀胱炎其實非常簡單，一點都不困難，只要多喝水及不要憋尿，多注意下體的衛生，就可以降低急性膀胱炎的機率。那到底一天要攝取多少的水量才足夠呢？



一般來說如果沒有重大的心血管方面的慢性疾病，一天的水量至少都要有2000毫升左右，如果是年紀較年長的民眾，水份的攝取量可以略為減少以減輕負擔，但如果是有好發泌尿道結石體質的人，則恐怕每日的飲水量還得增加。至於有重大心血管疾病、慢性腎臟病的患者，其每日建議攝取水份的多寡最好是請教專業醫師個別評估。

一旦得到了急性膀胱炎，並不需要驚慌失措，只要了解頻尿、急尿、排尿灼熱及下腹部疼痛不適、甚至血尿，這都是急性症狀的表現，立即大量喝水和及時就醫，並按照醫師的指示把藥物全部按時服用完畢，不任意中斷藥物，急性膀胱炎幾乎都是可以痊癒的。在急性期當下，除了多喝水外，應避免辛辣、刺激性的食物和飲料，如辣椒、咖啡、茶、碳酸飲料、柑橘類的飲品等，很快的膀胱不舒服的症狀就會緩解不少了。





伸展做到位 運勢再加倍 小心過年打牌久坐偷走您的健康

✦ 汐止國泰綜合醫院 復健科物理治療師 / 李昌翰

每當逢年過節時，親朋好友齊聚一堂，免不了坐上牌桌切磋牌技，在這熱鬧的氣氛下，不僅促進大家的感情，也增添了不少快樂和喜慶。但是，隨著科技越來越發達，即使不上牌桌，也能跟朋友們一同在網路世界上連線廝殺。不論是連續打牌或終日掛網，長時間久坐不動，都會引發身體不適，小心別沈迷過了頭，影響健康，壞了運氣。

年節打牌久坐的常見症狀

- 1 肌肉發炎：**由於打牌的時候手臂會固定在某一個範圍下活動，反覆的彎曲與抬高，或長時間使用滑鼠或手機遊戲，容易造成肌肉疲乏進而變成肌腱發炎。常見的有二頭肌發炎、外上髁的伸腕肌群和拇指肌腱滑膜炎。
- 2 腰酸背痛：**長時間維持同一坐姿勢，背部肌肉會處於緊繃狀態，如果又是在高度偏低的茶桌上或圍坐於地上打牌，很容易引發腰部疼痛。
- 3 肩頸僵硬：**打牌太專注或觀看螢幕太久，會因用眼過度造成眼睛乾澀，也會引發後頸部肌肉的過度出力、不自覺的聳肩，長時間下來肌肉會因為缺氧產生較為深層的鈍痛感。
- 4 頭暈腳麻：**久坐不動，身體末梢血液循環會受阻礙，容易引起下肢冰冷與麻痺感；更有可能在久坐後突然站起，血液因為姿位性的改變，引起頭暈眼花等症狀。

5 消化不良：長時間坐著，身體活動量減少，腸胃的蠕動能力也會變慢，加上打牌的吃飯時間不規律，或過年期間的暴飲暴食，容易出現消化不良的症狀，嚴重者還會引起腸胃炎、胃潰瘍等消化系統疾病。

6 心血管疾病惡化：對於有心臟病、高血壓病史的民眾，注意打牌時候的情緒變化，往往會因為過度緊張、興奮和激動，發生中風、心絞痛、心肌梗塞等病症。

7 膀胱發炎：許多民眾常常因打牌手氣旺，即便有尿意也會憋尿等待適當時機才願意去洗手間，易造成泌尿道細菌感染、膀胱發炎的問題。

運動促進健康，姿勢影響運勢

大家都想在一年開始討個好彩頭、贏得好運勢，金雞年開運運動大公開，教你如何動得健康又能添得好運。

▶ 趾高氣昂腳踏實地

長時間坐著打牌時，避免彎腰駝背，應挺直腰桿，讓重量落在坐骨上，避免坐太高的椅子，使雙腳懸空，造成腰部晃動不穩、腰部肌肉緊繃，建議可在腳下放一矮凳，並在腰部放置一個小枕頭，使腰部能得到適當的支撐。隨時提醒自己做做扭轉腰部的動作，儘可能坐一個小時後，站起來伸個懶腰，上個廁所。

▶ 運勢反轉抬臀向上

「鼻翼看財庫、臀部看財富」，久坐一整天，臀部肌肉不僅容易鬆垮無力，腰部承受的壓力因此增加。只要常做仰臥抬臀運動，幫助兩側臀部肌群向內集中，讓臀部更加緊實，從底部支撐了上身重量，活動起來更輕盈，腰部肌肉得以放鬆。

提臀運動

1. 仰躺時膝蓋彎曲，雙腳張開與肩同寬。
2. 吸氣同時，將屁股抬起，腹部收縮、臀部夾緊，維持10秒。吐氣時再將屁股慢慢放下。以上重複動作10回。

▶ 高權姿勢腹式呼吸

在物種演化史中，高舉雙手的V字型動作，或是雙手叉腰的姿勢，代表了握有權力的一方，這樣的高權姿勢正是伸展胸大肌、促進呼吸節律的姿勢，配合腹式呼吸兩分鐘，有助於改善胸口鬱悶，呼吸不順的問題，也會提高睪固酮的體內濃度，增加自信與運勢。

胸廓伸展

雙手叉腰，在吸氣時，橫膈膜下降，腹部向外擴張。在呼氣時，橫膈膜向上運動，腹部略微內縮。每小時建議做6-10次。

▶ 療癒氣場緩和伸展

人有一個環繞於自身周圍的氣場，愈健康，氣場越強；感到疲勞或是睡眠不足，氣場越虛。緩和的伸展運動能保持氣場在身體與組織間和諧又平衡地流動，每小時若能離開椅子起身活動10分鐘，伸展筋骨，不僅讓頭腦更清醒，也使人神采奕奕、容光煥發。

▶ 趁勝追擊有氧拳擊

熬夜打牌可能會引起睡眠不足、抵抗力下降，組織無法休息進而循環不良、影響身體的代謝機能。這也是復健科最常見的病人，民眾無法明確描述肩頸哪裡疼痛，但就是不舒服，即便以儀器檢查、片子出來也可能沒問題，這樣的疼痛不適合藥物治療，應該藉由有氧運動與肌力訓練來改善。

拳擊有氧操

左右出正拳，用力要協調，正確的用力方式是利用身體左右轉動為軸心點，再將力傳到雙肩、腕部，帶動出拳。先進行站姿練習，熟練之後，可以開始移動重心配合各種步伐，達到全身運動的目的。

久坐是健康的隱形殺手，運動是過年的開運聖品，健康動起來，好運自然來。過年期間容易久坐不動造成肌肉痠痛，適時走動、提臀向上、擴胸伸展或來點激烈的有氧運動都能讓我們於新的一年迎春納福、龍馬精神。





國泰綜合醫院醫療團與Labasa Hospital醫護人員合影

斐濟國際醫療

✦ 國泰綜合醫院 內科部副部長、內分泌新陳代謝科主任 / 林慶齡

國泰綜合醫院自2014年起承接衛生福利部「太平洋友我國家醫療合作計畫」迄今第六度前往斐濟，考量當地糖尿病盛行率高，且僅3家醫院設有糖尿病中心，今年11/20至12/1日特別由我率糖尿病團隊前往，另因當地仍以鼻息肉、中耳炎居多，持續派遣兩位耳鼻喉科陳雍元醫師、陳詠婷醫師前往，隨行還有放射線科張櫻玲醫師、藥劑科洪家雯藥師、朱嘉琳衛教師及國際醫療事務組賴俐伶小姐，一共7人至斐濟展開為期一週的國際醫療服務。

有別以往以巡迴醫療為主，本次醫療服務主在協助當地醫院Labasa Hospital提供多科會診及教學經驗，為期一週的醫療服務除協助當地醫院約15人次多科會診及病例討論以外，耳鼻喉科協助醫院看診服務40人次，及執行16例耳鼻喉科手術，更首次在當地進行深頸部感染切開引流手術、懸雍垂顎咽成形手術及局部皮瓣重建手術等，深獲當地醫院及病人肯定。



國泰綜合醫院醫療團於Labasa Hospital前合影



國泰綜合醫院醫療團協助 Labasa Hospital 提供多科會診及教學

服務期間令人印象深刻的是，當地護士在處理糖尿病人清創後足部傷口，竟以「蜂蜜+優碘」做為足部傷口敷料。經醫療團進行文獻查證發現，據少數文獻，蜂蜜雖具有助傷口癒合效用，但這樣的做法仍要小心傷口感染問題，這類案例若在台灣一般由整形外科植皮，或塗抹優碘軟膏治療。

觀察也發現恐因斐濟人飲食以樹薯為主，份量大(每餐主食是國人白米飯的3倍)，加上生活習慣不佳，一天吃五餐，造成當地約1/3人口患糖尿病，而當地雖有糖尿病中心，卻主以處理病人足部傷口為主。有鑑於此，醫療團跟當地醫院分享糖尿病照護經驗，建議應加強對民眾及病人對糖尿病疾病的預防、注意飲食習慣

及控制日常血糖等衛教宣導，且應建立糖尿病個案追蹤管理機制，非等到病人出現足部傷口才治療，希望藉由本次糖尿病團隊的醫療教學分享，能對斐濟在糖尿病控制上有所助益。國泰綜合醫院醫療團多年來已在斐濟完成2,500多人次的專科醫療服務，深獲肯定。



國泰綜合醫院內科部副部長、內分泌新陳代謝科林慶齡主任於Labasa Hospital進行會診與教學





國泰綜合醫院醫療團與Labasa Hospital醫護人員合影

斐濟國際醫療

✦ 國泰綜合醫院 內科部副部長、內分泌新陳代謝科主任 / 林慶齡

國泰綜合醫院自2014年起承接衛生福利部「太平洋友我國家醫療合作計畫」迄今第六度前往斐濟，考量當地糖尿病盛行率高，且僅3家醫院設有糖尿病中心，今年11/20至12/1日特別由我率糖尿病團隊前往，另因當地仍以鼻息肉、中耳炎居多，持續派遣兩位耳鼻喉科陳雍元醫師、陳詠婷醫師前往，隨行還有放射線科張櫻玲醫師、藥劑科洪家雯藥師、朱嘉琳衛教師及國際醫療事務組賴俐伶小姐，一共7人至斐濟展開為期一週的國際醫療服務。

有別以往以巡迴醫療為主，本次醫療服務主在協助當地醫院Labasa Hospital提供多科會診及教學經驗，為期一週的醫療服務除協助當地醫院約15人次多科會診及病例討論以外，耳鼻喉科協助醫院看診服務40人次，及執行16例耳鼻喉科手術，更首次在當地進行深頸部感染切開引流手術、懸雍垂顎咽成形手術及局部皮瓣重建手術等，深獲當地醫院及病人肯定。



國泰綜合醫院醫療團於Labasa Hospital前合影



國泰綜合醫院醫療團協助 Labasa Hospital 提供多科會診及教學

服務期間令人印象深刻的是，當地護士在處理糖尿病人清創後足部傷口，竟以「蜂蜜+優碘」做為足部傷口敷料。經醫療團進行文獻查證發現，據少數文獻，蜂蜜雖具有助傷口癒合效用，但這樣的做法仍要小心傷口感染問題，這類案例若在台灣一般由整形外科植皮，或塗抹優碘軟膏治療。

觀察也發現恐因斐濟人飲食以樹薯為主，份量大(每餐主食是國人白米飯的3倍)，加上生活習慣不佳，一天吃五餐，造成當地約1/3人口患糖尿病，而當地雖有糖尿病中心，卻主以處理病人足部傷口為主。有鑑於此，醫療團跟當地醫院分享糖尿病照護經驗，建議應加強對民眾及病人對糖尿病疾病的預防、注意飲食習慣

及控制日常血糖等衛教宣導，且應建立糖尿病個案追蹤管理機制，非等到病人出現足部傷口才治療，希望藉由本次糖尿病團隊的醫療教學分享，能對斐濟在糖尿病控制上有所助益。國泰綜合醫院醫療團多年來已在斐濟完成2,500多人次的專科醫療服務，深獲肯定。



國泰綜合醫院內科部副部長、內分泌新陳代謝科林慶齡主任於Labasa Hospital進行會診與教學





國泰綜合醫院耳鼻喉科主治醫師陳雅元為病人看診



國泰綜合醫院醫療團看診實況

35度天空下 斐濟國際醫療 耳鼻喉科經驗

✦ 內湖國泰診所 耳鼻喉科主治醫師 / 陳雅元

他們不是上帝，雖然他們希望自己是；他們只是凡人，試圖療癒凡人。

—安·塞克斯頓《醫師》

斐濟，一個遙遠的南太平洋島嶼，就算是有在關心國際新聞的人，也很少人知道他們在2006年經歷了一場軍事政變，這已經是20多年來發生的第四次政變，緣由不免俗的：和族裔有關，殖民的英國人帶來了印度裔，和島上的斐濟人共同生活，而我們，幾個台灣人，飄洋過海到這個遙遠神秘的熱帶島嶼，想要為缺乏專科醫師的他們，做一點事情。

有幸成為2016年第二團的「太平洋友我國家醫療合作計畫」斐濟行動醫療團成員，感謝先前團員的筆路藍縷，本次計畫的工作項目較為單純，主要在第二大島Vanua Levu的Labasa Hospital進行診療與教學，並承接上一團所篩選的病患進行手術。團長為內分泌科林慶齡主任，和另一位隨團的糖尿病衛教師朱嘉琳一同進行糖尿病與甲狀腺疾病診察與衛教的部分，而其他團員還有放射線科張櫻玲醫師、藥劑科洪家雯藥師、國際醫療事務組賴俐伶小姐，而外科醫師方面，由我和陳詠婷醫師兩位耳鼻喉科醫師組成，搭配上合作已久的開刀房護理師馮世化，可以說是完美組合。

工作的第一天，我們耳鼻喉科共診治了40餘名轉介來的門診病患，並在隨後的幾天手術日內，完成了13例全身麻醉手術及3例局部麻醉手術。因為經過篩選，我們所看到的，大多是主訴鼻塞、扁桃腺發炎、或是聽力不好的案例。而鼻塞中，以鼻息肉居多，鼻中膈彎曲和鼻炎也有若干案例。扁桃腺發炎的病患，大多是主訴一年中多次反覆發炎，造成生活上相當的困擾；只有一例中年女性是合併肥胖和第四級扁桃腺肥大，疑似睡眠呼吸中止症的案例，我們也為她進行了懸雍垂顎咽成形手術。而聽力不好的案例，大多是耳垢填塞，但也有小朋友因長期中耳積液造成耳膜塌陷的案例，這在台灣比較少，因為小朋友都會有



國泰綜合醫院醫療團執行耳鼻喉科手術

定期的聽力篩檢，若不通過就會轉介到醫院及早治療或是放通氣管，不會放這麼久到耳膜都塌陷到難以處理的地步，所幸這個案例還沒有產生膽脂瘤，我們便為他進行了中耳通氣管置放的手術，以改善其中耳負壓的情況。這段期間，也看到了一些甲狀腺腫大的案例，也許是下一團手術可以發展的方向。

另外，我原本就期望有頸部腫塊的案例，畢竟之前幾團都沒有處理過，然而，和我預期不同的是，在台灣的頸部腫塊大多是惡性腫瘤的轉移，可能跟菸酒檳榔等致癌物質有關係，但這次門診及病房會診，看到的幾乎都是深頸部感染造成的頸部腫大，和台灣相當不同，可能跟斐濟當地的衛生環境和抗生素缺乏有關；有一例我們是在超音波導引下用粗針進行膿瘍抽吸減壓，而我印象最深刻的，是一個兩歲幼兒的深頸部感染案例，他已接受了幾天的抗生素治療，臨床上進步有限，故為他安排了切開引流手術，這也是我所最期待手術，因為感覺上這是最能扭轉命運，使這位幼兒免於敗血症的一項手術，所以做起來也戰戰兢兢，麻醉好後，我們在幼兒的肩膀下墊一些布單使其頸部伸展，以利手術進行，下刀處選在和皮膚自然紋路平行，且下頷處腫脹最厲害處，果然一切下去，就看到有許多腐爛組織以及膿汁流出，趁機取樣做細菌培養，而且感謝有術前的電腦斷層，我們在術前就知道下頷處有另一包膿瘍，當然順利找到，並將其引流，而電腦斷層也顯示，在左側胸鎖乳突肌下側的部分有另一包膿瘍，該處的膿瘍在肌肉底下，有傷及大血管和神經的風險，仔細定位後，沿著胸鎖乳突肌前緣將

肌肉翻開，順利找到膿瘍進行引流，並未出現明顯出血情形，順利結束手術。

另外還有看到一例遠從Nabouwalu由祖母帶來的小妹妹耳前瘻管併膿瘍的案例，先前因為多次發炎，已使用抗生素一段時間，目前雖然沒有發炎，但有一個不美觀的膿瘍在臉上，影響外觀和社交甚鉅，所以我們也安排她接受切除手術及重建，由於已經在臉部形成膿包，故除了傳統的耳前瘻管切除手術外，還要做膿包的切除，但是由於膿包尺寸相當大，直接縫合怕張力太大傷口癒合不良，故設計了局部皮瓣進行重建(rhomboid flap)，手術縫合進行順利，成果也相當美觀。

門診當天的診察室外，等候的長椅上，真真實實的，並肩坐著斐濟人與印度人。在這裡，沒有惡意的扭曲跟操作，他們平心靜氣的等待著，等著對也許是不同族裔的醫護人員，甚至我們，說出心裡最脆弱的故事，等著相對的善意回應。「同理」，不是一種施捨，要靠痛來換，去掉人與人之間的防衛以前，恐怕同理真的就是這麼難，而也因為這樣，極端再極端也不夠，痛再多也不夠。

而我，只是一個說故事的人，但在那個時刻，我卻什麼話也不想說。電影《白日夢冒險王》有一幕，當班史提勒所飾演的華特，跋涉過千山萬水終於在喜馬拉雅山上找到攝影師「尚」時，尚說：「當那最美好的時刻發生時，我不按快門，只享受那個時刻。」



國泰綜合醫院醫療團至斐濟醫療服務實況



國泰綜合醫院醫療團斐濟看診情況

國泰綜合醫院內科部副部長、內分泌新陳代謝科林慶齡主任(中)為病人看診

斐濟國際醫療 糖尿病照護

✦ 國泰綜合醫院 社區護理組糖尿病衛教師 / 朱嘉琳

從來沒有想過會踏上這個南太平洋的島嶼

從來沒有想過成為醫療團的一員

從來沒有想過可以為眼前這截然不同的世界，做些什麼……

2016的冬天，隨著國泰醫療團，我來到斐濟



經過將近19小時的飛行及兩次轉機，國泰斐濟醫療團團長及七位團員，帶著將近20箱的行李及醫療用品，抵達目的地~斐濟~這個位於南太平洋由330個島嶼組成的國家，它的人口密度45.8人/平方公里，人均壽命72歲，人口中有38%為印度裔，超過一半的人民信奉基督教，而他們的官方語言是英語、斐濟語和印度斯坦語。我們一行人下飛機後，直接前往未來一週的工作地點「Labasa Hospital」，在院方熱情接待及簡報後，我們也開始了各自的準備工作。

斐濟的糖尿病盛行率約占全人口的三分之一，Labasa Hospital有著全斐濟第二個糖尿病中心(Diabetic Hub Center)，在這裡，主要的工作是糖尿病足的傷口照護，因為當地居民以務農居多，許多人沒有穿鞋的習慣，因此容易造成糖尿病足部出現傷口，加上當地地廣人稀、醫療資源缺乏，導致就醫困難，許多病人是拖到足部的問題很嚴重了，才輾轉到較大型醫院來就醫，因此我們在醫院看到許多大大小小控制不良的足部傷口，在候診區看到許多病人都是一跛一跛的走路，有些甚至需要以輪椅活動，當地的護理人員告訴

我，斐濟的糖尿病人截肢率很高，成立糖尿病中心就是希望能降低截肢率，但是因為沒有妥善的個案管理制度，他們對糖尿病的總人數多少、傷口復原情形、病人回診次數，都無法好好掌握，目前僅能夠每天盡力的處理來就診的病人傷口，將病人不同程度的傷口以顏色做分類管理。

在參與衛教的過程中，我遇到一位婆婆，穿著拖鞋跛著腳進到診間，打開腳上的紗布後，發現她的傷口面積大約僅0.5*0.5公分，清洗後才發現傷口深度約1.5公分之多，婆婆告訴我，她是在田裡踩到樹枝，原本不以為意，在一週之後傷口卻腫脹疼痛到無法入睡。另一位43歲的男性病人，則在家人陪伴下就醫，他的足踝有一個5*6公分深可見肌肉層的傷口，在清洗壞死的組織時，他還面帶微笑的問我「妳今天好嗎？」，讓我印象深刻他對痛的耐受度是如此的高，當清洗完傷口之後，護理人員拿出一瓶已靜置兩週以上的蜂蜜，她告訴我她今天要給這位病人新的敷料，就是將蜂蜜與優碘以一比一的比例調配，再以紗布完全浸濕在此液體中，直接敷於傷口，再用棉墊和彈繃包紮，完成後她把剩餘的半瓶液體交給病人家屬，囑咐回家後每兩天依此方法更換一次，兩週後再回醫院換藥，雖然文獻中有探討蜂蜜應用在傷口照護的成效，也有廠商研發蜂蜜類敷料已上市販售，但如此直接因地制宜調配方式倒讓我大開眼界，而我也與當地護理人員討論此類敷

料應用在斐濟的糖尿病人之照護經驗，同時也分享台灣傷口敷料的種類和成分，對於糖尿病足部傷口問題照護進行許多經驗交流。

在Labasa Hospital的病房，也看到許多截肢及需要胰島素治療的住院病人，因此到處可見病房牆面張貼著糖尿病衛教、胰島素注射輪替表、飲食原則等衛教海報，可以感受到當地對糖尿病的重視，但在參與衛教的過程及居住當地一週後，也不難發現斐濟的飲食還是以碳水化合物類食物為主，果汁很多、蔬菜較少，中年後肥胖的比率偏高，因此斐濟糖尿病衛教，及早健康飲食介入刻不容緩。

然而令人不忍的是，由斐濟Labasa醫院高層的口中我們得知，目前斐濟政府完全承認過去50年斐濟的糖尿病治療是全然失敗的，當前他們只能做如上述案例所呈現的亡羊補牢的醫療工作。如今斐濟政府則決心投注所有心力與資源，由幼童的教育著手，徹底改造斐濟人的飲食及生活習慣，希望50年後能完全扭轉當前斐濟糖尿病照護的劣勢。聽完他們上述的說詞，我們欣慰斐濟政府終於抓準糖尿病防治的方向，但另一方面不禁要感嘆，身為第一線照顧糖尿病人醫療人員的我們，以及眼前這些糖尿病人，我們到底還有多少個50年？



國泰綜合醫院醫療團參觀糖尿病中心



總院



榮獲衛生福利部頒發c-IRB貢獻獎

衛生福利部推動藥品臨床試驗c-IRB制度，本院因參與副審醫院審查效率與品質備受肯定，11月29日再次獲衛生福利部何啓功政務次長(左)頒獎表揚，由黃政華顧問醫師(右)代表受獎。

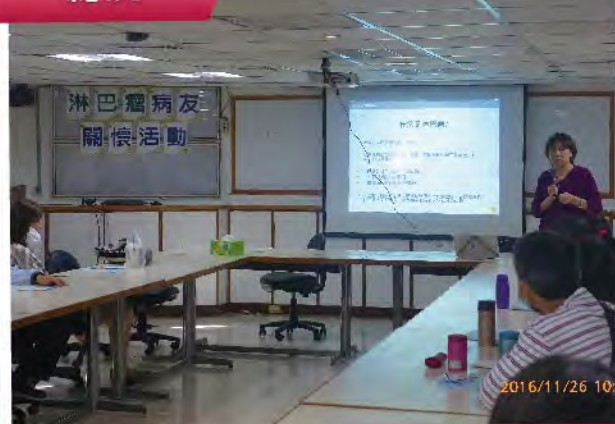
總院



榮獲臺北市推動癌症防治績優醫院五獎項

本院推動癌症防治功績卓越，榮獲臺北市政府柯文哲市長(左)於12月2日頒發癌症防治最佳合作夥伴獎、癌症防治品質獎及防癌天使服務獎等5獎項表揚。(圖右為癌症防治中心李福莉副主任代表受獎)

總院



淋巴瘤病友關懷活動

為照顧淋巴瘤病友身、心需求，11月26日安排血液腫瘤科宋詠娟主任主講「化療期間的注意事項及副作用的自我照顧」，同時安排放射腫瘤科醫師、個案管理師及社工師介紹癌症身心照顧觀念，透過病友交流，協助抗癌順利。

總院



親職講座活動

12月10日安排復健科廖研蒲職能治療師分享「促進孩童注意力及情緒控制的居家活動及教養技巧」，讓家長認識孩子過動的成因，並教導促進孩童注意力，使家長獲益良多。

總院



臺北市衛生局頒發防癌志工訓練結業證書

臺北市衛生局黃世傑局長(左)12月2日頒發本院志工周盟珠、郭陳淑真、林麗娟、張文忠臺北市衛生局防癌志工訓練結業證書，由志工林麗娟(右)代表接受，期望志工將所學協助未來癌症防制篩檢業務順利進行。

總院



全院演講

11月25日邀請台灣健康服務協會何美鄉理事長主講「發炎新知：預防醫學的轉譯應用」，使醫療人員瞭解預防醫學的科學應用，進而教育民眾達到預防疾病、健康促進的目標。

總院



寒冬頌暖音樂會

為帶給本院住院、門診患者舒緩心靈的音樂饗宴，12月5日邀請張明雄暨妙音樂集樂團演奏多首國台語老歌及國樂經典名曲，活動現場溫馨歡愉。

汐止國泰



社區健康營造成果發表

配合新北市衛生局社區健康營造計畫，與新北市汐止健康促進協會合辦成果發表會，分享健康營造成果及展現本院深耕社區之成效。(第一排右五為汐止國泰綜合醫院李毓芹院長)

汐止國泰



贈車剪綵活動

宏碁公司陳俊聖執行長響應公益，捐贈社區健康巡迴車乙台，供汐止國泰綜合醫院社區活動使用，由宏碁集團全球人資總監林弘道先生(第一排右六)代表舉辦贈車儀式，並邀請來賓共同剪綵(左起為新北市白佩茹議員、新北市衛生局林美娜主任秘書、李毓芹院長及汐止區公所徐開宇區長)。

汐止國泰



大量傷患收治演練

11月24日舉辦全院「綠色999」大量傷患演練，藉此讓同仁熟悉收治大量傷患的處置流程，以因應可能發生之突發狀況。

新竹國泰



榮獲中央健康保險署推動居家醫療照護整合計畫感謝狀

新竹國泰綜合醫院推動居家醫療照護整合計畫成效顯著，12月13日獲中央健康保險署北區業務組林阿明組長(左二)頒發感謝狀表揚，由新竹國泰綜合醫院復健科江東懋主任(左三)代表受獎。

新竹國泰



員工消防演練

12月2日舉辦新進員工消防演練，邀請新竹市消防局第一大隊傅崇璋小隊長(左一)指導使用滅火器的正確方式，以加強落實員工的緊急應變能力。

汐止國泰



校園講座

為關心汐止區青少年族群，安排黃暖婷個案管理師於11月18日至保長國小辦理「菸毒防治宣導」講座，以提升學童健康知能。

新竹國泰



榮獲衛生福利部醫療器材不良事件通報獎勵

衛生福利部食品藥物管理署為感謝協助執行醫療器材上市後安全評估暨通報，11月25日由衛生福利部食品藥物管理署姜郁美署長(左)頒獎表揚，李興中院長(右)代表受獎。

新竹國泰



員工登高活動

12月22日舉辦員工登高活動，李興中院長(第一排右四)率領員工於登高爬樓梯前齊做暖身運動，希望藉此活動，增強員工體魄與彼此情誼。

內湖診所



校園營養講座

張斯蘭營養師於12月22日至富美家股份有限公司主講「外食族健康飲食之道」，希望職場外食族食得健康，遠離疾病，擁有健康體魄。

歡樂聖誕小丑秀

為關懷病童、病友，總院及汐止國泰綜合醫院舉辦聖誕節活動，活動內容有經典小丑劇、聖誕氣球秀、報佳音及聖誕老公公送禮物，讓大家共渡歡愉美好時光。



總院



總院李發焜院長(中)贈送聖誕禮物予病童代表。

總院



小丑劇團表演精采的經典小丑劇

總院



聖誕老公公發放禮物及棉花糖。

汐止國泰



汐止聯禱會聖誕報佳音。

新竹國泰綜合醫院眼科榮獲「SNQ標章」認證 創新服務備受肯定

✦ 新竹國泰綜合醫院 眼科主任 / 陳瑩山

新竹國泰綜合醫院眼科參與SNQ國家品質標章，黃斑部特診榮獲醫院特色醫療組SNQ國家品質標章認證，是台灣生技、醫藥與保健產品及服務的高品質表彰，能夠獲獎全是因為李興中院長指導有方，以及科內同仁兢兢業業共同努力的成果。

黃斑部特診一直以建構多元特色醫療方式，以病人為中心之全人黃斑部病變醫療，深耕社區眼部整合照護為目標，建立眼科黃斑部病變整合型醫療照護，採標準化三合一流程－檢查(Exam.)、診斷(Dx.)、治療(Tx.)，率先建立即時影像傳輸系統，除有效縮減診斷治療的療程外，也可減輕患者來回奔波的辛勞。另外特色性的檢查如黃斑部微視野檢查、黃斑部超視力檢查、黃斑部葉黃素檢測和眼球睫狀肌機能檢查；治療方面如矩陣式雷射、微脈衝雷射與眼內藥物注射，並有特色性復健治療及低視能患者居家照護，與新竹振興社區醫療群合作，雙向轉診，滿足在地新竹民眾需要。

另外，特診提供的特色及創新性的醫療包括：眼微脈衝雷射(MP)、黃斑部復健治療以及NOSARS病患居家自我檢測系統(已有專利)。NOSARS系統為評估病患居家自我檢測及治療效果，黃斑部病變患者經由遠距視力照護系統(NOSARS)，和新竹社區醫療群轉介至本院，經醫師看診後，給予診斷-檢查-治療三合一方式，對於眼底乾性黃斑部病變病人和濕性黃斑部病變病人給予眼內藥物治療及雷射治療，再經由黃斑部復健治療和低視能照護，來增強病人視力與對比敏感度，以達到完整醫療照護。



新竹國泰綜合醫院眼科榮獲SNQ國家品質標章肯定，國家生技醫療產業策進會創辦人王金平(右)頒獎，由眼科陳瑩山主任(左)代表受獎

黃斑部特診皆有由專責護理師及專責助理確實執行黃斑部特診、手術、雷射等返診、約診，其返診率都有90%以上，同時持續提升黃斑部照護的品質，開放黃斑部病變檢查與社區診所充分儀器資源的運用，並經由病歷室與外院地方診所診斷整合，其完成轉檢數逐年增加中。

透過團隊合作，持續創新改善服務，目前黃斑部復健人數共107人，滿意度為76.5%；眼科病患看診前等候檢查時間，由37.8分鐘縮短到18.5分鐘；患者術後衛教滿意度，由52.7%提升到79.6%；病人等候雷射治療時間，由100分鐘縮短到50.5分鐘。此次榮獲政府服務品質獎肯定後，團隊承擔著更重大使命，定會繼續努力提供更高品質的醫療服務，實現「以醫療服務回饋社會」的思維，打造最健全的照護環境。



門診智慧型無線生理監測傳輸系統 改善資訊流 提升醫療服務品質

✦ 新竹國泰綜合醫院 護理科護理長 / 王美惠

隨著科技進步，資訊化已快速導入醫療產業，醫療設備從傳統方式開始走向數位化、自動化及智慧化，透過以病人為中心的理念，善用智慧醫療產品與網路、系統相互結合，有效改善服務流程，提升醫療效率。以目前資訊運用在提升病人醫療安全，主要可分為下面幾類：

一、提醒警示或辨識—如不同藥物間交互作用、重複用藥提醒、過敏藥物提醒、檢驗危險值提醒、肝腎功能提醒等，以增進民眾用藥安全。

二、醫令的適當性輔助—如合適劑量之試算、最大劑量之限制、危險藥品使用途徑設限等，協助複雜藥物開立之正確性。

三、主動治療的追蹤—高風險檢驗檢查之主動傳呼，及回覆追蹤、應作檢查追蹤的主動提醒等。

四、醫療臨床決策支援—發展醫療人工智慧，將醫院專業判斷由資訊系統來支援，達到更安全的醫療。

從許多不同的研究發現，這些以資訊化機制協助醫療過程的安全作業，確實改變了醫療行為，並且促進更好的醫療品質又節省資源的浪費，也改善病人追蹤治療的完整性。

新竹國泰綜合醫院現行運用智慧型無線生理監測傳輸系統，進行病人體、心跳、血壓、身高及體重等生理資訊量測(圖一)，為達測量人次之效益最大化，初期選定於門診上線。醫護人員先利用健保卡晶片感應，讀取病人身份後進行量測，血壓數據依文獻建議進行分級，分級設計之圖示顯示方式(分為5種：正常、高血壓前期、1級高血壓、2級高血壓、3級高血壓)(圖二)，於病人量測血壓後，自動將資料傳輸至醫院資料庫(HIS)系統及病人清單頁面。

醫師可以透過病人清單的電腦頁面，經由圖示顯示血壓分級，因此能夠快速了解病人生理狀況後，進行問診及治療，血壓偏高之病人協助轉至心臟科，做進一步的評估或開立藥物治療，更全面性的考慮病人健康狀況。在護理人員方面，因量測數據自動拋轉到系統中，因此不需人工記錄，也避免手動輸入資料時可能發生的錯誤，病人量測之資料拋轉進入系統後，診間內人員也間接知道病人已經到達門診，所以需要儘快安排病人看診，減少病人等候的時間。

在系統實施之後，除有效的減少病人等候時間之外，癌症篩檢人員也利用病人等候時間安排進行篩檢、個案管理師進行戒菸戒檳衛教，或相關政策推動及宣導實施，這也是病人另一方面的收穫；在醫院方面，簡化門診看診流程，讓病人抱怨等候過久的次數降低，新竹國泰綜合醫院病人就醫經驗調查中「您在等候看病的時間」之滿意度，由104年69.3%提升至105年的77.5%，對於門診的總滿意度亦由79.1%提升至83.2%，預計將逐步推展至其他醫療部門。



圖二

| 血壓分期 | 收縮壓 | | 舒張壓 | 圖示設計 |
|-------|---------|-----|---------|------|
| 正常 | < 120 | and | < 80 | ● |
| 高血壓前期 | 120-139 | or | 80-89 | ● |
| 1級高血壓 | 140-159 | or | 90-99 | 1 |
| 2級高血壓 | 160-179 | or | 100-109 | 2 |
| 3級高血壓 | ≥ 180 | or | ≥ 110 | 3 |



新手媳婦的年節焦慮——談婆媳問題

✦ 國泰綜合醫院 精神科主治醫師 / 張昀

年節將近，很多人期待著過年回家團圓，享受幾天的假期放鬆休息。但對新手媳婦來說，和婆家相處的問題到了年節就得面對無法逃避的考驗，由媳婦、婆婆和老公形成的三角關係，一直是婚姻中最難解的問題。

為什麼婆媳問題這麼難解？

在台灣人傳統的觀念裡，女性結了婚就成了“別人家的媳婦”，妳就是老公家的人了，身為這個家的新菜鳥，家人的個性和脾氣，種種生活習慣，媳婦得自我調適去融入這個新家。如果今天你和婆婆相處融洽，真的要恭喜妳這個幸運兒！畢竟年齡和成長背景的差距，不同的價值觀和生活習慣，讓婆媳在相處上本來就容易出現摩擦。傳統的觀念是尊敬長輩，媳婦要孝順婆婆，遇到種種摩擦時，媳婦自然被認為應該尊重長輩的意見，按照婆婆希望的方式去做，很難得能有一個開明的婆婆，可以傾聽媳婦的意見並調整自己原本的想法。長時間下來若是媳婦一直需要忍耐配合，必定會覺得委屈和不平。

媳婦的感覺是：為什麼我的婆婆這麼囉唆？但婆婆的感覺可能是：為什麼我的媳婦怎麼教都教不會。試著站在婆婆的角度想，婆婆多年來在這個家中擔任領導者，管理家裡的大小事，面對這個新加入的成員，當然會覺得自己也有職責要“領導”這個新成員融入這個家庭，身為最了解這個家的人，自然而然會想去告訴媳婦家裡的事情該怎麼做。其實婆婆對於媳婦會產生矛盾的情緒及焦慮，媳婦的

加入對這個家庭帶來的影響和改變，還有自己和兒子關係上的改變，兒子是否會因為有了媳婦這個“新歡”就不顧自己這個母親，有了新家就不愛回舊家了。如果說女兒是爸爸前世的情人，那兒子就是媽媽前世的情人了，要完全放手怎麼會是容易的事。

很多人可能認為婆媳之間若是出狀況，當然是老公要站出來居中協調。如果今天妳的老公願意挺身而出，真的要恭喜妳！因為大多數的老公夾在兩個女人之間，會選擇用逃避的心態來面對這麼困難的狀況。一邊是媽媽，另一邊是老婆，要讓兩邊都開心滿意，老公們需要發揮高EQ，多費心思和時間才能處理得宜。

如果你沒有那麼好的運氣，遇到相處融洽和願意為妳挺身而出的老公也不要那麼快沮喪，先把自己的標準放低一些吧！想做個人人稱讚的好媳婦，和婆婆可以像和媽媽一般地相處，這麼高的標準只會讓自己的壓力負擔更大，既然老公和婆婆也不是完美的100分，又何必要求自己當一個讓大家都滿意的完美媳婦？把目標先設在60分，在合理的範圍內做自己可以做到的，慢慢地在婆媳關係中磨合找到一個平衡點，才能走得長遠。

寒冬送暖 幫助弱勢兒溫飽肚子 不再挨餓

✦ 國泰綜合醫院 公關組管理師 / 黃凱麟



國泰綜合醫院李發焜院長(左)代表本院捐贈愛心物資予受贈單位代表世界和平會兒少關懷中心劉炳龍秘書長(中)及伊甸社會福利基金會賴朝乾專員(右)

世界和平會兒少關懷中心個案琳琳就讀小學三年級，生長在單親家庭，有3位國中、國小兄姊，媽媽靠補助與打零工獨自撫養4名小孩，但微薄收入並無法讓小孩三餐溫飽，加上2年前琳琳大姊意外過世，媽媽無法走出傷痛，食不下嚥也無心工作，經濟更陷入困境，所幸世界和平會兒少關懷中心及時伸出援手，提供多年三餐、補助金與關懷輔導幫助這一家人度過難關。其實社會上還有許多像這樣的家庭需要大家資助。

藉此歲末寒冬之際，集結本院員工愛心，國泰綜合醫院於12月12、13、14日發起「寒冬送暖物資募集」活動，除了幫助世界和平會兒少關懷中心服務的低收入戶關懷家庭，積極募集他們所缺乏的食品、生活用品外，同時也幫助花蓮縣銅蘭國小、豐濱國小與伊甸社會福利基金會的偏鄉學童及身心障礙者，募集兒童讀物、衣物與家電等，希望藉此拋磚引玉，使大家共同關懷弱勢族群。

為響應此次愛心活動，員工與民眾熱情捐贈多種物資，有的員工當天即捐出10多包40公斤的白米、24大罐燕麥片、幾百包乾麵條等多箱食物及生活用品等，希望能照護弱勢兒少的營養與生活起居，不再有一餐沒一餐的生活；還有員工邀請親朋好友共襄盛舉，捐出禦寒衣物、食物等多箱物資，希望幫

助身心障礙者度過寒冬；此外，也有員工慷慨捐出家中收藏的世界少年文學、偉人傳記、My Favorite Fairy Tale等多套的兒童文學書籍，希望能讓偏鄉學童充實知識，增長見聞。另有民眾特地坐計程車慷慨捐出電鍋、烤箱、電暖爐…等家電，希望幫助弱勢家庭能於寒冬中得到溫暖享用到熱騰騰的食物。這些陸續募集來的物資，經過院內員工整理及打包，共募得141箱物資，含衣物類1465件、兒童圖書類621本、生活用品類1146件、食品類275件、電器類32件等，成果豐碩，期望能傳遞國泰綜合醫院員工及社會大眾的愛及關懷予這些弱勢族群及偏鄉兒童。

12月15日國泰綜合醫院李發焜院長代表捐贈物資予受贈單位。世界和平會兒少關懷中心劉炳龍秘書長表示類似琳琳這樣的家庭個案，世界和平會服務的家庭全台就有5,600多戶，主要為搶救弱勢及偏鄉兒少，使他們三餐溫飽、安心上學及培養專長，感謝國泰綜合醫院員工發揮愛心募集物資，將會妥善運用物資，提供予受助學童，讓他們感受到這股暖流。伊甸社會福利基金會賴朝乾專員也謝謝國泰綜合醫院舉辦物資捐贈活動，會將這批物資全數幫助國、內外貧困家庭與身心障礙者，並呼籲大家攜手散播愛，讓愛的能量源源不絕。

另遠在偏鄉的花蓮縣銅蘭國小、豐濱國小雖路途遙遠不克北上參加捐贈儀式，但得知國泰綜合醫院募集到許多圖書後，銅蘭國小鍾靜怡組長及豐濱國小溫瑞婷主任皆透過電話致謝，鍾組長表示學童家長多以打零工為生，家中通常沒有課外讀物，我們的捐贈可供學校日後推行親子共讀，另溫主任也表示偏鄉壯年人口外移嚴重，學童多為隔代教養，許多阿公、阿嬤不識字不能伴讀，會將我們的捐贈做為充實班級閱讀物，養成學童愛看書的好習慣。

國泰綜合醫院長期以來秉持持壽集團「關懷社會回饋社會」的精神，持續熱心公益回饋社會，扶助弱勢及偏鄉民眾，期望藉由愛心物資募集活動，讓大家及時送暖，使弱勢等需要關懷的人重燃生命希望。



減重小幫手-Application (App)

✦ 國泰綜合醫院 營養組營養師 / 林元媛

春節將屆，農曆過年前後這段期間，舉凡公司尾牙聚餐、年後吃春酒以及過年數天連假放假在家大吃大喝等等大小聚餐，很容易因飲食造成體重飆升，本篇來談談減重，提供民眾年後減重參考。

減重的成功三要素：飲食控制、規律運動與持之以恆的態度，而飲食控制除了均衡營養、低熱量飲食之外，持續的飲食紀錄(dietary record)是有效了解飲食型態、攝入食物份量與熱量的好方法；曾有研究發現，只要長期持續進行飲食紀錄，體重將會漸漸下降；而傳統的飲食紀錄包括紙本和電腦軟體紀錄（例如：excel），但事後記錄常有記憶遺漏、食物份量拿捏失準，或因為怠惰而半途而廢等缺點；時至今日，人手一支智慧型手機，若能利用手機中的Apps來進行飲食紀錄，甚至影像留存，比起紙本和電腦軟體紀錄，使用Apps記錄的即時、便利和正確性都將得到改善。

一個在美國亞歷桑納州立大學進行的研究，目的是評估使用不同飲食紀錄工具對減重的影響，研究對象是47位自願加入的受試者，進行為期8週的減重計劃，受試者被分為三組，分別使用智慧型手機的減重App、傳統紙本飲食紀錄和智慧型手機記事簿功能；除了第一組之外，另外兩組受試者每週都要與營養專家進行諮詢，營養專家依照受試者飲食紀錄給予適當的飲食、運動建議。

結果三組受試者的體重都顯著下降，但使用App進行飲食紀錄的受試者，比較能持續進行飲食紀錄，紀錄內容也較另兩組完整無遺漏，作者評估此為飲食紀錄App使用上較容易與省事的好處，而飲食紀錄的完整性，將有助減重者長期檢視自我飲食內容。

國泰綜合醫院舉辦的體重控制班也觀察到同樣的現象：對象是自願加入、無規律運動習慣的肥胖成人，實驗組使用通訊軟體(LINE)進行飲食紀錄，並能與營養師進行線上諮詢，控制組使用傳統紙本進行飲食紀錄，兩組受試者皆為16人，6週課程中，兩組皆有營養和運動課程介入，課程結束後，比較兩組體重變化，發現實驗組每人比控制組多減了2.7公斤，評估以通訊軟體進行飲食紀錄(文字+影像)，除了紀錄的便利性，營養師能夠憑藉圖片評估食物份量與攝取熱量，並能線上與受試者溝通、回饋飲食修正建議，其即時性和正確性皆是紙本飲食紀錄無法達到的優點。由此可知，飲食紀錄工具的方便性，能夠提升人們使用的意願，對減重成效亦有顯著效益。

另一個研究則發現飲食紀錄愈持久，對減重效果愈有利。研究對象是123位無運動習慣、體重過重的停經婦女，為了讓所有受試者在6個月內減去10%體重，將受試者分成飲食控制組和飲食控制+運動組，兩組都要使用營養師提供的7天飲食紀錄表，填寫每天進食的食物，並進行嚴格熱量限制飲食，結果兩組受試者都達到目標，至



少成功減去10%原有體重，結果並發現，持續進行飲食紀錄的婦女與沒有持續飲食紀錄的婦女相較之下，每人多減了2.7公斤。作者認為持續的飲食紀錄，有助避免減重者盲目或分心之下的進食，能夠更清楚自己吃進什麼食物，無論對減重或疾病控制來說，持續的飲食紀錄都能幫得上忙。

隨著時間愈接近農曆年節，跑攤、尾牙與聚餐等吃大餐的機會增加，對生活繁忙、飲食型態多樣化的現代人，可嘗試利用智慧型手機的Apps，來記錄飲食，幫助控制體重，像是臺北市政府近年力推的免費App「臺北體重管理」，或其他免費的App「手機減肥器」、「Cofit - 隨時隨地遇見專屬營養師」，都有飲食紀錄、食物份量與熱量計算，甚至專業營養師建議的功能，選擇使用方便、有效率的工具，讓減重計劃事半功倍！

Reference :

- 1、Dietary self-monitoring, but not dietary quality, improves with use of smart phone App technology in an 8-week weight loss trial. Journal of nutrition education and behavior, 46(2014)440-444.
- 2、Self-Monitoring and Eating-Related Behaviors Are Associated with 12-Month Weight Loss in Postmenopausal Overweight-to-Obese Women. Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics, 112(2012)1428-1435.





10位服務滿20年之資深志工與李發焜院長(中)合影



國泰綜合醫院舉辦「愛心服務團志工年會暨20週年慶祝大會」，長官及貴賓與當日參與志工合影

愛心志工服務團20歲生日快樂！

✦ 國泰綜合醫院 愛心服務團20年資深志工 / 王姝文

成立於1996年底的國泰綜合醫院愛心志工服務團，在2016年12月24日歡慶20週年，主持人社工師張智婷透過簡報播放，拉開大會序幕，是她用心蒐集歷年來片段段的連結，一一呈現，彷彿如乘時光機回顧，驚嘆聲及歡笑聲此起彼落。

20年倏忽而過，足以讓個嬰兒長大成人，誠如李發焜院長所說，已進入大學階段。從草創期診間轉送病歷，到目前到處可見綠色身影穿梭，感謝參與規劃執行的元老（前蘇健部長、前營養組李蕙蓉高專、前院長室陳國本專員、前王副院長夫人、總務部陳桂芳……）個個功不可沒，在台上細數過往的心路歷程，令人動容。

首任何永恆志工隊長任重道遠奠定典範，續任幾屆隊長亦步亦趨，到現任劉欣欣隊長廣結善緣且發揚光大，首立每兩個月開一次志工幹部會議，讓志工服務品質更臻完善，促使院內部會爭相邀志工至各科室幫忙，還有輔仁大學附設醫院籌備處志工來院見習取經，劉隊長積極活潑的帶領志工團隊榮獲2015年台北市衛生局楷模獎，她本人也連兩屆榮登北市保健志願服務隊大隊長，可喜可賀，更是國泰愛心服務隊的榮耀。

曾有人質疑做志工何需到細菌病毒大本營的醫院，不管逆向思考或正面思維，殊不知人的一生生老病死，都離不開醫院，反倒是要心存感恩。有幸進入國泰志工行列，收穫比付出的多……醫院重視志工教育，每個月專題演講及訓練，提升醫學常識，更加強同理心養成，在面對求醫者負面情緒而不起怨懟。醫院是人生百態縮影，看盡了有什麼比身體健康更重要？藉著服務多方成長，有道是：施比受更有福，醫院對志工福利多樣：每年度的旅遊與歲末餐敘，讓志工大家庭增進彼此感情，而服務心得分享，不僅拓展視野，亦讓服務更多元。

來自四面八方的我們能在國泰綜合醫院同為志工夥伴，不會沒有原因的，我珍惜這份緣。時光飛逝，20年的志工生涯，豐富我的人生，感謝國泰綜合醫院的每個人、事、物……，祝福愛心志工服務團日益茁壯，期許未來志工的服務更臻完善。



總院

簡志誠副院長

當選

台灣麻醉醫學會理事長

總院

整形外科 蒲啓明主任

當選

台灣整形外科醫學會理事

總院

愛心服務團志工 朱雲

榮獲

105年度臺北市衛生保健志願服務
志工楷模獎-志工楷模銀牌獎

總院

愛心服務團志工 方淑敏

榮獲

105年度臺北市衛生保健志願服務
志工楷模獎-關懷志工楷模獎

總院感謝函

7/2出乎意料的突然住了院。病痛帶來的種種不適，教人痛苦萬分，這才明白血肉之軀是何等不堪一擊。在這段和病魔糾纏的路上，真的非常感謝每一位醫師和護理人員，沒有你們，我真的不知道怎麼撐過去。

首先謝謝主治江技坤醫師的專業和耐心，真的非常認真的看待病情。住院醫師李治中每天也非常盡責的確認我的狀況，也很謝謝他願意傾聽我各式各樣的問題。可愛的護理人員們：曾馨、張采柔、林靜芳、洪婷瑤、周可婷；這段期間，和接觸最多的就是護理人員們，雖然她們的工作相當繁重，但這兩週以來，無論何時，她們總是用最細心溫柔的方式在照料著我，從來不曾有任何的不耐之外，臉上總是帶著微笑。

另外也要特別感謝黃副院長常來關切我的病況；以及第一線急診室人員細心的檢查。一個團隊的成功，是有賴於成員無間的配合。每次和人員反應狀況，都會收到來自主治醫師的反饋。這表示了貴院人員的認真負責及專業的素養。

值此醫病關係不佳的時代，希望我這篇小小心得，能帶給醫護人員們一絲鼓勵，能遇到你們是我的福氣，國泰醫院也應該以各位為傲。

最後，再次致上我最深的謝意！

李○○

梅月小姐：

此次我媽媽(林鄭○○女士)骨折開刀住院，有幸獲得你和鄧修國醫師的治療和看顧，是我們全家人的福氣。因為你的詳細解說家母骨折情形，以及不開刀的可能後果，幫助我下定決心立即開刀，使得家母的痛苦減輕不少。在整個住院的過程，你的耐心、悉心和愛心照顧家母，尤其你和家母互動的親切，更令人動容。在閒談中，知道你下班後還必須照顧年邁的婆婆，但你絲毫沒有任何哀怨，反而滿臉喜悅地說，很高興有機會回報婆婆以前幫你照顧小孩等事。

在我們一生中，會遇到無數的人，但真正能讓我們感動的不多，而你是真正令我感動的人之一。我們全家人無以回報，只得以此信表達我們的感恩之情。祝福。

吳○○

活動佈告欄

總院

門診與您有約

| 日期 | 星期 | 時段 | 主題 | 主講人 | 地點 |
|-------|----|----|--------------------|--------|--------|
| 01/20 | 五 | 上午 | 菸害防治 | 蔡晏平個管師 | 內科候診室 |
| 01/24 | 二 | 上午 | 年節飲食小叮嚀 | 楊蕙萍營養師 | 內科候診室 |
| 01/25 | 三 | 上午 | 關節的日常保健 | 陳素雲護理師 | 內科候診室 |
| 02/06 | 一 | 上午 | 腎臟病的預防與保健 | 曾寶玉個管師 | 內科候診室 |
| 02/07 | 二 | 上午 | 健康的體重管理 | 賴秀怡營養師 | 內科候診室 |
| 02/08 | 三 | 上午 | 病人安全及隱私注意事項暨四癌篩檢說明 | 王梅護理師 | 內科候診室 |
| 02/09 | 四 | 上午 | 孕期不適 | 曾于珊護理師 | 婦產科候診室 |
| 02/10 | 五 | 上午 | 肺結核之預防與保健 | 蔡晏平個管師 | 內科候診室 |
| 02/14 | 二 | 上午 | 如何正確刷牙 | 余純華護士 | 牙科候診室 |
| 02/14 | 二 | 上午 | 小兒發燒處理 | 劉美熟護理師 | 兒科候診室 |
| 02/15 | 三 | 上午 | 泌尿道感染的預防與保健 | 呂昭雪護士 | 外科候診室 |
| 02/16 | 四 | 上午 | 腦中風的預防與保健 | 郭滄儀護理師 | 內科候診室 |
| 02/17 | 五 | 上午 | 菸害防治 | 蔡晏平個管師 | 內科候診室 |
| 02/22 | 三 | 上午 | 健康的體重管理 | 賴秀怡營養師 | 內科候診室 |
| 02/23 | 四 | 上午 | 關節的日常保健 | 陳素雲護理師 | 內科候診室 |
| 02/24 | 五 | 上午 | 肝炎的預防與保健 | 許麗娜護理師 | 內科候診室 |

內、外、耳鼻喉、牙科 - 上午8:30-9:00 下午13:30-14:00

婦兒科 - 上午9:00起 洽詢處 - 門診護理長辦公室(5172)

社區護理長辦公室(3956)

國泰綜合醫院—四項免費癌症篩檢服務

| 項目 | 檢查資格 | 服務時間 | 服務地點/洽詢電話 |
|---------------------|---|--|--|
| 大腸癌篩檢 【糞便潛血檢查】 | *50-75歲民眾 *2年1次 (攜帶健保卡) | 週一-週五 08:30-17:00 週六 上午08:30-12:00 | 本館大樓一樓 癌症篩檢整合服務中心 02-27082121 轉1046、5178、1047 |
| 乳癌篩檢 【乳房攝影檢查】 | *45-69歲女性民眾 (或40-44歲二等親內有乳癌 家族史之女性民眾) *2年1次 (攜帶健保卡) | 乳房篩檢: 可以來電預約 攝影時間 | |
| 口腔癌篩檢 【口腔黏膜檢查】 | *30歲以上嚼檳榔(含已戒) 或吸菸民眾 *2年1次 (攜帶健保卡) | 週一-週六 上午09:00-12:00 週一-週五 下午14:00-17:00 | |
| 子宮頸癌篩檢 【子宮頸抹片檢查】 | *30歲以上有性行為女性民眾 *1年1次 (攜帶健保卡) | 週一-週五 上午09:00-11:00 下午14:00-16:00 | |

國泰綜合醫院 癌症資源中心關心您

國泰綜合醫院與您一同

為健保IC卡加值

為自己許下最有價值的生命註記
您可選擇於健保IC卡註記以下意願

- 同意安寧緩和
本人填寫「預立選擇安寧緩和醫療意願書」
自由兩名親友見證簽名

- 同意器官捐贈
本人填寫「器官捐贈同意書」

服務單位：社會服務室
服務電話：27082121轉1901-1905
地點：本館地下一樓
竭誠為您服務

嬰幼兒呼吸道照護

活動時間：106年1月20日、2月3、10、17、24日
週五晚上19:40-20:10

活動地點：本館五樓兒科加護病房會議室
洽詢電話：27082121轉6553(兒科加護病房)

嬰兒按摩

活動時間：106年2月5、19日
週四上午11:10-11:40

活動地點：本館五樓兒科加護病房會議室
洽詢電話：27082121轉6553(兒科加護病房)

嬰幼兒緊急事件處理

活動時間：106年1月26日、2月9、23日
週四上午11:10-11:40

活動地點：本館五樓兒科加護病房會議室
洽詢電話：27082121轉6553(兒科加護病房)

糖尿病團體衛教

活動時間：106年2月15日
週三下午14:00-15:30

活動地點：本館七樓視訊會議室
主題題目：糖尿病併發症
主講人：曹心怡醫師
洽詢電話：27082121轉3165(糖尿病個管師)

肝病防治互助小組

活動時間：106年2月25日
週六上午9:30-11:30

活動地點：本館七樓視訊會議室
主講題目：2017最新肝炎新知
主講人：肝臟中心楊賢毅教授
洽詢電話：27082121轉3123(肝臟中心)

2017用藥安全宣導講座

活動時間：105年2月11日
週六上午8:30-9:00

活動地點：本館門診藥局候藥區
主題題目：正確用藥五大核心能力(高血脂用藥篇)
&「健保雲端藥歷」之用藥整合
主講人：彭詩雯藥師
洽詢電話：27082121轉3812或3815

2017用藥安全宣導講座

活動時間：105年2月25日
週六上午8:30-9:00

活動地點：本館門診藥局候藥區
主題題目：正確用藥五大核心能力(鎮靜安眠藥篇)
&(正確保存藥品與家庭藥物檢收篇)
主講人：劉彥伶藥師
洽詢電話：27082121轉3812或3815

汐止國泰

『早安您好』門診社區健康講座 活動時間：上午8:40-9:00 諮詢電話：26482121轉7870(服務台)

| 日期 | 主題 | 主講人 | 地點 |
|----------|-------------|---------|-----------|
| 01/25(三) | 認識乳癌 | 王柔惠 個管師 | 1樓內科候診區 |
| 02/07(二) | 認識高血壓 | 黃幸玲 個管師 | 1樓內科候診區 |
| 02/08(三) | 自我血糖監測 | 黃于華 個管師 | 地下1樓內科候診區 |
| 02/14(二) | 高血壓飲食 | 黃怡倩 營養師 | 1樓內科候診區 |
| 02/15(三) | 如何愛護自己的腎臟 | 王鑾韻 個管師 | 1樓內科候診區 |
| 02/21(二) | 糖尿病外食選擇-早餐篇 | 林芳瑋 營養師 | 地下1樓內科候診區 |
| 02/24(五) | 手部衛生 | 陳意文 護理師 | 1樓內科候診區 |

住院團體衛教

| 日期 | 時段 | 主題 | 主講人 | 地點 |
|----------|----------------|------------|---------|----------|
| 01/20(五) | 上午 11:00-11:40 | 小兒呼吸道感染之照護 | 陳楚芸 護理師 | 6樓產兒科會議室 |
| 01/20(五) | 下午 04:30-05:00 | 手部衛生 | 黃郁惠 護理師 | 9B討論室 |
| 02/08(三) | 下午 04:30-05:00 | 手部衛生 | 陳婉琇 護理師 | 8A多功能討論室 |
| 02/15(三) | 上午 10:30-11:00 | 吸入藥物注意事項 | 張好瑄 護理師 | 7樓討論室 |
| 02/16(四) | 上午 10:30-11:00 | 消化性潰瘍的日常照護 | 江季蓉 護理師 | 7B討論室 |
| 02/16(四) | 下午 04:30-05:00 | 良性攝護腺肥大 | 陳盈潔 護理師 | 9A討論室 |
| 02/17(五) | 下午 04:30-05:00 | 手部衛生 | 林雨琪 護理師 | 9B討論室 |
| 02/22(三) | 上午 10:30-10:50 | 手部衛生 | 許婷雅 護理師 | 10A討論室 |
| 02/23(四) | 下午 04:30-04:50 | 小兒發燒的處理 | 蔡純純 護理師 | 6樓產兒科會議室 |
| 02/24(五) | 上午 11:00-11:40 | 嬰幼兒緊急事件處理 | 陳筱青 護理師 | 6樓產兒科會議室 |

新竹國泰

『健康有約』諮詢廣場 報名及諮詢電話：03-5278999

| 日期/時間 | 主題 | 主講人 | 地點 | 日期/時間 | 主題 | 主講人 | 地點 |
|----------------|--------------|--------|---------|----------------|---------------|--------|---------|
| 01/20(五) 11:00 | 預防失智年菜--美味上桌 | 賴冠青營養師 | 1樓大廳候診區 | 02/09(四) 08:40 | 流行性感冒 | 卓瓊玲護理師 | 3樓兒科候診區 |
| 01/24(二) 08:40 | 孕期營養需求及注意事項 | 簡瑜秀護理師 | 3樓婦科候診區 | 02/16(四) 08:40 | 子宮頸癌預防 | 黃意惠護理師 | 3樓婦科候診區 |
| 01/24(二) 09:30 | 認識腸病毒 | 陳思語護理師 | 3樓兒科候診區 | 02/17(五) 08:40 | 了解油 用對油 健康又安心 | 朱育儀營養師 | 2樓內科候診區 |
| 02/07(二) 08:40 | 認識腎臟病 | 周宜貞護理師 | 2樓內科候診區 | 02/23(四) 09:30 | 病人隱私 | 伍春意護理師 | 2樓內科候診區 |
| 02/07(二) 09:30 | 認識腸病毒 | 張瑜芳護理師 | 3樓兒科候診區 | 02/24(五) 14:00 | 認識你的真實 | 謝采恩護理師 | 3樓兒科候診區 |

內湖診所

門診與民眾有約—諮詢廣場

| 日期/時間 | 主題 | 主講人 | 地點 |
|------------------------|-----------------------|---------------------|---------|
| 01/24(二) 上午09:00-09:30 | 認識代謝症候群 / 與糖共處, 歡樂過新年 | 麥佩珍 個案管理師 / 張斯蘭 營養師 | 1樓門診候診區 |
| 02/06(一) 上午08:30-09:00 | 乳癌防治 | 丁怡妤 護理師 | 1樓門診候診區 |
| 02/21(二) 上午09:00-09:30 | 認識糖尿病 / 新年新氣象, 健康來減重 | 麥佩珍 個案管理師 / 張斯蘭 營養師 | 1樓門診候診區 |

諮詢電話：門診護理長辦公室 張醫予護理長 / 糖尿病衛教室 麥佩珍糖尿病個案管理師 87972121轉560



國泰綜合醫院

第三代達文西機器手臂 微創手術系統

高解析度 **3D** 影像、放大手術視野、仿真的手腕手術器械
醫師僅需經由少數微小開口 就能精確切除病灶 進行複雜的高難度手術
手術傷口小 出血量少 疼痛減少 恢復快 提前進行後續治療

達文西手術適應症

| 一般外科 | 胸腔外科 | 婦產科 | 泌尿科 | 耳鼻喉科 | 大腸直腸外科 |
|-----------|-------|-----------|-------------|--------|--------|
| 胃切除手術 | 肺癌手術 | 良性卵巢腫瘤手術 | 腎臟癌手術 | 口腔癌手術 | 大腸癌手術 |
| 腸道切除手術 | 食道切除術 | 子宮內膜異位症手術 | 攝護腺癌手術 | 頸部腫瘤手術 | 大腸直腸手術 |
| 肝臟切除手術 | 胸腺切除術 | 骨盆腔沾黏剝離術 | 腎上腺切除術 | 咽喉癌手術 | |
| 脾臟切除手術 | 肺葉切除術 | 子宮肌瘤切除術 | 泌尿道結石手術 | 打鼾手術 | |
| 甲狀腺切除手術 | 縱膈腔手術 | 初期子宮內膜癌手術 | 腎臟切除術或部分切除術 | | |
| 胰臟等多重器官手術 | 氣胸手術 | 子宮全切除術 | 膀胱切除術或部分切除術 | | |
| | | 子宮次全切除術 | 泌尿道重建手術 | | |
| | | | 小兒泌尿手術 | | |

醫療諮詢請洽各專科醫師門診

仿真的手腕手術器械

da Vinci Si^{HD}
SURGICAL SYSTEM

國泰綜合醫院 醫學美容中心

結合整形外科、皮膚科專科醫師及專業護理師的優秀醫美團隊

通過美容醫學品質認證 提供最安全值得信賴的醫療品質

明亮舒適的候診環境

獨立隱私的諮詢空間

先進新穎的設備

專業用心的服務



主要服務項目

- ▶ 微創醫學美容肉毒桿菌素、玻尿酸注射
- ▶ 眼袋去除、雙眼皮成型術、隆鼻、各種乳房整形、各種拉皮、削骨手術、磨皮
- ▶ 美白超聲波治療
- ▶ 植髮、髮際線美型、毛髮疾病治療
- ▶ 輪廓曲線重塑、自體脂肪移植、疤痕整形
- ▶ 血管癌治療、染料雷射、各種色素斑及刺青雷射去除、洗眉、縮小毛孔、改善出地T字部位、除斑、淡化皺紋



國泰醫學美容中心
Cathay Medical Aesthetic Center

植髮中心 Hair Transplantation Center
乳房美形及重建中心 Breast Beauty Center



諮詢電話：02-27082121轉8800、8820



國泰綜合醫院

Cathay General Hospital

總院

106 臺北市大安區仁愛路四段280號

TEL : 02-2708-2121 E-mail : service@cgh.org.tw

汐止國泰綜合醫院

221 新北市汐止區建成路59巷2號

TEL : 02-2648-2121 E-mail : suggest@cgh.org.tw

新竹國泰綜合醫院

300 新竹市東區中華路二段678號

TEL : 03-527-8999 E-mail : hsinchu@cgh.org.tw

內湖國泰診所

114 臺北市內湖區瑞光路506號

TEL : 02-8797-2121 E-mail : neihu@cgh.org.tw

