病人就醫權利與責任

一、病人權利

1.您可以享有同等之就醫權利，不會因您的性別、文化、種族、經濟條件、教育水準、宗教背景而有所不同。
2.您可以於安全的醫療環境中，獲得醫事人員提供專業的醫療服務。
3.您可以於就醫過程中，得到醫事人員尊重、體恤的照顧。
4.您可以得到隱私權的保障，關於您的病歷討論、會診、檢查和治療都將受到機密且謹慎的處理。
5.您可以得知您醫療照護團隊人員的姓名。
6.您可以以您明瞭的用語獲知正確、完整的醫療資訊，包括病情診斷、病況發展、治療方式、預後情況、手術原因或可能發生之併發症及危險反應。
7.在您同意簽署或拒絕簽署任何治療同意書前，對於您的處置與治療有獲得足夠的資訊。除了緊急的狀況外，您所獲得的資訊應該包含有：處置、治療的詳細描述，醫療處置上所可能產生的風險、其他治療方式或不治療及其可能產生的風險，並且知道為您執行治療處置的醫事人員姓名。
8.在法律的規範下，您可預立醫療指示及委任代理人，在必要時為您做醫療決定。並且依據安寧緩和醫療條例，您有不接受心肺復甦術（或不予急救）之權利。
9.您可以獲知藥物作用，及其副作用與其他注意事項。
10.您可以接受或拒絕醫師建議之檢查項目、治療方式或人體試驗措施。
11.您可以獲得衛教指導及出院後居家照顧的相關資訊。
12.您可以參與診療及照護的過程與決策，決定同意或拒絕治療。
13.您可以審視您的帳單內容及項目，且獲得解說。
14.您可以經由申請，要求醫院提供病歷複製本、必要時提供中文病歷摘要。
15.您可以向醫院提出建議並得到合宜的處理，以提昇醫療品質，並且保障您日後的就醫權利或醫療照護品質將不致於降低。建議管道：

（1）各單位主管
（2）院內意見箱
（3）服務中心
（4）護理站
（5）院長室申訴專線(02)27082121分機1031
（6）電子信箱：service@cgh.org.tw

二、病人責任

1.您應向醫事人員提供正確的健康狀況、過去病史、過敏原、藥物過敏史及其他相關訊息。
2.您應尊重醫事人員之專業，不要求其提供不實的資料、診斷證明或逾越醫療程序。
3.您應配合醫事人員之建議，並經您或法定代理人的同意，施行各項治療程序、相關醫囑、檢驗及護理措施。
4.您對治療結果不應有不切實際的期待。
5.您應尊重醫護人員並珍惜醫療資源。
6.您應在簽立相關同意書、契約書或在作決策前，充分瞭解其內容及治療後可能的結果。

No.96
2008
Mar.

【專題企劃】

春暖疾病開？

家庭醫學科主治醫師/葉姿辰

過了年節，春天即將來臨，這是一年中冷暖空氣最活躍的季節之一，天氣以「多變」為特徵，氣溫忽高忽低，降水時有時無。近幾年的氣候異常，許多地方「春寒」和「倒春寒」天氣的發生機率也大大提高。民眾除了出外旅遊欣賞春暖花開的景緻時，也要提防疾病跟著來喔。

這一時段是呼吸道傳染病的好發季節，流行性感冒、腺病毒及腸病毒仍為常見原因。流行性感冒從聖誕節開始延燒，到春節達到最高峰；腺病毒則好發於季節交替、冬末初春之際；而令家長聞之色變的腸病毒，則在春天開始「萌芽」，且會持續到夏天，一直到五、六月份達到最高峰。另外根據疾病管制局公佈，春季好發傳染病為流行性腦膜炎，腮腺炎和水痘。家裡有幼童或老人要小心呼吸道疾病，而小孩要另外注意腸病毒、腮腺炎和水痘。另外有過敏體質者也常在此刻復發氣喘、過敏性鼻炎或過敏性結膜炎，有時會因感冒導致氣喘發作，所以有氣喘病史的人在感冒及流行性感冒盛行期間，更要減少出入公共擁擠場所，這樣才能降低被感染的機會。以下介紹幾種傳染病症狀，讓民眾大略瞭解，若出現併發症或持續發燒（超過3天），就要儘快就醫。

流行性感冒

發病期：冬末春初。

可傳染期：成人大約在症狀出現後3～5天，小孩則可達到7天。

症　　狀：流感的症狀來的突然，包含發燒、頭痛、肌肉酸痛、倦怠、流鼻水、喉嚨痛、咳嗽。

併 發 症：支氣管炎、肺炎、中耳炎、鼻竇炎、腦炎、心肺疾病。

注　　意：老人及慢性心肺腎疾病者要小心防範。流行性感冒約1-2週會好轉，如果感冒症狀超過2週，最好至醫院看診。

預防疫苗：流感疫苗每年施打一次。

腺病毒感染

發 病 期：一年四季都有，冬末春初、季節交替病例明顯增多。

症　　狀：典型的是結膜咽喉熱，顧名思義是發燒、結膜炎及咽喉炎，其它可有流鼻水、咳嗽、頭痛、嘔吐、腹瀉。

併 發 症：支氣管炎、肺炎，常在二歲以下。心肌炎、心包膜炎，但不多。在腦神經方面可造成無菌性腦膜炎。但也不如腸病毒多，另外關節炎、中耳炎。甲狀腺炎、有報告，但不大多。

注　　意：容易侵犯六個月至五歲小孩，佔兒童呼吸道感染五~三〇%。

預防疫苗：無。

腸病毒

發 病 期：春季開始，盛行於夏季，持續到秋天。

症　　狀：一些感冒症狀，會發燒、喉嚨痛、頭痛、嘔吐、咽峽炎（咽頰破洞、發高燒導致無法進食、口水無法吞嚥），最明顯的是手足口病（手臂、膝蓋、腳起水泡，屁股有紅點），或噁心、嘔吐和拉肚子等的腸胃道症狀以及肌躍型抽搐。

併 發 症：3歲以下幼童有較高機率併發腦膜炎、類小兒麻痺症候群、心肌炎或肺炎等嚴重症狀，甚至死亡。

注　　意：大多數患者7至10天後自行痊癒。通常以發病後一週內傳染力最強；而患者可持續經由腸道釋出病毒，時間長達8到12週之久，所以後續隔離排洩物及消毒措施要足夠期間。

預防疫苗：無。

水痘

發 病 期：冬末春初。

症　　狀：發燒、倦怠、肌肉關節痠痛、全身出現刺癢的皮疹及水泡。

併 發 症：皮膚及軟組織繼發性細菌感染，成人以原發性肺炎，小孩以敗血症和腦膜炎最常見。孕婦如於孕期20週以前感染水痘，有可能發生「先天性水痘症候群」。

注　　意：出水痘時，退燒藥不可使用「阿斯匹靈」的退燒藥，以免併發雷氏症(腦病變)。

預防疫苗：水痘疫苗12歲以下一劑即可，12歲以上就要施打2劑，間隔4至8週。

流行性腦膜炎（又稱流行性腦脊髓膜炎）

發 病 期：春季

症　　狀：發燒、劇烈頭痛，以及噁心、嘔吐、頸部僵直、精神錯亂、昏迷、抽搐和出血性皮疹等。

注　　意：病程發展非常迅速，若未及時使用抗生素，致死率可能高達50%以上。好發嬰幼兒或青少年。

預防疫苗：屬自費，疫苗僅供A、C、Y、W135四種型別的聚集流行區或民眾出國赴疫區時施打之用，一般民眾不建議使用。

另外由於天氣「乍暖還寒」，因而心肌梗塞的發病率也非常高。事實上，氣溫變化不利於血壓控制，對心腦血管病患者都要小心病情變嚴重或再次發病。除了按時服藥，定期測量血壓，如果血壓波段起伏不穩，並注意是否會胸口悶痛、緊縮感，或者單側手腳輕麻無力感，就要告知醫師，醫師可能會調整藥物劑量，並檢查是否併存冠心病或腦中風等問題。

結論

為避免春季傳染性疾病的發生，要常開窗，保持室內空氣流通，同時加強運動，提高身體的防禦能力。此外，小學、幼稚園學園要做好兒童的集體預防工作，多洗手，隔離病患污染的分泌物。

民眾如能擁有健康的身體，才能享受「春眠不覺曉」的幸福喔！

No.96
2008
Mar.

CATHAY GENERAL HOSPITAL

【專題企劃】

如何預防 蟲。蟲。危。機

皮膚科主治醫師/何美瑾

春暖花開正是出外踏青的好時節，不只太陽公公露出臉來，許許多多的生物也從蟄伏中甦醒，包括蟲蟲也伺機而動。此時常見的問題如下：

丘疹樣蕁麻疹：

通常發生在小孩，被蚊子、跳蚤叮咬後產生奇癢無比的小紅疹，多分布在四肢與臉上等暴露出來的部位。因為小孩常會無法克制的搔抓，造成更嚴重的皮膚發炎，甚至因為抓破皮引起蜂窩性組織炎，所以適時的止癢以減少搔抓非常重要。治療上以外用藥膏或加上口服止癢藥物為主，若併發細菌感染時，必須加上抗生素的使用。通常丘疹樣蕁麻疹約數天到數週即可治癒，但常會留下黑黑的色素沉澱，此時可使用適當藥物與注意防曬來加速復原時間。

毛毛蟲皮膚炎：

許多人於爬山郊遊後或於樹下休息過後，在脖子、手臂等暴露處甚至身上，出現許多一顆顆似紅豆般的紅疹，通常局限分佈在身體的一側，伴隨著又癢又痛的感覺，這就是毛毛蟲皮膚炎。治療上也是以外用藥膏或加上口服止癢藥物為主，如在戶外時，可先使用具有清涼效果的外用擦劑或局部冷敷，來暫時止癢，避免過度搔抓造成傷口，甚至引起繼發性細菌感染。

由於毛毛蟲皮膚炎與一般的蚊蟲叮咬不同，是屬於皮膚的接觸性過敏反應，因此使用防蚊液，並沒有幫助。此外，毛毛蟲的毒針毛非常的細，一些較輕薄的衣物也沒有保護的效果。所以在戶外時盡量穿著長袖衣物，減少到毛毛蟲出沒的地方，如於樹下站立過久。當結束戶外活動後，最好能盡快沖個澡、換件衣物，如果仍是出現極度搔癢的皮膚紅疹，及早就醫接受治療。

隱翅蟲皮膚炎：

隱翅蟲在昆蟲的分類中屬於鞘翅目隱翅蟲科，分布在溼地、草原、農田、果園、森林等地區，台灣多在稻田旁可見。由於其鞘翅退化翅膀不明顯，故稱為隱翅蟲。其不會叮人，也不會咬人，但若爬到人身上時有點癢癢的感覺，有些人順手把蟲子壓死，卻引起了大問題，因為其體內含有一種刺激的物質稱為「隱翅蟲素」，接觸到皮膚會使皮膚出現不規則的線型紅斑伴隨腫痛的感覺，甚至有水泡與糜爛的現象，即是所謂的隱翅蟲皮膚炎。

若不小心接觸到此蟲的蟲液，因立刻清洗傷口，之後塗抹外用消炎止癢藥膏，嚴重時需就醫給予口服藥物甚至注射針劑。預防之道為於室外盡量穿著長袖長褲，室內關緊紗窗紗門，因為隱翅蟲有趨光性，入睡後盡量關燈，亦可使用捕蚊燈誘捕。如果發現此蟲在皮膚上爬行，可以用吹氣方式將其吹走，千萬不要用手撥或將其打死，以免後患無窮。

蜂螫：

蜂類螫傷可分為蜜蜂及胡蜂（俗稱虎頭蜂）螫傷。蜜蜂的刺針末端有倒鉤，所以只能叮一次，而胡蜂的刺針沒有倒鉤可以多次攻擊。蜂螫後一般於局部出現紅腫、劇痛、發熱、瘀血等症狀，但也可能引發全身反應。而全身性反應分為過敏與毒性反應兩種，過敏反應可導致蕁麻疹、血管性水腫、休克甚至死亡，其與蜂螫數量無關，主要是個人特異性體質。毒性反應通常發生在被許多蜂同時螫傷後。

蜂螫的治療，局部主要是盡速去除螫針，可用小鑷子或用刀背、信用卡、厚紙片等沿著皮膚表面刮去螫針，避免直接用手拔除以免不慎擠破毒囊，之後可冷敷及使用外用藥膏來改善局部症狀。若伴隨有全身性症狀應緊急處理與就醫。預防重於治療，若能瞭解蜂類習性，可減少蜂螫的意外發生。戶外活動時應穿著適當衣物，不要使用香水，食物應妥善收存，避免招蜂引蝶更不要激怒蜂群。

蜘蛛、蜈蚣咬傷：

大多數的蜘蛛口器內具有毒腺，但毒性不強，在臺灣的確仍有少數幾種蜘蛛具較強毒性，可導致嚴重的反應。被蜘蛛咬傷後，需注意傷口清潔，若腫脹可先冷敷，局部包紮並注意生命跡象，儘快就醫。

蜈蚣咬傷以症狀治療為主，目前在臺灣被蜈蚣咬傷後，多以局部傷口的紅腫痛為主，少有嚴重的反應。

總而言之，預防之道在於完整的保護措施，長袖、長褲、靴子，避免顏色鮮豔的衣物與少用含有香味的東西，可使用防蚊液、防蚊貼片或其他驅蟲裝置，來減少於戶外被昆蟲叮咬的機會。此外，注意居家環境衛生，避免積水容器，如有養寵物也要定期清洗與殺蚤，來減少住家與住家附近蚊蟲叮咬的機會。當被蚊蟲叮咬後，切記不要搔抓，可局部冷敷或使用清涼止癢的外用擦劑來抑制癢感，如果症狀持續，建議及早就醫，避免因為不當搔抓導致細菌感染，甚至併發蜂窩性組織炎，或是局部發炎反應造成的黑色素沉澱。

No.96
2008
Mar.

CATHAY GENERAL HOSPITAL

【醫學報導】

治療子宮肌瘤新選擇：子宮肌瘤微創手術——射頻消融術

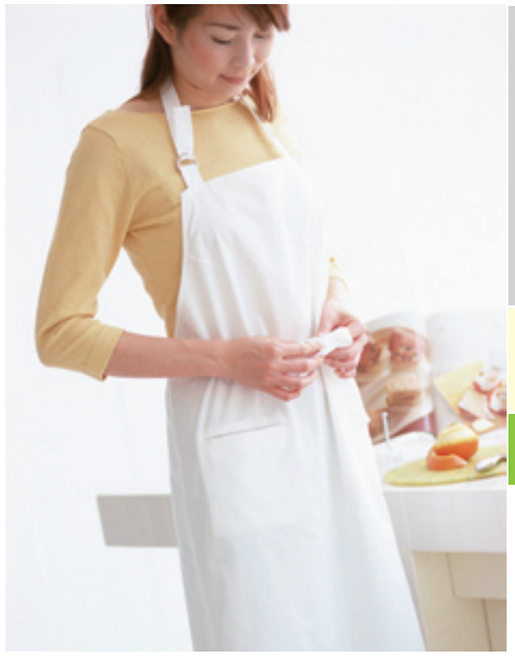
婦產科主治醫師/張美玲

子宮肌瘤是女性生殖系統最常見之良性腫瘤，較保守之統計顯示國內有三成以上育齡婦女患有大小不等之子宮肌瘤，大部分肌瘤患者介於30至50歲。子宮肌瘤患者依肌瘤之大小、數目及生長位置之不同，出現不同的症狀。部份患者沒有症狀而因接受健康檢查或每年例行子宮頸抹片時發現。對於已出現症狀之婦女，其可能症狀包括：不正常之陰部出血、月經量過多、貧血、頻尿、便秘、腹痛、骨盆腔壓迫感、腹部腫塊、不孕、流產、早產、或產道阻塞等等。因受女性賀爾蒙之刺激，肌瘤會隨年齡增加而滋長，症狀也日漸明顯，直到更年期開始，肌瘤才不會繼續變大並漸漸萎縮，故在停經前之數年，很多婦女受肌瘤相關症狀所苦。

出現症狀之子宮肌瘤其治療方法以手術為主，或合併藥物輔助治療。手術之方法視患者對生育之需求、子宮是否想保留及醫師對病情之判斷而定。倘若病患想要保留生育或子宮，可施行肌瘤摘除手術；若沒有生育之需求，則建議施行子宮切除。其手術途徑可用傳統剖腹或腹腔鏡。雖然在某些方面經腹腔鏡之手術途徑優於傳統剖腹手術，但對子宮本身而言：無論是肌瘤摘除或是子宮切除，一定的傷害已經造成。

近年來，有別於上述傳統移除性手術的概念，歐美地區開始發展一種較前衛的子宮肌瘤治療方法：射頻消融術（radiofrequent ablation，簡稱RFA）。這是一種微小創傷手術，其原理是先經陰道、腹部或腹腔鏡置放一根探針於子宮肌瘤裡，藉由探針針尖的高頻率無線電波發送，使範圍內的腫瘤組織因帶電離子被激發振動而產生摩擦熱，導致腫瘤組織在高溫後變質凝固而凋亡，治療後的腫瘤組織最終被身體分解及吸收，達到治療效果。跟據國外文獻最近之記載，施行消融術之病患在一年後之追蹤發現腫瘤會萎縮至手術前體積的三分之一至四分之一，而且經問卷調查發現她們的症狀及生活品質普遍改善。由於這種手術方式可簡化手術的複雜度及減少對子宮的傷害（子宮只有針孔大小之傷口），操作簡單、時間短、失血少、恢復快、副作用小，子宮保留的可能性大幅提昇，增進病人對手術治療的接受度及術後之滿意度。不過並非每位病患都能嘗試此治療方法。想生育之婦女不建議嘗試，並須排除生殖道急性感染或惡性腫瘤之可能，肌瘤之大小、數目及位置都須經嚴格篩選是否適合此療法。而且手術耗材須自費，術後須定期返診追蹤。

總結，肌瘤射頻消融術提供子宮肌瘤病患另一治療新選擇。如上述，此治療有其優缺點及限制，病患在選擇治療方式時應與醫師充分溝通並了解後再來決定。



No.96
2008
Mar.

【醫學報導】

謹「腎」用藥，有效遠離腎臟病

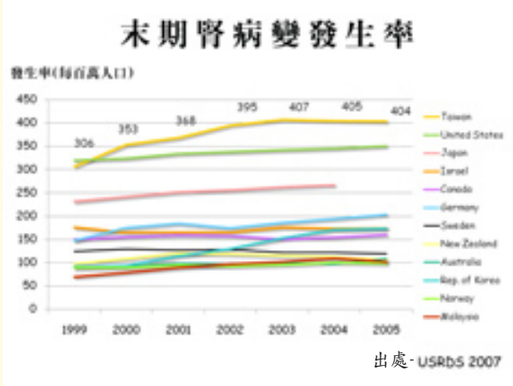
汐止分院腎臟內科醫師/陳怡安
總院腎臟內科主任/楊垂勳

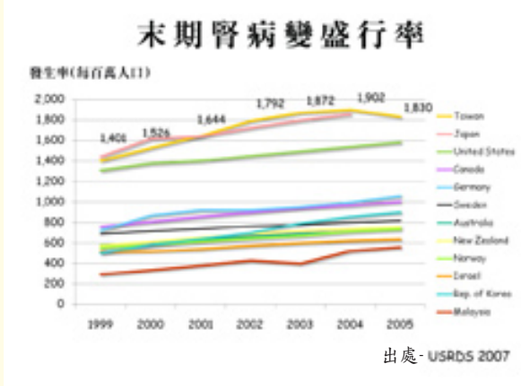
隨著醫療水準的進步，以及人口逐漸老化，近年來各國透析病患人數逐年增加。以美國腎臟病資料登錄系統（USRDS）年報顯示，台灣自2000年起透析病患發生率為世界第一，盛行率僅次於日本居世界第二。2002年起，透析病患發生率及盛行率均為世界第一！到2005年，台灣透析的發生率為每百萬人口404人，盛行率每百萬人口1830人。根據健保局統計，截至2007年8月分為止，全台約有50,000多名透析病患，而且每個月仍以500到800個人數在增加中！透析人數年成長率是6%。倘若以單純只接受透析治療並沒有其他併發症，每位尿毒症患者每年就已經花費將近60多萬元的醫療費用，更遑論這群高危險族群病人也是其他疾病的常客！龐大的醫療費用支出，提醒我們對於腎臟保護的注意！以2004年的資料分析，末期腎病變患者只佔全體就醫人數的0.2%，可是，所要付出的醫療費用，卻佔全部健保支出的6.44%；今年更高達280多億元！這也是目前所有腎臟科醫師最努力推動腎臟病防治的地方！

為什麼台灣地區會有如此高的透析盛行率呢？撇除糖尿病、高血壓、腎絲球腎炎的原因之外；我們發現腎小管間質腎炎，是台灣地區腎臟病異常高於其他國家的一個重要原因。它的臨床表現是多樣化且症狀不明顯，以致於很容易被忽略掉。產生腎小管間質腎炎的原因有許多，包括：感染、藥物（包含止痛藥、顯影劑、抗生素、胃藥等）、代謝性疾病（例如：高尿酸、高血鈣、低血鉀）、中草藥腎病變、遺傳性或血液方面的疾病等。在過去，抗生素使用還沒這麼普及之前，最常見的原因是感染。但是，現今醫學中，腎小管間質腎炎最常見的致病原因則是藥物。臨床上，絕大多數的人，腎衰竭常常在毫無預警心態下被發現到，只有血壓稍微偏高，貧血程度與其腎功能相比較而言，較為嚴重，尿液檢查呈現無或輕微的蛋白尿，並無顯著尿液沈渣。追溯起來，除了過去服用藥物的病史外，並無其他可查出來造成腎功能缺損的原因。

我們曾多次針對此問題，進行過相當多的研究，並在各種大型的國際型醫學會議、腎臟雜誌、國內學會及雜誌，發表過我們對於腎小管間質腎炎與腎衰竭的相關性，特別是中草藥腎病變。中草藥腎病變最早是於1992年於比利時提出來，有一群病人都是在同一間診所服用內含中草藥的減肥藥，在過去15年當中並沒有發現腎臟病變；然而，在1990年時醫師在此減肥處方內多加入兩種中藥，分別為粉防己及厚朴：服用此配方以後患者即陸續發現有不明原因的腎衰竭，於是展開一系列公共衛生調查及藥物化學分析。結果發現：因為音誤的關係，粉防己被錯誤置換為廣防己。據中藥的研究報告指出：廣防己當中的馬兜鈴酸成分，具有腎毒性並且可致癌，才發生了此一不可逆的悲劇。我們警覺到這個疾病的重要性，因此針對有懷疑的病例中，積極的作腎臟切片來證實，結果發現自1993年到1995年所進行的腎臟切片中，原發性腎小管間質腎炎從2.3%上升到16.3%；造成的原因以中草藥佔59%為最多。隨後，自1995年1月到2000年9月我們共蒐集了19名病理診斷為中草藥腎病變的病例，發表在國外期刊。我們以薄層色層及高效液相色層對患者所服用的中草藥進行分析，結果無法證實我們的病人所服用的藥物中含有馬兜鈴酸。因此推測這些草藥中還有許多我們所不了解的其他植物毒性，例如重金屬，或是血管收縮素，會快速的令腎臟間質產生纖維化，而產生此一獨特的腎臟病變。2006年到2007年，我們分別在國內及國外腎臟醫學會中，再次就國泰醫院近幾年來腎臟切片報告提出分析。病理報告結果指出：造成原發性腎小管間質腎炎的原因當中，仍然以中草藥最多，高達46%；不幸的是，即使停止使用這些致病的藥物，腎臟功能也僅僅有三分之一患者，可以回復；五分之一可以部分回復；其他將近一半的比率，腎功能均不會恢復，甚至要接受長期的透析治療。也正因為腎小管間質腎炎臨床表現多樣化，有一半的患者是在腎臟切片之後，才發現有腎小管間質腎炎在其中，多為不當使用藥物所引起。因此根據我們的研究，藥物引起之腎衰竭遠比我們想像的還要多，常被低估，尤其是來路不明或標示成分不清的中草藥。

許多西藥也是從中草藥提煉出來的，其實無論是中藥或是西藥使用不當、冒用、代用、替用都會造成人體的傷害，也因此呼籲國人，必須使用醫師處方之藥物，尤其目前國健局、健保局及台灣腎臟學會正長期推廣慢性腎臟病的防治計畫，希望能降低洗腎人口之發生率減少健保局之支出，保障國民的健康。在此我們提出對腎小管間質腎炎之重視，改善國人服藥的習慣：沒有人希望自己將來被診斷為腎衰竭，也再次提醒民眾濫服藥物和此疾病之相關性。





▲表一、表二：1999年到2005年各國末期腎病變發生率及盛行率。台灣（淺黃色）發生率及盛行率目前均居世界第一。

▲表三：台灣地區末期腎病變發生率及盛行率。從1999年到2004年是逐年上升。2005年起，因為慢性腎臟病防治的推廣以及民眾的重視，有略為下降狀況。

【阿山哥談眼科（十九）】

黃斑部病變後面對生活的新挑戰
－利用第三隻眼、改變生活習慣和耐心

新竹分院眼科主任/陳瑩山

近年來，門診時發現得到黃斑部病變的病人愈來愈多，當我告訴她（他）是黃斑部病變時，許多人一開始時會有視茫茫和心茫茫的感覺，但是我總是告訴病人：「我們還有許多方法可以克服黃斑部病變帶來的挑戰！！！」

事實上，黃斑部病變是漸進式的疾病，視力隨時間逐漸轉弱，但是在過程中，病人可以調整自己的生活方式，重新規劃身邊的物品和環境，加上家人的協助和支持，黃斑部病變的病人仍然可以享有愉快和健康的生活。

家人或朋友扮演重要的角色，來協助黃斑部病變病人改善生活。大多老年人得到疾病後，可能因為視力不佳，而變得退縮，進而與外界隔絕，事實上這樣的生活方式也會成為家人的重擔，因此家人可以注意生活上的小東西，只要能幫助黃斑部病變病人看得舒服，都是可以嘗試的行動。

點亮幾盞燈－改變家中的照明設備

重新規劃家中燈光和照明設備

換上大燭光的燈泡，或是買一個新的檯燈，可以讓屋內為之一亮。由於黃斑部病變病人，大多年紀較大，可能會因為習慣節省，而不願意更換家中燈光，可是明亮的照明設備，會讓你更容易看清處周圍事物，減少視力減弱帶來的不變，讓自己過得更舒服些。

買一個可以伸縮的落地抬燈

由於視力減弱，看書報成為困難的事，這時可以考慮買台一百瓦燭光以上的抬燈，以自己經常看書報的椅子為中心，安置檯燈在距離座位約二十公分左右的地方，為了避免光線直射，抬燈應放在側邊，從旁邊射過來的光源，讓自己仍能享受閱讀的樂趣。

另眼相看－利用第三隻「眼」幫助自己看清楚

黃斑部病變的眼力會愈來愈差時，除了自己的眼睛之外，需要「第三隻眼」幫助和彌補較差的視力。通常第三隻眼包括一副好的眼鏡、望遠鏡、放大鏡和一支小手電筒，都是視力不佳的人必備的「眼」。

一副好眼鏡－矯正原本視力問題

對黃斑部病變病人來說，一副好眼鏡是最重要的工具。雖然眼鏡並不能改善黃斑部病變而喪失的視力，但不管妳是近視、遠視或老花眼，都應該配副正確度數的眼鏡，看得更清楚一點。

配眼鏡或是購買太陽眼鏡時，別忘了鏡片一定要塗上過濾紫外線保護膜，減少紫外線傳進眼睛造成的傷害，增加外界事物的對比色，並幫助病人適應從光亮到較暗的環境。不過要注意的事，不需要配有色的眼鏡鏡片或是帶顏色極深的太陽眼鏡，因為鏡片顏色太暗，反而影響了病人的視力。

黃斑部病變病人的眼睛一直在老化當中，應盡量避免任何影響眼睛健康的因素都，過量的紫外線就是損害眼睛的因素之一。

望遠鏡—看遠山含笑

大多數的老人家應該沒有「玩」過望遠鏡，頂多是看見孫子拿來當玩具或是到野外去賞鳥之類的活動，現在你自己也有機會過癮了，買一個望遠鏡放在家裡，當有需要看遠的東西時，如果看不清楚，只要可以拿起望遠鏡，享受一下當野生動物專家的樂趣。

放大鏡或是特別的眼鏡—掌握近在咫尺的事物

不管是報紙或雜誌，印刷的字體太小，都不適合視力不佳的人閱讀，因此我們要自力救濟，準備放大鏡或是特別的眼鏡，放大增加字體大小，即使得到黃斑部病變，還是可以靠閱讀「知天下事」。

目前市面上的放大鏡可以分成距離性放大鏡、尺寸性放大鏡。距離性放大鏡是將放大鏡靠近自己時，看某個距離之內的東西，東西看起來會變大，例如穿針引線時，距離性放大鏡就是很有用的工具；尺寸性放大鏡是平常最常見的放大鏡就是將原來尺寸的物品放大其大小因此可以看得更清楚，事實上大部份四十歲以上的人可能都會需要一個放大鏡來看電話簿上密密麻麻的小字，因此選購一個手拿的放大鏡，需要時可以放大身邊的世界。

準備一個隨手拿得到的小手電筒—避免暗中摸索

手電筒有許多用處。例如晚上起床要上廁所，一時之間找不到電燈開關，隨手可拿到的手電筒就會派上用場；晚上回家時拿鑰匙開門，如果看不見鎖孔，打開手電筒也可以幫忙自己找到回家的路。

「大」開眼界—放大生活中的物品

為了掌握時間，去店裡尋找數字型的鬧鐘，而且顯示數字愈大愈好，有些鬧鐘可以按一下告知現在時間，減少看不見時間帶來的困擾。

對視力不佳的人來說，目前電話上按鍵數字都太小了，因此到大賣場或專門賣電話的商店，尋找按鍵數字很大的電話，即使是得到黃斑部病變，還是可以透過電話與子女或朋友溝通，尤其電話是視障者對外溝通的重要工具，因此家中必須有一個大型電話。

化妝鏡是女人生活中不可缺的「魔鏡」。市面上有些化妝鏡分成兩面，一面是正常的鏡子，另一面則是可以放大的鏡子，對視力正常的人來說，未必喜歡使用放大鏡，因為臉上細紋一覽無遺，可是

對黃斑部病變病人來說，能夠透過放大鏡擦上化妝品，看見自己的容顏變化，視力差一點又何妨！

家中準備粗字筆、例如各種顏色的白板筆，寫出筆劃粗的大字，幫助黃斑部病變病人寫和看的更清楚。一般的原子筆寫出來的筆劃都太細，不管是病人寫字或是家人寫字給病人看，都不是最好的選擇。

目前的報章雜誌字都太小，但是我也發現有的報紙字比較大，而且圖片多，家人或自己可以選擇這種類型的報紙，維持自己與外界的接觸。

如果黃斑部病人喜歡看電視，但是家中電視太小看不清楚時，可以用不同方法解決，例如坐得離電視近一點，別擔心輻射問題，只要看得清楚就好；另外最近電視銀幕愈來愈大的趨勢，就讓我很高興，因為做眼科醫師，看到許多視力不佳的病人，都會因為電漿電視或液晶電視降價而受惠。就有病人告訴我，家中買了台電漿電視：「大銀幕，看起來舒服多了。」

目前黃斑部病變的病人因年紀較大，還沒有使用電腦的習慣，但是隨著高齡人口的增加，目前的電腦族勢必也要面對黃斑部病變。習慣使用電腦的人可以試著用較大的銀幕，將字體調大，比較容易看得更清楚。

使用行動電話之前，以語音方式輸入經常聯絡的親戚朋友電話，日後想要找這些人時，不必花時間和眼力尋找姓名和電話，只要用說的就可以打出行動電話。

物歸原處—身邊的小東西永遠固定放

身邊的小物品如鑰匙、藥品、皮包和眼鏡都放在相同地方，每次用完都放回原處，可以減少自己找不到東西的困擾和壓力。視力不好的人家中，應該遵守物品固定位置的原則，因為眼力不好，又經常翻天覆地的找東西，會感受到很大的心理壓力和挫折，其實小東西固定位置後，是彌補視力不好的好方法。

分出青紅皂白—做大字標籤或用不同顏色分類

做一些大字的標貼，貼在藥瓶上，讓自己容易辨識高血壓藥、維他命還是鈣補充劑，以免發生吃錯藥事件；此外廚房裡的調味料瓶子，可以用不同顏色的紙包裹起來，只要記住黃色是醬油、藍色是油、綠色的鹽和紅色的糖，煮飯時比較不會出錯。

黑白分明的世界—多利用對比色、少用花色和格子

黃斑部病變病人並非完全失去視力，只是視力變弱，因此應該試著讓環境和物品更容易看清楚，生活才能比較輕鬆。增加物品和背景的顏色對比，是個好方法，試想一支黑筆放在白色的桌布上，就有很好的對比，如果黑筆放在深藍色的桌布上，幾乎沒有任何對比，視力較差的人可能很難找到這支筆。

家中如果有玻璃的傢俱，可以鋪上與牆壁背景產生對比的桌布，但盡量不要用碎花和格子布，因為這兩種色調，不容易顯現對比，任何東西放上去，恐怕都會造成視而不見的後果。

耐心、勇氣和承諾

不管是你的第三隻眼或是養成物歸原處的習慣，都需要耐心和練習，才能讓自己逐漸適應視力不佳的事實。大多數得到黃斑部病變的都是五、六十歲以上的人，已經習慣於自己原有的生活方式，但是逐漸衰退的視力，需要勇氣學習新生活方式和習慣，才能讓自己生活得更方便。

常有病人問我：「為什麼我會得到黃斑部病變？」除了一些研究之外，我也很難給病人完美的答案，因為醫界對疾病和疾病的原因還有太多的未知和無解。大多數黃斑部病變病人，中年以後不再需要煩惱工作、教養孩子的問題，但是面對視力減退的挑戰，最實際的行動就是重新學習過生活，在家人的支持下，仍能維持一個快樂健康的生活！

～讓生死兩無憾～
安寧療護工作者的心靈點滴

護理部安寧共同照護護理師 / 陳美智

活著，是最好的禮物；善終，是最美的祝福。
人生也可以如此完美，讓安寧療護陪您走一段！

還記得自己還是學生時，曾有機會讀到「人生五福」一書，當時年紀尚小的我，對於「人生」完全毫無瞭解，因此，當時的我對於「善終」也名列在五福之列，實不懂已。事隔多年，當我步入職場，真正在臨床工作照護病人，面對生命中的生、老、病、死，我終於明白「善終」為何會名列於人生五福之一的理由了。

大學時候，偶然的機會到兒童癌症病房實習，初次的探索，啓發我對癌症病患及其照護產生濃郁的興趣，大學畢業時，下定決心從事腫瘤護理，因為長期接觸癌症病患，許多患者常需反覆入院做化學治療，因此和病患、家屬建立了深厚的護病關係，在照護病患的過程中，面對病患一一的向我告別，我曾對自己的價值、功能產生了質疑，我付出的意義究竟為何，後來我才逐漸瞭解這就是癌症病患的「宿命」，也才開始懂得轉念，體會到「不在乎天長地久、只在乎曾經擁有」，在癌症病患身上的意義。因為深厚的護病關係，每當病患隨著治療無效時，生命得強迫被畫下句點，我就更加瞭解善終的重要性，如何在不完美的結局中，找尋完美的痕跡，這就是安寧療護的意義。

有鑒於國內癌症病患逐年增加，癌症末期病患的照護早已備受重視，「國家癌症防治五年計畫」明訂，期盼九十七年時，因癌症死亡之個案中，至少半數的個案可以得到適當的安寧照護，為落實及達到此一目標，民國九十二年，行政院衛生署國民健康局開始推行安寧居家，將癌症末期病患的照護，除了在安寧病房實施外，也延伸到家庭；民國九十四年三月，更因國內安寧病房分配不均之情形，國民健康局更是大力推行「安寧共同照護」，亦即「提供急性病房裡癌症末期病人及家屬所需的各類症狀控制與緩解、情緒支持、心理調適、協助

死亡準備與哀傷輔導等照護」，期望更多癌症末期的病患，在生命畫下句點之際，均能受到妥善之照護。

很高興自己一路走來亦能加入本院安寧療護照護之行列，本院安寧療護團隊，從民國九十二年初創之際，直至今日，團隊已愈趨完整，目前本院安寧療護團隊，除有醫師、安寧共同照護護理師、安寧居家護理師外，更有社工師、宗教師及志工的加入，讓病患心理及靈性的照護更加踏實，安寧療護團隊「全隊」的服務，提供癌症病人與家屬「全人、全家、全程」的照顧，讓其獲得更優質的服務，尤其本院汐止安寧病房的開幕，更是讓本院的安寧療護體系更加健全，提供癌末病患更完整之服務。

~~與病人的對話~~
您知道我的不捨嗎？我想要您們順利 平安 無憾

心疼你的淚

早猜到你有滿腹無奈，應該和你深談，
卻始終沒有機會，今天機會突然乍現，
我的關心竟讓你淚眼盈眶、淚水潰堤.....
我好心疼！心疼你在身體上的不適外，也承受心理上的苦，
也許你並非十分了解自己的病情，
但你卻暗暗知道自己的病是無法治癒了，
你對自己現在的疾病現況感到無奈、拖延生命，
我握著你的手，看著含淚訴說自己心情的你，我不知該如何安慰你，
我說上帝的安排必定有祂的美意，我們應該盡力去參透，
我明白你的困境，但有些事是急不得的，
於是我們一起向上帝禱告，期盼上帝繼續引領我們度過人生的每一關卡，
若生命是該畫下句點，也請上帝帶領我們一起前去天國，和祂相伴。

我的大.....Baby.....

五個字名字的你 就如你的名字一樣的特別
雖然病痛在你身上留下了痕跡 但在你炯炯有神的眼裡
依稀可看出當年英姿煥發的你
因為疾病的干擾 你的意識偶不甚清醒、睡夢中自言自語
但卻也讓你變得更加的可愛 令人憐惜 成為病房裡的特別人物
你總愛話當年 話家鄉 評論時事.....
而我因為你口音之故 常無法完全了解你的意思 但我不敢告訴你
只是坐在一旁靜靜的聆聽 盡力去了解、感受
那天我幫你洗頭 你邊睡邊洗 我幫你剪指甲 你依舊邊剪邊睡
有時真有點擔心你過度嗜睡 但我要你泡手時 你又是作勢甚認真、可配合
不禁懷疑自己是否想太多？
也許 你所剩的時間並非甚多 不過 盼望你就像現在一樣的開懷、平安
即使將來你離開我們了 在我心中你留給我的 就是現在最美的記憶
我的大Baby~

讓您的『健保IC卡』更有價值！
「安寧緩和醫療」及「器官捐贈」註記於IC健保卡推廣說明

一、 什麼是健保IC卡註記？目的為何？

健保IC卡註記，也就是依我們個人意願，將有關重大醫療選擇決定，加註記載於健保IC卡資料內容中，當發生醫療需要時，可以作為醫療人員治療參考依據，目前健保局開放註記的項目，為「安寧緩和醫療」及「器官捐贈」意願二項。

二、 為何要推動「安寧緩和醫療」及「器官捐贈」的觀念？

（一）器官捐贈

器官移植醫療的進步，可以幫助許多器官衰竭的重症病患，生命得以延續；目前國內正等待移植的人數已超過伍仟，但每年完成移植者僅約壹佰餘人，器官來源少，多數病患仍在等待中往生；綜究主因之一乃民眾對器官捐贈仍缺乏認識，觀念並未普及，亟需積極加強宣導。

（二）安寧緩和醫療

安寧緩和醫療是指當病患罹患了重症，病情經由醫師診斷，已達生命末期，且再多的醫療協助都無法治癒，避免死亡，此時可依病患及家屬意願，選擇以緩解身體症狀的痛苦，為醫療照顧重點，甚至臨終時可以選擇不進行心肺復甦術，避免因急救讓病患承受更多的身體煎熬；因此健保IC卡的註記，就是在賦予我們預立醫療的選擇及決定權，目前已有愈來愈多民眾，平日除了關心自己的健康外，願意及早開始思考善終的相關問題，IC卡的註記將更能落實對自身權益的保障。

三、 IC卡一旦註記，日後是否可以變更意願或撤除？

當然可以變更及撤除！IC卡註記最重要的理念是尊重個人意願，因此當想法改變欲撤除意願時，可以經由填寫撤消意願相關文件，完成取消加註手續；許多民眾可能考慮加註後，影響治療上的積極程度，事實上救人是醫療人員的天職，尤其安寧緩和醫療及器官捐贈，都另立有法律規定，至少需要兩位醫師認定得以執行；IC卡註記是為了提示醫療人員，並作為與病患、家屬商量後續醫療的依據，應該更能落實尊重病患的意願。

四、如何提出健保IC卡註記申請？

諮詢單位：社會服務室
服務電話：（02）27082121分機1901－1905

健保IC卡註記是必須經由簽署意願書完成申請手續，建議您可至本院或其他各大醫院『社會服務室』辦理，或如您有相關疑問，本院願竭誠與您溝通討論。

努力與榮耀

國合會 感謝

本院參與2007年行動醫療團，獲國合會感謝牌。

由國合會助理秘書長李栢渟醫學博士(左)頒發，本院由黃清水院長(右)代表領獎。

賀

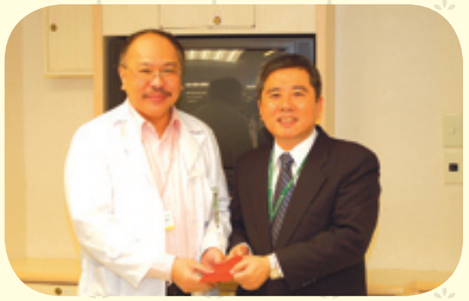
本院臨床診療科：

放射腫瘤科　核子醫學科
放射線科　心臟超音波室
內視鏡室　心導管室
生殖醫學中心　洗腎中心
兒科腦波室　兒科超音波室
聽力檢查室　眩暈檢查室
一般健康檢查中心
高階醫學影像健檢中心

榮獲ISO 9001:2000
品質管理系統驗證

總院-辦公室5S運動績優單位表揚

為推動辦公室落實整齊清潔，讓患者也能感受到本院塑造出的舒適環境，舉辦5S(整理、整頓、清掃、清潔、紀律)運動。選出醫技組放射線科，護理組27病房、5東病房、內科加護病房，行政組公關組等績優單位，由李豐鯤副院長頒獎表揚。



護理組內科加護病房由王榮添主任(左)代表領獎。

醫技組放射線科由賴世育組長(左)代表領獎。

總院-鼠年如意操記者會

總院復健科簡文仁治療師特別設計「鼠年如意操」，希望藉此運動，讓大家能在新的一年裏多做運動、強健體魄。

簡文仁治療師(右一)接受記者採訪時，現場多位來賓也一起學做運動。

汐止分院-護理之家迎春慶生同樂會

為增加住民與護理之家之互動聯繫，舉辦住民迎春慶生同樂會，活動內容有蛋糕慶生、小朋友歌舞表演及營養師與住民共包元寶同歡。

洪焜隆院長(著白袍者)、護理科蕭淑代主任(院長旁)與住民同歡，一起欣賞小朋友歌舞表演。

揮毫贈春聯活動

為迎接新春佳節，總院、汐止分院與新竹分院同步於2月1日舉辦慶祝活動，邀請中國書法學會張順興、林源興書法家，基隆書道會王富美、鄭世珍書法家，新竹市書畫學會王松林書法家等現場揮毫贈春聯。

總院-金豬賀歲納健康

張順興書法家(左一)現場揮毫。

簡文仁治療師向現場民眾示範大掃除正確姿勢。

汐止分院-國泰愛心迎新春

洪焜隆院長(前排左四)與主管一齊向病患、員工賀年。

王富美書法家現場揮毫。

新竹分院-揮毫迎新春

王松林書法家現場揮毫。

總院-舞動扯鈴慶元宵活動

為歡度元宵佳節，總院舉辦「舞動扯鈴慶元宵」活動，活動內容有全國冠軍明道國小扯鈴表演，托兒所小朋友的“金鼠舞蹈”，元宵品嚐，黃清水院長、林志明副院長與李豐鯤副院長一起親贈燈籠與小朋友等，活動會場熱鬧滾滾。

黃清水院長親贈金鼠燈籠與小朋友患者。

托兒所表演可愛的“金鼠舞蹈”。

明道國小扯鈴隊精湛演出“舞動扯鈴”。

新竹分院-「分享愛」活動

與環宇電台合作舉辦「分享愛」活動，“童話夢工廠”節目DJ至兒科病房及門診關懷病童、贈送小禮物，祝福其早日康復。

DJ彥如姐姐(著紅衣者)親贈禮物、氣球予門診病童。

DJ亞喬姐姐(著白衣者)至病房慰問病童。

No.96
2008
Mar.

CATHAY GENERAL HOSPITAL

【健康小站】

超級明星水果－ 蘋 果

營養師/徐嘉徽

蘋果經常被人們譽為健康的食品，西方人傳統上更有「一天一顆蘋果，讓你遠離醫生。」（An apple a day,keep the doctor away）的說法，蘋果功效真的如此嗎？

蘋果的營養成分包含：水分85克、蛋白質0.3克、脂肪0.3克、碳水化合物13.7克(果糖6.5～11.2％，含葡萄糖2.5～3.5％，含蔗糖1.0～5.2％)、熱量53千卡、粗纖維0.5克、膳食纖維1.6克、灰分0.4克、鈣1毫克、磷9毫克、鐵0.3毫克、胡蘿蔔素0.08毫克、硫胺素0.01毫克、核黃素0.01毫克、菸鹼酸0.1毫克、維生素C10毫克。

蘋果含有果膠，是一種水溶性膳食纖維，能夠減少腸內不良細菌的滋生，而幫助有益細菌的繁殖，刺激胃腸蠕動，和膽固醇結合，幫助人體將膽固醇排出體外，血中低密度脂蛋白膽固醇（LDL，即壞膽固醇）降低，同時高密度脂蛋白膽固醇（HDL，即好膽固醇）卻增加了，達到降膽固醇的目的，蘋果對於心血管的幫助可見一斑，同時能刺激腸壁，增加腸蠕動，使糞便不會積滯太久，排出促進腸道內積存的致癌物質易於排出，提高身體免疫能力。至於能抑止腹瀉，主要是靠蘋果中所含的豐富果膠，這種膠質被人體吸收後，能產生調整生理機能的作用。通常輕微的腹瀉，似乎是腸子出了點小狀況，但經過果膠調整身體機能後，一併抑制了腸道的不正常蠕動，因此減輕了腹瀉的症狀。果膠存在蘋果泥中，所以喝去渣或去果泥的蘋果汁效果不大，最好是吃整顆蘋果；即使將蘋果打成汁，也不要去掉果泥。對於有血糖問題的人，蘋果的攝取也要符合營養師的建議攝取量。

當我們在運動時，身體會產生自由基，自由基對於及細胞的破壞，會造成身體的疲勞狀況與疾病的發生，一直是近年來醫學界所關注的對象，如何消除過多的自由基有賴於抗氧化物的提供，除了提供基本的營養，還能對抗自由基。蘋果含珍貴的抗氧化成分～procyanidin(蘋果多酚)，能防止血液內的自由基的侵襲、改善血管健康、減低發炎機會。蘋果多酚可以抑制血小板凝集，避免產生血栓，人體的動脈在發炎、損傷的情況下，血栓就會形成，因而誘發心血管疾病，蘋果多酚的抗血栓作用，能及時阻止動脈硬化的發展，建立起良好的防衛組織，如此就可以輕輕鬆鬆跟心臟病說Bye Bye！蘋果多酚主要存在蘋果皮中，因此想要攝取較多的蘋果多酚，需要連皮一起吃，但是多數的人，在吃蘋果時，可能考慮農藥或口感，會將蘋果皮去除，因此使蘋果能發揮的保健效益大打折扣。另外，當蘋果的存放時間較久時，蘋果多酚也會跟著逐漸消失。

許多科學家，開始用來預防癌症的實驗上。由於蘋果的抗氧化能力非常強，每顆蘋果大約含有10％左右每日建議量的維它命C，所以被認為是防癌抗老之明星水果。我們日常生活中，利用蘋果在菜餚的製備上，無論是煎、煮、烤、炸，展現出與眾不同的風味，使飲食更趨多元化吹起一股養生的風潮，也增添吃蘋果的樂趣。

推薦幾道蘋果創意食譜，供大家參考：

蘋果食譜－

蘋果春捲

材　料：潤餅皮、苜蓿芽、蘋果、甜椒
調味料：花生粉、優格、蕃茄醬
做　法：1.蘋果、甜椒切成長條型備用
2.潤餅皮排在桌面，裡面放入苜蓿芽和切好的蘋果、甜椒，淋上調味料，捲成春捲的形狀，對切即可食用。

蘋果牛奶

材　料：蘋果、鮮奶
調味料：糖
做　法：1.蘋果去皮切成小方丁，備用。
2.切好的蘋果放入果汁機與鮮奶一同絞拌，依個人口味加糖，即可。

蘋果蝦鬆

材　料：蝦仁、蘋果、萵苣、玉米脆片
調味料：胡椒粉、鹽、米酒、油
做　法：1.蝦仁切小丁，過油後，備用。
2.蘋果切小丁，備用。
3.蝦仁、蘋果、玉米脆片一起拌勻，調味後，盛放在萵苣葉上，即可。

No.96
2008
Mar.

CATHAY GENERAL HOSPITAL

【癌症防治專欄】

腸癌之口服化療藥物新知

個案管理師/蔡佩君

近來陸續得知藝人楊烈、名導演楊德昌罹患大腸癌的消息，促使社會大眾對於此種癌症感到憂心。近三年來大腸癌死亡年增率達9.8％，醫界人士估計，未來十年腸癌將會成為國人發生率最高的癌症，並有年輕化的趨勢。但罹患癌症就是死刑宣告嗎？根據統計結果，在各種癌症當中，大腸直腸癌是治療效果最佳的癌症，只要能早期發現，切除病灶一樣可以達到很好的存活率。在本院就有多位存活長達十幾二十年的腸癌患者，可見癌症不一定是絕症。除此之外，新藥的不斷研發，也讓癌症治療露曙光。抗癌新藥推陳出新，療效比傳統化療藥物更好，副作用也更少，故病人在康復的過程中，就能兼顧到生活品質。

目前衛生署核准UFUR、Xeloda兩種口服化療藥物上市，以下就兩種藥物予以說明：

UFUR（友復）：

友復(UFUR)膠囊每日分2~3次口服，一般使用28日休息7日，以35日為一治療週期。

友復膠囊常見的副作用：

病人易感覺到口乾、食慾不佳，有點拉肚子的情況，這些是服用化療藥物所造成，其處理方法為：

1. 口乾時，建議每天基本飲水量2000ml，如果發生口腔潰瘍，可請主治醫師開口內膏來輔助使用，降低疼痛不適的感覺，可改用軟毛牙刷，並於用餐完後立即漱口。
2. 食慾不佳時，建議少量多餐，多選用顏色多變的菜色來刺激食慾，或可偶爾吃些甜食，讓心情保持愉快。
3. 腹瀉時，建議選擇清淡的食物，採少量多餐方式，注意肛門外清潔、乾燥，可使用溫熱水坐浴，進食低纖維食物，如米飯、土司、香蕉等，多喝水（2000-3000ml），維持水分平衡，並防止脫水。

Xeloda(截瘤達)

服藥時以每三星期為一週期，連續服用兩星期後停藥一星期(醫師可能依據你的狀況，使用不同週期)，每日分2~3次口服，藥量（顆數）均分成早、晚兩次，約相隔12小時，在早、晚飯後30分鐘與足量的水一起服用，不要嚼碎藥錠。

服用Xeloda後最常出現的副作用：

1. 胃腸道方面：腹瀉、噁心、嘔吐、口腔炎及腹痛等，以腹瀉較為常見。
2. 皮膚方面：手足症候群、紅疹、皮膚乾及皮膚癢。以「手足症候群」（一種包括手掌、腳掌的麻木感、發紅、腫、痛甚至破皮等綜合症狀）最為常見。

「手足症候群」從輕微到嚴重的分級如下：

第一級： 感覺異常（刺或灼熱感）、輕微的紅腫但不會痛。

第二級： 發紅、腫脹、會痛、日常生活較困難。

第三級： 脫皮屑、起水泡、潰瘍、非常痛，會造成走路或手的使用有困難。

3. 全身方面：疲勞、虛弱甚至於發燒。

預防或減輕手足症候群的方法：

其實，一半以上接受Xeloda治療的病患在治療期間會發生「手足症候群」，但平常的預防及早期給予適當處理可以將手足症候群的發生程度降至最低。

可以藉由以下的方法減輕手足症候群：

1. 治療用藥期間，早晚各一次塗抹含urea的藥膏於手掌及腳掌，可以減少其發生率及嚴重度。
2. 維生素B6（每天三次各50mg）及局部早晚2次塗抹含綿羊油的乳霜，似乎也有一些類似的預防效果，但並不能治療手足症候群。
3. 服用Xeloda的病患也應該避免手或足部激烈的摩擦，例如：劇烈運動、用力綑綁的動作和穿太緊的鞋子等。

當出現第一級狀況時，請通知您的主治醫師並回診以便接受治療。發生第二級狀況時，一定要先停藥，並請求醫師協助，直到恢復為第一級或完全正常，才可以重新服用藥物。如果這時候不先停藥，症狀一定會更加嚴重，變成第三級手足症候群。

相信看完上述的說明，想必對腸癌口服化療藥物有更進一步的認識！使用的方便性越高，也讓越來越多的病患躍躍欲試，但還是要提醒您，用藥的規則還是需要相關專科醫師的仔細評估下使用，以避免用藥錯誤，耽誤到病情唷！

【醫學報導】

哮吼

新竹分院小兒科主任/謝承霖

一歲多的安安被媽媽帶來門診就診，安安的聲音沙啞，咳嗽像狗吠，呈現呼吸困難而且聽診時有吸氣性的喘鳴聲。經過仔細診斷，原來安安是哮吼引發的症狀！的確，在最近秋冬劇冷的季節，門診中很容易看到哮吼的病例，而什麼是哮吼呢？

什麼是哮吼？

哮吼（croup）其實是一種急性咽喉部炎症所造成的臨床症狀，它是造成急性上呼吸道阻塞最常見的原因。這會導致咳嗽聽起來狗吠聲，特別當孩子哭泣時。而多數的哮吼是由病毒造成，但相似的症狀也可能由細菌像是嗜血性感冒桿菌（HiB）或是過敏反應所造成。而其中最常造成哮吼的病毒包含是副流行性感冒病毒第二及第三型、呼吸道融合病毒、流行性感冒病毒，腺病毒、甚至是痲疹病毒。多數病毒性哮吼發生在3個月至5歲大的孩子，最常發生在冬天至早春天的期間，而有嚴重併發症的哮吼常常發生在小於3歲的孩子，要特別小心！

什麼是哮吼的症狀？

初期的症狀可能會如同感冒，包括鼻塞、流鼻水、咳嗽和發燒一至二天，接著典型的哮吼症狀可能會有：

1. 聲音沙啞
2. 咳嗽有怪聲音，聽起來像狗吠聲
3. 吸氣時有哮吼聲，即吸氣時吼頭有雜聲，表示上呼吸道阻塞
4. 吸氣急速，吸氣困難
5. 若感染三天後仍持續高燒起伏或咳嗽加劇，需考慮是否有併發症（如中耳炎或細菌性支氣管炎，肺炎等）

而病童常常在哭鬧時會更嚴重，也常常在夜晚突然出現如狗吠一般的咳嗽，吸氣時出現喘鳴音，聲音沙啞，不太嚴重的可能連續幾天晚上都反覆的發作，白天又恢復正常。如果白天去看醫生時記得告訴醫生，寶寶夜裡會咳到像狗吠一樣，以使於醫生做正確的診斷治療。

哮吼的診斷

哮吼在臨床上的診斷主要還是要醫師經由聽診、病史加以確定。也可以經由X光檢查評估呼吸道狹窄及阻塞的程度。另外哮吼須與氣喘發作症狀，異物吸入、咽部膿腫、血管神經性水腫、甚至是喉部腫瘤作鑑別診斷。

哮吼的治療

治療哮吼的首要目標是降低咽喉水腫使呼因到暢通，並注意有無併發症發生。若是症狀輕微，可以先讓病童呼吸潮濕空氣以藉由水蒸氣降低喉頭水腫，使呼吸道順暢，如此有助於緩解呼吸困難的症狀。另外要儘量安撫病童，避免哭鬧加重呼吸道腫脹阻塞；也要給於充足水分，並少量多餐；藥物方面則是給予適度消腫、消腫及症狀藥物的使用。而嚴重症狀的病童有的則需要住院治療，包括注射點滴補充水分，並給予類固醇藥物或蒸氣吸入腎上腺素使呼吸道發言腫脹處加速消炎；另外對於有合併其他細菌性感染的病童，則要給予抗生素治療。

【復健科專欄】

我「吃飯」給你看？！
－淺談兒童音韻異常

汐止分院復健科主治醫師/韓紹禮

吃飯的時候，隔壁桌的小女孩望著爸爸，手裡拿著積木咿咿呀呀努力表達「想要玩積木」的時候，另一位約莫六歲的大男孩馬上衝過來，搶過積木，大聲的說「我來吃飯給你看」，轉瞬間所有大人們一陣錯愕與寂靜，不久又突然爆笑起來，原來哥哥要表達「我來示範給你看」只是因為發音不清楚，把「示範」說成「吃飯」。我望著一旁畏畏縮縮躲在媽媽懷裡的小哥哥，臉上浮起不悅的表情與滿腹的委屈，眼睛裡還含著淚水，像極做錯事被婆婆責罵的小媳婦，媽媽也不高興了，開始滴咕起來「怎麼教都教不會」……

我仔細觀察小男孩的活動，這孩子應該就是之前所謂的「構音異常」的孩子。構音異常比較正確的說法應該是「音韻異常」。當孩子診斷「音韻異常」時，第一個需要接受語言訓練的人並不是孩子，而是照顧孩子的家長們。所以我們在門診往往花很多的時間教育父母，告訴父母這個狀況需要接受語言治療，同時必須追蹤是否出現其他溝通的問題；其次是教育父母必須「耐心聽孩子說完每句話」。發現孩子說話不清楚時，往往家長第一個反應就是馬上打斷孩子的話，然後用命令的口氣告訴孩子正確的發音。這並不是好的方法，容易造成孩子失去耐性而發脾氣或甚至不說了，用手指他想要的東西，反而更失去練習的機會。耐心聽完孩子說的句子，遇到聽不懂得時候，請兒童再說一次；一旦聽懂時，需要請父母利用比較慢 而且清楚的重述孩子所說的話，甚至需要誇張的嘴型、打開嘴巴讓孩子明白舌頭與嘴唇的位置，不要加油添醋、不要改變孩子使用的句型，只要照著孩子所說的句子結構重述即可，讓孩子有機會聽到完整的句子以及某些字在句子中前後音相連時的發音，對孩子來說才能達到真正幫助練習而非打擊信心造成挫折。

除此之外，隨時練習「說話」才是真正的練習。發音的練習絕對不是作功課而已，日常生活中每個細節都可以 是練習的好時機。舉例來說，當爸爸帶著孩子等公車時，一手牽著孩子，一手指著招牌上的圖案，耐心教導的孩子那些代表的意義，讓孩子跟著爸爸的嘴型模仿聲音，孩子表現良好時，不忘記給予口頭的鼓勵等，這才是理想的說話訓練方式。此外，一些簡單的樂器、吹紙風車的遊戲、辦家家酒的遊戲等，對於語言發展都有很大的幫助。

我望著隔壁桌的小男孩，這下因為感覺很熱，想要說「很熱」卻一直說成「很樂、很樂，我很樂」，又造成一旁的大人哄堂大笑，小男孩這下子放聲大哭了，媽媽也失去耐性終於罵起來。我不知道那位小男孩接下來的際遇，這群孩子並不是「發展遲緩」的範疇，但卻需要積極面對與治療，減少將來會遇到的挫折。記得一位知名女星的廣告中，在每天鏡頭前的光鮮亮麗卻需背負極大的壓力，於是終於受不了開著窗戶大聲吶喊「不要給我打分數」，而我的門診有一位音韻異常的小孩學的唯妙唯肖，當她舉起雙手學著大聲嘶喊出「不要給我大笨豬」時，除了令人噴飯外，或許大人在意發音對不對的「分數」對於孩子而言真的就像「笨豬」一樣吧！

No.96
2008
Mar.

【心靈饗宴】

「茶顏觀色」話臺茶

整形外科主任/吳瑞星

由於從事外科，必然崇尚理性、講求實證的科學精神，然而，今天我僅想談談「喝茶」的經驗，因屬主觀體認，只能稱之分享。我不必由上古神農嚐百草解毒療疾談起，也不會愚拙地抄唐代茶聖陸羽茶經，更不敢自暴己短的談茶知識，今天在各領域皆有專家，分門別類就健康疾病、美容、瘦身、抗癌、防老等「茶」研究，各位大可自行搜尋新知，而我唯一能確定的是堅持在生活中手持一杯臺灣烏龍茶，今拙文我見、我聞臺茶文化。

臺灣人熱情好客，敬天畏地，先民在鄉間道路奉茶解渴，寺廟內供茶敬祀，路人行經家門口客氣招呼「入來喫茶喲！」。民間聖俗文化乃至煙花茶室、文定訂之囍皆源自此開門七事。台灣茶史發展到今天，成為中外聞名的精緻文化表徵，這一路上我們都念茲在茲，多少參與了這段茶文化的形成。

本島氣候地形變化多元，北、中、南甚至東海岩岸皆產茶，高、中、低海拔種不同茶樹種，春夏秋冬四季可產4-6次。因據品種、節氣、採收方式、工續手法、焙火程度、外觀塑形及儲存條件，甚而經由地方或全國比賽評鑑茶葉的資格檢定價值地位，有時想想，這與培育專科醫師的養成，需諸多先天條件後天努力道理皆通。

我平日雖不談修身養性之道，假日亦不會著布衫養盆栽，但二十多年來我始終愛茶如一。世界三大無酒精飲品茶、咖啡、可可（巧克力原料），在今天西風東漸的臺灣，只見美式星巴克林立，法國五大酒廠迷思了臺灣，有時只有在海外才會懷念烏龍茶的甘、沁、高雅。其實學習茶知識及或茶葉來源皆不難，每個家庭都有臺灣茶，年節親友、廠商、病友送禮，開業朋友甚至還被迫買「兄弟茶」。只要有茶葉，有時間看電視，再進一步安排一下茶空間與飲茶時段，生活的品質定可提昇不少。以下是我的狀況，提供參考茶空間、茶時段、臺茶簡史。

一、茶空間

家中有特定茶桌是由兩片牛樟木老門板修改而成，樸實安定的茶桌面常年擺置簡易茶具及相關器物。四周盡量保持具「和、靜、清、寂」茶道精神的藝術品，如好風雅者，每周、每季可因個人興趣、預算，在花木、字畫、織品、茶具及茶葉上求變化。妻因喜歡茶席佈置，我也從中受益不少，晚上兩人喝「夫妻」茶，二十年下來也說上了不少話。

二、茶時段

晨茶－

起床後喝上杯清茶（毛茶）或文山包種茶，感受潤喉爽口後，早餐與咖啡將更可口豐美。可惜常有時間不足之憾，只有周日能安心定性來泡這壺晨茶。今初夏受邀清香齋主辦之日出茶會，清晨四點抵陽明山頂「食養山房」，手電筒與燭光中擊磬默語，百餘位愛茶人靜聆林中虫蟬鳥鳴，喚出雲破霞開。日出破曉中，二十多席不同的臺灣烏龍茶香輕拂山谷，我等一介中年男子亦不禁動容，霎時亦有「兩袖習習生風，欲乘風而去」之感；會後七點正，驅車下山看門診的心情是多年來不曾有的愉悅。

上午茶－

在看診或等開刀之間，口乾舌燥、氣悶胸緊以蓋碗杯沏上高山烏龍茶，香味甘霎時雲開風清，去煩解疲。中秋節在清境農場與科內同仁出遊之餘，購得全臺最高海拔2,700之「華崗第一等高山烏龍」，飲用時茶山、茶農、茶師的容顏浮現，這真說明了老茶人口中的天地人日月精華，瓊漿玉露為何物。一杯臺灣第一等，助我提神後再度投入工作，只需10cc威力遙勝蠻牛。

下午茶－

工作告一段落，若有空與科內同事坐一坐，可用簡易工夫泡茶法，開水溫壺、溫杯後三分之一茶量入壺，可沖上四、五回。午後的鐵觀音，常使人放鬆，是外科醫師難得的享受，人情事理、工作困頓也經由這15至20分鐘獲得交流舒發。家居木柵，名產正叢鐵觀音，喉韻雋久，熟果香厚回甘。去年往某頭等獎茶師老厝家觀摩，連夜炒茶、焙茶過程「看茶做茶」工夫十分令人欽佩。老茶師必須有藝術家直覺，加上科學家的精準度，古法的堅持加上務實的彈性調整，這與我們開刀的當下判斷與平日的訓練不謀而合。

下班茶－

回家停車抵家後，燥熱缺水之際，可先喝上杯金萱冷泡茶，然後再淋浴休息用餐，這看似簡單的小過程，確成讓整晚是否愉快的重要關鍵。有時妻因忙碌或出國，方悟「茶不思，飯不想」為何意。茶在不同的時段代表了不同的意義與象徵。我依賴這些過渡，它物質上是時鐘，精神上是「綠洲」。茶是諸繁雜活動進行間的一道道橋，不同時間通過這些過渡，我們進入一個個不同的領域空間，歷史或個人故事在這些空間內被記載或流失。

夜茶－

看看電視約十點半左右，本能地似由生理時鐘促我邀妻泡茶，此間常泡桃竹苗區北埔白豪烏龍（茶中高價品人稱膨風茶，因得英國女王喜愛命之東方美人）。茶湯微酸，帶蜜色蜜香，低溫九十度以下沖泡，重發酵的「臺茶之光」是因夏季小綠葉蟬蛀後，葉面受害而出現特殊風味；此外，為不影響入眠「大陸產、香港賣、臺灣收藏」的普耳茶，也是臺灣在茶文化上領先的指標。茶餅、磚、沱皆各具特色；生普、熟普依人喜好。但原則上多追求潤、順、滑、香等渾厚感。年初於坪林收藏家林獻能先生處，主人興起開老印字號（有紅、黃、綠、藍等印字圖樣之老普洱茶餅），乘興又喝到雙花及千兩茶，心中感激主人的品味與慷慨，相邀今年再共飲老宋聘，頗有古人「以茶會友真知己」之風雅。

三、臺茶簡史

臺灣自十六世紀番記文中即載寫野生茶樹位多在水沙連（今埔里），人工茶於清代柯朝氏在瑞芳試種成功；1860英商John Dodd藉樟腦輸出之便，將臺茶貼上「Formosa Oolong Tea」美人圖樣銷往歐洲之後，包種茶亦以四兩一包的大批運往東南亞，撫慰僑民思鄉之情。日據時煎茶（綠茶）及日東紅茶種植，奠定了今天三峽碧螺春及魚池鄉紅茶的基礎。福建安溪鐵觀音引進後，再改寫台茶由條索狀精柔成今日常見的球形，貴如凍頂烏龍珠露，動則上萬元的身價，說明了今日臺灣茶崇高的地位。

由農業製造業進入商業社會，臺灣子弟家族故事多少見證如此之縮影，由過去喝茶解渴、供神奉客、喜慶習俗的年代進入精緻茶文化。茶具、茶會、茶食、茶藝、茶道、茶文化在產官學的背書下，它成為臺灣人的驕傲。每每能在海外開會、打球或旅遊時能喝上一壺臺灣烏龍茶，幸福油然而生。我等者幸運在此福地，何不在假日相邀泡茶？！

古云　一人啜曰神
　　二人飲曰勝
　　三四人曰趣
　　五六人曰泛
　　七八人曰施
人不在多，有茶則灵
茶不在精，有心則茗
人不等茶，茶不等人，我泡茶去矣！

【心靈饗宴】

何必殺蟻

前內科主任/王子哲

大部份的人都見過螞蟻在地上或廚房裡爬，很多人為了清潔起見，有的人用掃帚掃掉，有的人用水沖掉，有的人甚至採用火攻，辦法不一而足，這樣一來，螞蟻死傷不計其數，而大家卻習以為常，不以為意，久而久之，愛惜生命的心漸漸地減少，這是不好的。

螞蟻出來覓食，乃其求生之道。家有螞蟻，即表示家裡有食物餅屑掉在地上。大家不隨手拾起或掃掉，等到螞蟻出現，再想怪罪螞蟻，這是不對的。雖然掉落食物在地上是人們的無心之過，如果再殺螞蟻的話，無形中犯了涉嫌誘殺的罪過。防止螞蟻的方法，首重維持環境的清潔，地上有東西，應該馬上拾起或清掉。我一向吃飯很快，常常米粒掉到地上，我就馬上拾起來；如果掉在家裡地上，我自小就養成再放進嘴裡吃下去的習慣。如果地上螞蟻成群，也不必著急，只要把食物餅屑清掉，螞蟻自然會離開，或用紙張讓螞蟻爬上去，拿到外面放在空地上，螞蟻自然走開，根本不太費事。尤其家有小孩，大人應該在小孩面前表現人有好生之德，無形中小孩才會養成不殺生的習慣，這是最重要的，但是大部分的人多忽略了。

身罹重病惡疾的人，更應該以不殺生為其養病之道。如果內心常有殺生的情緒，勢必會增加體內壞的荷爾蒙的產生，因而引發血壓增高，心臟衰竭，甚至嚴重的會因心律不整而猝死，或刺激體內異常細胞的增生而產生各種疾病。所以家有螞蟻或蟑螂，固然令人討厭，如果減少掉落食物及餅屑或塞住許多通往水管的通路，皆可減少這些動物的出現，就不必常為這種事情而困擾了。而且有重病的人更應該避免舉辦慶生會，大宴賓客。殊不知，多做這種活動常會陷自己於「破病」的地步而不知。希望大家有所節制才好。

上天有好生之德，而動物有相殺之心，人之不同於禽獸的是什麼呢？孟子曰：「惻隱之心人皆有之」、「見其生，不忍見其死，聞其聲，不忍食其肉。是以君子遠庖廚也」，所以在飯店聚餐時，大人不應該在小孩子面前專挑活蝦活魚來做菜，以表示自己是老饕一個，實際上是對自己對小孩都有不好的影響的。人本來應該不好殺生才對，而現代人的暴戾、好殺之心甚於古人，為什麼呢？因為受到不良的環境所影響的。今日的社會，人與人之間，缺少以禮相待，更不必說去服務別人了，加上各種媒體多以淫亂、暴力的報導為主，缺少溫馨的主題，尤其電影的逼真動作，更使年青人不知不覺地受其影響而仿效之。以前新聞局電檢處尚作事有分寸，檢查有尺度，現在竟然比歐美更開放、更暴露的鏡頭都可以上映，名之為開通進步，不知其害死國人，比之吸毒更為嚴重，而其影響社會的安寧，更是不可以道理計的。

Thank You

病人的滿意及感謝的笑容
是支持我們更加努力的最大力量

[致總院感謝函]

本人罹患疝氣，在黃清水院長百忙之中親自看診並安排住院，接受無張力人工網膜疝氣修補手術，由於半身麻醉得宜，沒有疼痛的感覺，歷經一小時完成，翌日出院，迄今已一週了，復原良好，感謝黃院長醫術精湛，視病如親，帶領優秀的醫療團隊親切的照護下，恢復了健康，特致深深的感激。

患者 吳○○ 敬上

[致總院感謝函]

Excellent care
Many thanks to Dr. Meng-Ling Chen and his team of nurses (including Fanny) on Floor 7 West. Your skills, kindness and care were exceptional and I am most grateful in helping me to begin to recover from DVT. Your hospital can be proud of the quality of these professionals and health care and my medical support team in the UK will learn more of your excellence. Thank you again and best wishes to you all.

Andrew Eaglen

[致總院感謝函]

家父傅良玉在貴院治療前後五個多月，接受到許多醫生護士的細心照護，我們全家都十分感謝，謝謝！
其中特別需要感謝邱銘煌醫師，他不僅醫術了得，醫德亦佳，宅心仁厚，足堪醫界表率！請轉達我們的感謝，再一次謝謝！

傅○○先生

[致總院感謝函]

報告 于湖濱安養中心
汪某右足大拇趾甲受黴菌感染，經皮膚科醫師診治，只開Suleonazole外用，無效：改掛 貴院皮膚科主任胡淑玲大醫師門診號，胡主任臨床經驗豐富，處事有擔當，不避重責，為我年過90高齡，且體弱多病者，開手術醫囑，由林鳳玲醫師主刀，施手術，病獲根治，得來不易，銘感不忘，特此銘謝。
謹呈
國泰綜合醫院 黃清水院長

海軍正退 上校 汪○○ 敬啓

[致汐止分院感謝函]

我是病患的太太，我先生是在11/1日跟孩子打球後，以為是閃到腰，情況越發嚴重，後來才輾轉打聽到張志儒醫師。張志儒醫師看到核磁共振的片子，便很清楚直接的勸告已經很嚴重要立即開刀，雖然才第一次看診，但因為張醫師「視病如親」親切的態度與專業讓我們很有信心的在1/24於國泰汐止分院接受開刀治療。開刀前一天張醫師很詳細的解說病情及開刀的病例，術後保養等等，也由於張醫師高明的醫術讓我先生手術成功，術後一切狀況良好，謙虛的張醫師竟說：我只是幫你石頭搬開而已，令我們感佩如此優秀的醫師。在此謝謝國泰醫院有這麼好的醫師，也再一次的感謝張志儒醫師，有這樣的醫師是身為病患的我們的福音。我們會永遠感謝您！

患者黃○○家屬敬上

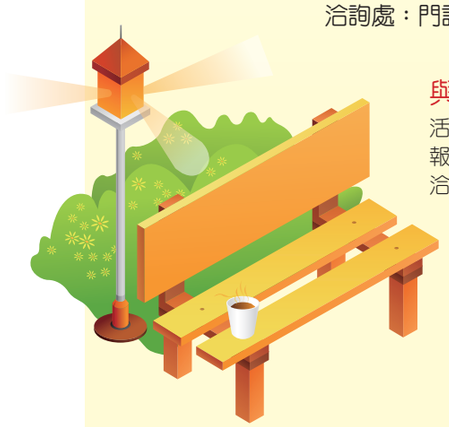
活動佈告欄

總院

門診與您有約

日 期	主講題目	主講人	地 點
3/03（一）上午	高血壓的預防與保健	劉秀麗護理師	內科候診室
3/04（二）上午	腎臟病的預防與保健	林家甄護理師	內科候診室
3/05（三）下午	菸害防治	鄭兆傑醫師	內科候診室
3/06（四）上午	關節的日常保健	陳素雲護理師	內科候診室
3/07（五）上午	子宮頸抹片檢查	陳淑怡護理師	婦產科候診室
3/11（二）下午	肺結核病的預防與保健	李明珠護理師	內科候診室
3/12（三）上午	糖尿病的足部照護	朱嘉琳護理師	內科候診室
3/13（四）上午	病人安全辨識	蔡美惠護理師	婦產科候診室
3/14（五）上午	頭部外傷的注意事項	余碧薰護士	外科候診室
3/15（六）上午	談自然生產與剖腹生產	劉賢平醫師	婦產科候診室
3/18（二）下午	菸害防治	李明珠護理師	內科候診室
3/19（三）上午	天天五蔬果，防癌健康多	黃桂英營養師	內科候診室
3/25（二）上午	腎臟病的預防與保健	林家甄護理師	內科候診室
3/26（三）上午	嬰幼兒正確拍痰	楊鳳香護理師	兒科候診室

內、外科 上午8：30－9：00，下午1：30－2：00，婦兒科9：00起
洽詢處：門診護理長辦公室(5172)



與國泰有約-醫院參訪

活動時間：97年3月14日，週五14：00~16：00
報名費用：免費（每梯次限10名）
洽詢電話：2708-2121~1723（志工服務台）、~3461（侯小姐）

嬰兒按摩

活動時間：97年3月，每週四11：10~11：40
活動地點：本館五樓/第五會議室
洽詢電話：27082121~6553（兒科加護病房）

嬰幼兒呼吸道照顧

活動時間：97年3月，每週五20：00~20：30
活動地點：本館五樓/第五會議室
洽詢電話：27082121~6553（兒科加護病房）

糖尿病衛教班

活動時間：97年3月25日，週二14：00~16：00
活動地點：本館三樓/第三會議室
洽詢電話：27082121~3165（糖尿病衛教室）
課程費用：每期200元

拉梅茲減痛分娩法

活動時間：97年3月1、8、15、22日，
週六09：00~11：00
活動地點：第一分館地下二樓/護理部教室
洽詢電話：27082121~5715（陳小姐）

家庭照顧者培訓班

活動時間：97年3月29日，週六08：00~17：00
活動地點：第一分館地下二樓/護理部教室
洽詢電話：27082121~3931（郭小姐）

用藥安全宣導講座

活動時間：97年3月29日，週六08:30~09:00
活動地點：本館一樓/候藥區
主講題目：兒童用藥安全/郭鵬綺藥師
洽詢電話：27082121~3812、3815（藥劑科）

子宮頸抹片快速通關及乳房X光攝影免費檢查

為照顧婦女健康，本院提供二項免費檢查，請多加利用！

★子宮頸抹片檢查：無婦科疾病有性行為之30歲以上女性，一年內未做抹片檢查者，星期一至星期五上午9:30-11:00，請攜帶健保IC卡直接至婦產科門診經抹片快速通關服務做檢查。（免掛號）

★乳房X光攝影檢查：50-69歲女性二年一次乳房免費X光攝影檢查，星期一至星期五上午8時至下午5時（中午12時至1時休息）星期六上午8時至12時，直接至本館一樓乳癌篩檢服務處，登記並排檢。（免掛號）

汐止分院

「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分機7870（服務台）

日 期	主講題目	主講人	地 點
3/04（二）	高血糖與低血糖	黃幸玲護理師	一樓內科候診區
3/13（四）	糖尿病飲食	石慧玲營養師	一樓內科候診區
3/18（二）	糖尿病飲食：蔬菜水果類、油脂類	徐佳郁營養師	一樓內科候診區
3/27（四）	認識灰指甲	朱韻如護理師	二樓皮膚科候診區

用藥安全宣導講座

活動日期：97年3月29日（六），08：30~09：00
活動地點：一樓內科候診區
講座題目：藥品也有身份證師/羅意蕾藥師
洽詢電話：2648-2121分機2385（藥局）

住院團體衛教 洽詢電話：26482121分機2001～2003（護理科）

日 期	主講題目	主講人	時 間	地 點
3/06（四）	嬰兒按摩	李孟蓉助理護理長	11:00-11:40	6B產兒科會議室
3/11（二）	肝炎的日常照護	陸慧蓮護理師	10:30-11:00	7B討論室
3/12（三）	認識冠狀動脈疾病	王靜君護理師	10:30-11:00	8A討論室
3/12（三）	BPH良性攝護腺肥大	林英妙護理師	16:30-17:00	9A討論室
3/13（四）	嬰兒按摩	李孟蓉助理護理長	11:00-11:40	6B產兒科會議室
3/19（三）	骨質疏鬆之介紹及保健之道	曾玉蕙護理師	16:30-17:30	9B討論室
3/20（四）	吸入藥物注意事項	鍾鳳鈞護理師	10:30-11:00	7樓討論室
3/20（四）	嬰兒按摩	李孟蓉助理護理長	11:00-11:40	6B產兒科會議室
3/27（四）	嬰兒按摩	李孟蓉助理護理長	11:00-11:40	6B產兒科會議室
3/28（五）	小兒發燒的處理	古珮仙護理師	16:30-16:50	6B產兒科會議室

新竹分院

『健康有約』諮詢廣場（報名及諮詢電話：03-5278999）

日 期	時 間	主講題目	主講人	地 點
3/8	8:40	糖尿病與肺炎	潘瑞怡護理師	2樓門診候診區
3/11	8:40	如何控制高血壓？	陳瑜忻醫師	2樓門診候診區
3/14	8:40	糖尿病腎病變飲食原則	黃詩瑩營養師	2樓門診候診區
3/19	8:40	糖尿病與肺炎	潘瑞怡護理師	2樓門診候診區
3/20	8:40	下背痛	黃耀瑩醫師	2樓門診候診區

病患支持團體（報名及諮詢電話：03-5278999轉2865）

日 期	時 間	主講題目	地 點
3/20	9:30	癌症病患支持團體	11樓會議室
3/26	9:30	腦中風支持團體	11樓會議室

小兒加護病房團體衛教
（報名及諮詢電話：03-5278999轉8001）

日 期	時 間	主講題目	地 點
3/15	11:00	嬰兒按摩	9樓會議室

病患用藥安全講座

日 期	時 間	主講題目	主講人	地 點
3/21	10:00	用藥人的權利	張宏旗藥師	1樓大廳候藥區

院務消息

國泰綜合醫院 成人體重控制班招生中

體重控制好，健康無煩惱

開課時間：97年3月11日～97年4月29日

每週二、五晚上6：00～8：00，共十八堂課。

上課地點：總院第二分館六樓餐廳

報名費用：5000元。減重成效前三名及全勤者可獲得精美獎品並獲頒獎狀。

報名方式：請至一樓營養指導室(分機1686)填寫報名表並繳費以完成報名。

	上午9點～12點	下午2點～5點
週一～週五	一樓營養指導室(分機1686)	一樓營養指導室(分機1686)
週六	一樓營養指導室(分機1686)	╳

隨班導師：徐嘉徽營養師及洪美鈴營養師(電話：02-2708-2121分機1682)

詳細課程內容，請至國泰醫院網站下載，
或於一樓營養指導室索取。

成效見證：96年春季班平均四週減2.2公斤，其中吳○芝小姐四週減5.3公斤，減去自己體重的6.5%〈目前仍持續減重中〉。

希望下一個成功的，就是你！

九十六年度第四季 捐款徵信名冊

捐款者	收入金額	捐款專戶
孫○○	300	小兒科專戶
許○○	2,000	乳癌專戶
李秀容	5,000	急診中低收入戶專戶
呂俊雄	4,500	外科專戶
呂瑞騏	1,770	小兒心臟專戶
黃綺雯	500	腦中風疾病專戶
黃靜蓮	500	一般捐款專戶
黃裕元	500	一般捐款專戶
方○○	2,000	一般捐款專戶
國泰綜合醫院新竹分院警衛室	2,000	一般捐款專戶
許○○	2,000	罕見疾病專戶
簡○○	4,000	罕見疾病專戶
顏江海	3,000	一般捐款專戶
張錦雲	2,000	一般捐款專戶
陳瓊玲	500	一般捐款專戶
蔡志英	50,000	罕見疾病專戶
朱壽芳	1,200	一般捐款專戶
洪煒傑	600	一般捐款專戶
巫添賜	500	安寧照顧專戶
董志淮	200	安寧照顧專戶
王榮基	100	安寧照顧專戶
劉○○	1,000	一般捐款專戶
周○○	2,000	罕見疾病專戶
簡○○	1,000	腦中風疾病專戶
周○○	1,000	腦中風疾病專戶
林啓文	1,000,000	內科加護病房專戶

國泰綜合醫院新竹分院雷射屈光中心春節活動專案

活動時間：97年1月1日～3月31日。

活動對象：近視、遠視、散光的眼鏡族。

專案內容：LASIK（雷射層狀角膜塑型術）專案價34,000元。
PRK（雷射區光角膜切除術）專案價29,000元。

近視雷射諮詢預約電話：（03）5278999轉7373。

地址：新竹市中華路二段678號第一分館3樓。