



行天宮醫療志業

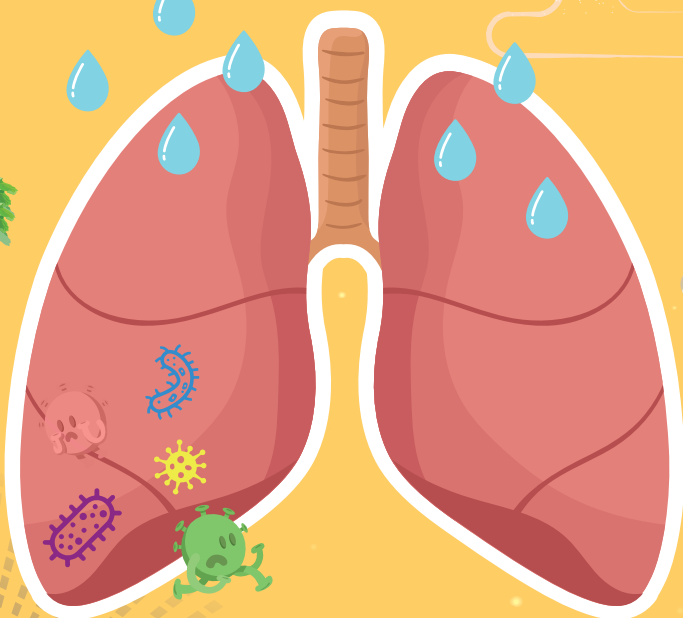
www.eck.org.tw

# 恩主公醫訊

2023年9月號 | No.325

平安人生

天助自助 創造不凡



專題企畫

## 養生過好秋 飲食顧健康

- ◆ 秋季養肺，擺脫長新冠
- ◆ 透析腎友的快樂中秋節
- ◆ 如何照顧失智症患者





# 天助自助 創造不凡

黃忠臣

有一顆種子落在岩石的細縫裡，即使生長環境與條件不佳，它依然努力地吸收水分、爭取陽光，有一日它萌芽、茁壯，也開花了，為大自然增添芬芳。而當人生也落入艱難的境遇時，我們又能如何面對呢？

牛頓是一位偉大的科學家，不過他在十六歲那年差一點無法完成學業。當時，繼父過世，牛頓的母親苦於家計，便要他回家務農，於是牛頓被迫輟學。雖然如此，牛頓仍一心向學，隨身攜帶著科學書籍，利用各種零碎的時間閱讀。有一天，牛頓坐在樹下看書，看著看著竟忘了回家的時間。直到舅舅沿路尋找，才發現這個外甥正認真地在演算數學題目。

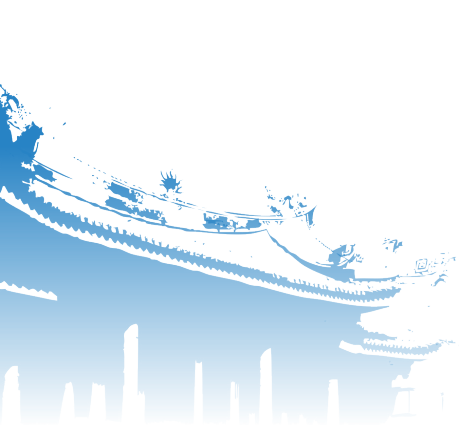
牛頓的專注好學讓舅舅十分感動，與牛頓的母親商量後，決定就算再辛苦，也要支持他復學。重回學校讀書的牛頓，把握得之不易的機會，積極求知探索，因而以優秀的成績進入劍橋大學深造，他用心鑽研大量的自然科學著作，經常參加地理、物理、天文和數學等講座自我充實；而牛頓孜孜不倦，也得到教授的欣賞，樂於傾囊相授與提拔。即使在學校因為鼠疫停課兩年多期間，他也未曾停止學習的步伐，全心全意投入各領域的研究，終能推行出萬有引力、可見光光譜等，這些影響人類深遠的重要學說，於科學上創造出卓越非凡的貢獻。

有些人在不順遂時，只會埋怨時運不濟、得不到老天眷顧……從此喪失鬥志、掩埋熱情，渾渾噩噩虛度光陰。俗話常說「天助自助者」，由於牛頓沒有屈服於現實不利的條件，始終保持對知識的渴盼，不放棄任何用功的機會，才能感動家人並獲得支持；也吸引貴人相助，因此能展現能力，在科學領域發光發熱。大家別忘了，人生的主動權始終掌握在我們的手中，要讓自己成為自己生命的貴人！

行天宮平安心語：「理想，因努力更靠近；希望，就在自己手裡。」若真心喜歡一件事，那就勇敢前行吧！當我們懷抱著事在人為的信心，堅定恆毅地認真學習、精進成長，相信自然能帶來善緣與力量，幫助我們越過重重阻礙，朝正確方向前進，那麼實踐理想自然也就水到渠成。

衷心地期盼，人人都能滿載勇氣，迎向挑戰，開創出屬於自己的康莊大道。





恩主公醫訊 2023年9月號

# CONTENTS

讀好書 · 說好話 · 行好事 · 做好人

## 平安人生

天助自助 創造不凡／黃忠臣董事長

## 感恩同慶

**2** 閃耀22金頭腦 健康常識一把罩／范怡琪

## 專題企畫 養生過好秋 飲食顧健康

**5** 秋季養肺 擺脫長新冠／楊晨莘

**8** 慶團圓—透析腎友的快樂中秋節／蔡美玲

## 醫療百科

**10** 下尿路結石的成因與症狀／陳建華

**12** 核磁共振融合超音波導引—攝護腺切片的最新發展／陳柏誠

**14** 氬氬刀與海福刀—攝護腺癌的局部治療／王炯琨

## 健康生活

**17** 瞭解檳榔的危害與學習戒檳榔／黃柏融

**20** 如何照顧失智症患者／邱安

## 藥品專欄

**22** 帕金森氏症用藥介紹／連欣

## 社區關懷

**25** 道別的勇氣／于家霽

## 健康料理DIY

**27** 腎友好食—低磷鉀小蛋糕／江昀婕

## 活動天地

中華民國 85 年 3 月 1 日創刊

創刊人：黃忠臣

發行人：黃信彰

ISSN 1029-6263

發行所：

行天宮醫療志業醫療財團法人 恩主公醫院

發行所在地：

237414 新北市三峽區復興路 399 號

印刷所：

中茂分色製版印刷事業股份有限公司

新北市中和區立德街 26 巷 17 弄 5 號 3 樓

中華郵政北台字第 6076 號執照登記為雜誌  
交寄

索取定期郵寄，（恕不接受代訂）

請 mail：15390@km.eck.org.tw

電子版：





# 閃耀22金頭腦 健康常識一把罩

撰文◎社區醫學部管理師 范怡琪



「國小學童健康常識競賽—健康金頭腦」是以校園組隊方式參加即席問答競賽，依序辦理校內初賽、校際區冠軍賽及總冠軍賽，以不超出當年度《健康常識手冊》規範問答範圍，發展多元衛生教育形式，鼓勵學童學習健康常識，同時推廣預防保健之概念，進而達到健康促進之最終目的。



恩主公醫院陳昌明副院長表示：「『國小學童健康常識競賽—健康金頭腦』活動歷經22年，雖然在民國110年及111年因考量Covid-19疫情而暫停辦理，但為了延續健康知識的傳承，在防疫逐漸解封之際，本院重新復辦第22屆『健康金頭腦』活動……最後總冠軍就只有一隊，無論結果如何，最重要的是比賽的過程，透過競賽，小朋友會主動查詢資料，獲得更多的知識，化身為『健康小尖兵』，不僅改變自己，進而影響家人、家庭，最後就能達到健康社區的理想！」



### 《健康常識手冊》

每年都會重新編撰，持續更新最新的資訊，並加入時事議題，2023年《健康常識手冊》共計10個章節，每個章節都有不同的健康識能主題，包含：醫療新「識」界、自我健康管理、無毒生活、四大癌症篩檢、慢性疾病照護、認識傳染疾病、照護新思維、保護服務及支持、事故傷害與急救及中醫保健。

### 隊呼獎

於緊張刺激的校際區冠軍賽開始前，各隊小朋友會依序上臺進行隊呼表演，由裁判根據創意30%、團隊精神25%、整體結構與動作技巧25%及聲音運用20%為評選標準，選出各區的「創意隊呼獎」乙名及「團隊精神獎」兩名。

### 校內初賽及校際區冠軍賽

經校內初賽，每所學校至多推派出3隊參與校際區冠軍賽，今年共計15所學校參加競賽，大家願意共襄盛舉，令人欣慰！

在激烈的校內初賽及校際區冠軍賽後，由三峽區龍埔國小「龍埔綠天使隊」、鶯歌區鶯歌國小「隨機應變隊」及樹林區桃子腳國中小「樂桃無限隊」脫穎而出，分別獲得各區的冠軍。

### 總冠軍賽暨頒獎典禮

於5月27日辦理盛大的總冠軍賽暨頒獎典禮，經過緊張刺激的三隊循環賽，最終由鶯歌區鶯歌國小「隨機應變隊」拔得頭籌，成為第22屆三鶯樹地區國小學童健康常識競賽的總冠軍！

### 趣味競賽—我是金博士

在令人屏氣凝神的總冠軍賽與隆重的頒獎典禮之間，規劃趣味競賽活動，本次結合智慧型手機進行互動遊戲，透過網路連線進行賽題作答，不僅僅是參賽的選手，全場的學生、老師



恩主公醫院陳昌明副院長蒞臨現場，為大家加油打氣



龍埔國小龍埔鬼殺隊，帶來活力四射的隊呼表演



全神貫注於「校際區冠軍賽」的學童



鶯歌區鶯歌國小「隨機應變隊」榮獲總冠軍



大家一起參與「金博士」趣味競賽



「金博士」得主



行天宮醫療志業醫療財團法人

恩主公醫院

SINCE 1998 25

無私奉獻・謙卑服務 En Chu Kong Hospital

## 深耕社區25載 健康幸福創未來

及親友團都能一起進行健康識能挑戰，賽題形式多元，包含是非、選擇、排序、下拉式選項、簡答題、拖放題、配對題等，共計5個題組，每個題組得分最高者就是該題組的金博士，另辦理抽獎加碼活動，讓大家都滿載而歸。

### 滿意度問卷調查

於校際區賽及總冠軍賽暨頒獎典禮皆對參賽學童、帶隊老師及親友團進行滿意度問卷調查，針對建議的部分將持續滾動式調整，依據問卷數據統計95%非常認同「健康金頭腦」是一個激勵學習的活動，且因為參加活動，健康常識進步，對整體活動感到非常滿意近滿分（98%），同時也獲得很多正向的鼓勵及回饋：

**樹林區親友團：**「舉辦這樣的比賽活動，能將健康常識的重要性從國小養成，進而擴廣到家人，再推廣出去。」

**樹林區參賽學生：**「裁判講得很仔細，整體流程很流暢，冠軍賽我覺得很刺激有趣。」

**樹林區老師：**「孩子們很喜歡參加競賽，雖然培訓過程很辛苦，謝謝恩主公醫院工作團隊。」「謝謝恩主公醫院對『健康促進』觀念大力推行，不遺餘力，讓健康知識向下扎根。」

**鶯歌區親友團：**「非常有意義的比賽，名次為其次，重要的是小朋友可獲得不少知識！」

「活動很棒，讓孩子從競賽中學習到很多健康知識！」「值得舉辦的活動，小朋友、大小孩都可動腦。」

**鶯歌區老師：**「承辦單位辛苦了，謝謝提供這麼好的機會及完善的服務。」

**三峽區親友團：**「很棒的活動！全家參與很開心。」

**三峽區老師：**「藉由活動讓孩子增加健康知識，很棒！」

感謝期間持續支持及報名活動的老師、學童及親友團，隨著後疫情時代來臨，今年終於順利舉辦第22屆「國小學童健康常識競賽—健康金頭腦」活動，活動已歷時22個年頭，第一年參與活動的學童，已經從懵懵懂懂的小學生，成長為獨當一面的大人，有人當上醫師進入醫院，更有不少人已組成自己的家庭……期許活動代代相傳，藉由「金頭腦」種下健康的種子，將健康常識扎根於生活中，持續茁壯成為健康社區。

2023三鶯樹地區國小學童健康常識競賽

## 榮譽榜

第22屆三鶯樹地區總冠軍  
鶯歌國小 隨機應變

	三峽區		鶯歌區		樹林區	
🏆 冠軍	龍埔國小	龍埔線天使	鶯歌國小	隨機應變	桃子腳國中小	樂桃無限
🥈 亞軍	北大國小	育宥絃	中湖國小	垃圾隊	樹林國小	贏就對
🥉 季軍	北大國小	全都答對	永吉國小	阿！想不出來	彭福國小	彭福精厲隊
🌟 創意呼	大埔國小	超強金頭腦	建國國小	健識多多隊	彭福國小	彭福精厲隊
👥 團隊精神	北大國小	育宥絃	建國國小	健康三劍客	樹林國小	贏就對
	龍埔國小	龍埔鬼殺隊	鶯歌國小	隨機應變	彭福國小	彭福1JY

恩主公醫院  
無私奉獻・謙卑服務 En Chu Kong Hospital

# 秋季養肺 擺脫長新冠

撰文◎中醫部針傷科主治醫師 楊晨莘



一轉眼，今年又進入倒數第二個季節—秋季了。宋玉《九辯》：「悲哉，秋之為氣也。」秋天總是令人多愁善感，尤其見到枯瘦的樹木與滿地落葉，更是讓人感到憂鬱。

以中醫理論來看，「秋季」在五行學說中屬金，五臟中「肺」也屬金，七情中肺之志為悲與憂，加上陽消陰長、日照減少，的確容易使人感到悲傷、憂愁，而且過於乾燥的空氣也更容易損及人體健康。

## 秋燥傷「肺」

秋天時，空氣的溼度逐漸下降，尤其是白露過後，雨水漸少、天氣乾燥，稱為「秋燥」。

在中醫理論中，肺喜「潤」而惡「燥」。這裡的「肺」除了泛指鼻、口腔、肺部等呼吸系統外，中醫也有「肺主皮毛」的說法，認為皮膚、毛髮與肺息息相關。秋天的燥氣會損傷人體的津液，讓鼻與口腔黏膜、皮膚及毛髮等處的水分快速蒸發，容易傷肺。

秋燥傷肺，可能造成乾咳、少痰、口腔與鼻黏膜乾燥、呼吸不順、皮膚乾燥乾癢、便秘等症狀。

## 長新冠對「肺」的影響

另一方面，這幾年新冠肺炎疫情蔓延，很多患者確診後出現長新冠的諸般症狀，其中許多症狀也與肺的陰液受損有關。

長新冠（long COVID）指的是感染新冠肺炎後出現的慢性後遺症，世界衛生組織（WHO）對長新冠的定義為：一、在感染後3個月內發生；二、症狀持續超過2個月；三、無法用其他診斷排除，症狀恐持續長達1年。

人的所有臟腑都可能受到新冠肺炎的侵襲，在「肺」的部分，患者可能出現久咳不癒、胸悶、胸痛、呼吸困難、嗅覺喪失等症狀，有些患者則會有皮膚方面的症狀，譬如皮膚乾癢、蕁麻疹、紅疹等。

面對秋燥與長新冠，建議大家可藉由秋季養生之道，維護身心健康。

## 中醫典籍談秋季養生

秋季雖然充滿悲憂且較為乾燥，但也是養肺的好時節，中醫傳統典籍《黃帝內經·素問·四氣調神大論》就提到此時的養生之道：

秋三月，此謂容平，天氣以急，地氣以明。早臥早起，與雞俱興，使志安寧，以緩秋刑，收斂神氣，使秋氣平，無外其志，使肺氣清，此秋氣之應養收之道也，逆之則傷肺，冬為飧泄，奉藏者少。

意思是說：秋天時（農曆7-9月，共三個



月），自然界的萬物經過夏季的豐收後，開始進入感受、容納、平和的收納狀態，此時天氣急躁，急著收斂，地氣清肅，天地間有一股肅殺之金氣。這時候人們應該早睡早起，晚上最晚 11 點以前入睡，早上公雞啼叫時就起床，心中不要雜念紛擾，要保持內心寧靜，以避免被秋季的肅殺之氣影響，古人有「秋收、冬藏」之說，秋季主收，要收斂神氣，不要外散消耗身體的精、氣、神，如此就能使肺氣清潤，這是秋季的養生之道，如果違反了就會損傷肺氣，經絡理論中，肺與大腸相表裡，如此冬天容易患有腸道的疾病，也會影響到冬天收藏精氣的功能。

由此可知，秋季養生有三個重點：

### 早臥早起

早睡早起，晚上 11 點以前入睡，天亮公雞啼叫時就起床，不要熬夜，熬夜會傷陰耗氣，《黃帝內經》亦云：「春夏養陽，秋冬養陰。」此時應該把握時機養陰。

### 精神調養

秋季宜注意精神調養，保持內心寧靜，避免被秋季的肅殺之氣影響。秋季容易使人悲傷

憂鬱，如果本身有憂鬱傾向或是罹患抑鬱症的人，此時盡量接觸會令人开心的事物，譬如看些娛樂節目、喜劇片、多聽笑話，或是聽些輕鬆愉快的音樂。

### 避免過度消耗精神體力

秋季主「收」，自然界的陽氣由發散轉變為收斂，人體的陽氣也會向內收斂，此時應配合收斂神氣，避免過度勞心勞力，以免消耗身體過多的精、氣、神，譬如運動不要大汗淋漓，適度流汗即可。

## 秋季的飲食與日常養生

除了《黃帝內經》所述外，以下幾種飲食與日常的養生之道，也能幫助秋季養肺：

### 吃白色食物

中醫認為「白色入肺」，秋季適合吃些白色的食材來補肺，譬如白木耳、白蘿蔔、百合、水梨、甘蔗、柚子、山藥、蓮藕等，能夠滋陰潤燥。

### 喝足量的水

補充足量的水分，維持身體水分代謝的平衡，可避免皮膚、黏膜乾燥。

## 體質燥熱者不宜熱補

有些人的體質偏於燥熱，建議不吃辛辣、炸、烤等容易造成上火的食物，也不要任意進補，尤其是肉桂、羊肉等熱補的食材，如此一來，可避免過度消耗津液。

## 大口呼吸新鮮空氣

到戶外空氣清新處，盡量吸入新鮮的空氣後，再漸漸呼出濁氣。

## 規律運動

有助於增加肺活量，增強肺部功能。

## 結論

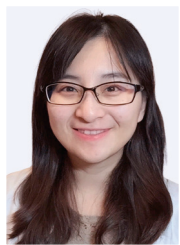
「春生、夏長、秋收、冬藏」是大自然的規律，中醫理論認為天人合一，配合四時的陰陽變化調養身心，能夠幫助我們健康長壽，祝福大家都能平安健康。



### 恩主公醫院中醫部研發之秋容茶

本院中醫部研發了四季養生茶飲，不同的季節有適合當季飲用的茶飲，秋季為「秋容茶」，由紫蘇葉、桑葉、蘆根、連翹、枇杷葉、藿香、杏仁、甘草這八種中藥組成，能清肺化痰、潤肺止咳，其中的蘆根能清熱生津、桑葉能涼潤肺燥，是治療秋燥咳嗽常用的藥材。「秋容茶」整體偏涼，不適合體質虛寒的人，因此務必經中醫師專業評估後，體質適合者方可適量飲用，對於秋季養生有輔助加強之效。

 紫蘇葉	 桑葉	 蘆根	 連翹
 枇杷葉	 藿香	 杏仁	 甘草



### 作者介紹

楊晨葦 中醫部針傷科主治醫師

介紹：長庚大學中西醫雙主修，現任恩主公醫院中醫部針傷科主治醫師。專長為：1. 肌肉、關節疼痛（肌肉痠痛、腰背疼痛、落枕、網球肘、媽媽手、腕隧道症候群、板機指、五十肩、退化性關節炎、足底筋膜炎等）；2. 中風後遺症；3. 頭痛、失眠、腸胃疾患；4. 眼科疾病（飛蚊症、乾眼症、青光眼、黃斑部病變等）；5. 婦兒科疾病、中醫體質調理。

# 慶團圓

## 透析腎友的快樂中秋節

撰文◎透析中心護理師 蔡美玲



中秋節，一個月圓人團圓的美好日子。烤肉、月餅、柚子等食物對於透析腎友來說是既高興又無奈，因為飲食限制無法大吃大喝，擔心害怕造成身體過量負荷。

對於透析腎友來說，液體攝入過多會引起高血壓、心衰竭、肺水腫等合併症，影響生活質量，因此，養成小口而有計劃的喝水習慣是很重要的。

另外，透析病人飲食中，控制血磷是很重要的。長期透析病人其中高達 80% 都有高血磷情形，若長期未控制治療，可能造成副甲狀腺亢進、骨質嚴重流失，並出現血管鈣化、心血管冠狀動脈硬化、心肌纖維化等心血管疾病，更恐危及生命。

對於含鉀量較高的蔬菜水果，食用後易引發心律不整，如香蕉、棗子、桃、奇異果等，應儘量避免食用。蔬菜應汆燙後再清炒或調味食用。有高血鉀的腎友，此時應嚴格控制食用含鉀量較高的食物。

每逢佳節前夕，病人總是問：為什麼過節都會飲食過量？為什麼別人都不會？要怎麼吃才好呢？許多的問號陸續出現，為了腎友可以開心愉快過節，在中秋前夕提供飲食注意事項，希望大家中秋佳節愉快。

### 如何吃烤肉？

一、選擇新鮮的魚、瘦肉、鮮蝦或豆製品食材，

避免加工醃漬食品。

二、搭配蔬菜的攝取，建議先汆燙再燒烤。如果無法汆燙，則切塊泡水 20 分鐘。

三、醬料屬高鈉調味料，建議加水稀釋後酌量蘸取。也可以利用天然調味料，例如蔥、薑、蒜頭、九層塔、胡椒搭配食用。

四、記得搭配「磷結合劑」隨餐服用。

### 月餅怎麼吃？

一、月餅雖然小但是過甜，且油脂量高，適量食用。

二、月餅內餡含豆沙、蛋黃、堅果類皆屬高磷食物，小心食用。

三、月餅建議切塊食用，與家人共享，切勿一人獨享呦。



## 柚子的吃法

- 一、水果含有糖分及高鉀，攝取過多易造成高血糖及高血鉀，不可輕忽。
- 二、柚子應景吃 2-3 瓣即可，避免頭腦昏沉及心臟異常跳動。
- 三、切記楊桃不可食用。

## 水分的控制

過節除了上述食品要注意之外，水分、飲料也不容忽視，切記不可過量，避免水分堆積，建議以白開水為主，取代碳酸飲料跟果汁。

## 適當的運動

中秋佳節除了享受美食之外，別忘了也要適當運動呦！

研究顯示，有氧運動訓練能增強血液透析病人之肌肉強度、有氧代謝能力、心血管功能及生活品質；每週至少運動 3 次，每次 30 分

鐘以上，腎友可以依據自己的身體狀況來調整時間，能有效改善體適能、走路能力、血壓和健康有關之生活品質。有氧運動對透析病人是最有益的運動，其中以騎腳踏車效果最佳，再者是慢走、游泳、登階梯等。

年紀大、無法久站或膝關節不好的病人，建議坐在椅子上抬腿或甩手，促進循環有益健康。

## 結論

最後還是要提醒各位透析腎友，在與家人開心團聚享受美食時，也不要忘記降磷片或降鉀粉的服用！中秋佳節在烤肉、食用月餅上淺嚐即可，別忘了要搭配高纖蔬果攝取。吃飽喝足後可以和家人一起運動散步，消耗熱量，不僅能顧到健康，更能增進家人間的互動。總結而言，透析腎友的飲食大原則為「低磷、低鉀、低鹽、低脂」，希望大家能有一個快樂中秋節。





# 下尿路結石的成因與症狀

撰文◎碎石室主任／泌尿科主治醫師 陳建華

人體的尿路系統由上至下分別是腎臟、輸尿管、膀胱和尿道。腎臟和輸尿管屬於上泌尿道，而膀胱和尿道屬於下泌尿道。下尿路結石就是指位在膀胱或是尿道裡的結石。

## 膀胱結石的成因

膀胱結石形成的原因，大概可分為以下幾種：

### 膀胱口阻塞

最常見的原因就是良性攝護腺肥大。良性攝護腺肥大會壓迫攝護腺尿道，造成膀胱出口阻塞，尿液無法排空，尿液中礦物質和鹽類物質的結晶堆積物逐漸形成膀胱結石。

### 神經性膀胱

因為中風、脊髓損傷或是長期控制不好的糖尿病引起神經病變，或是其他神經系統疾病，導致膀胱逼尿肌收縮不良，或是尿道括約肌無法放鬆，造成膀胱尿液無法排空，形成膀胱結石的機會就會明顯提高。

### 膀胱異物

膀胱長期放置導尿管、避孕器，或是一些醫療材料植入物滑脫而穿入膀胱，尿液的礦物質逐漸在這些物質表面上形成結石。

### 腎結石

體積較小的腎結石滾出腎臟，經輸尿管向下進入膀胱。又因尿液無法完全排空，逐漸形成體積較大的膀胱結石。

### 膀胱慢性發炎

膀胱反覆慢性細菌感染，也可能會間接導致

膀胱結石。

## 下尿路結石會有哪些症狀呢？

一般而言，膀胱結石形狀如果偏圓形或是橢圓形，只要體積相對於尿道較小，有時在小便時便可一同排出體外，就不會引發任何症狀。但若膀胱結石已經大到無法排出時，就可能會出現以下的症狀：



## 頻尿或下腹部疼痛

因為結石刺激膀胱而有頻尿的症狀，膀胱也是有痛覺神經，當刺激或發炎達一定的程度時就會產生疼痛。

## 排尿痛、排尿困難或尿流斷斷續續

當結石掉到膀胱出口或是尿道時，因為結石阻塞了排尿的最下面通道，所以會有如此的症狀。

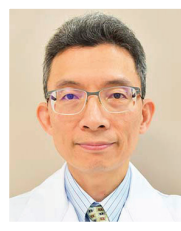
## 尿液顏色異常的深或是明顯的血尿

膀胱或是尿道的黏膜有血管，當結石滾動造成黏膜受傷或發炎時，血管會出血，輕微的出血就產生深褐色的尿液，嚴重就直接從尿道流血了。

以上這些症狀都是下尿路結石的警訊，告訴您該尋求泌尿科醫師諮詢。

臨床上，曾有患者的膀胱中已形成一顆棒球大小的膀胱結石，因為體積實在太大，醫師為了縮短手術時間，病人身上只好多了一個大傷口再

將它取出。結石體積不大時，相對容易處理；等到結石很大了，那就需要費時費心費力才能處理了。因此提醒大家，若有相關症狀，應及早就醫及治療，降低結石對身體的危害。



### 作者介紹

陳建華 泌尿科主治醫師

專長為尿路結石及手術、軟式輸尿管鏡碎石術、攝護腺雷射手術、攝護腺傳統刮除術、排尿功能障礙、成人及小兒疝氣手術、腹腔鏡疝氣手術、男性結紮手術、精割包皮手術、包皮吻合器手術（包皮槍）、泌尿道癌症內視鏡手術、尿路感染及一般婦女泌尿疾病、陰莖彎曲手術、尿失禁尿道懸吊術。

看診時間						
星期	一	二	三	四	五	六
上午			✓			✓
下午	✓					
夜間			✓			





# 核磁共振融合超音波導引 攝護腺切片的最新發展

撰文◎ 9F 病房主任／泌尿科主治醫師 陳柏誠

攝護腺癌和其他大部分的癌症一樣，需要靠病理報告才能夠得到確切的診斷，要得到病理報告，需要拿到攝護腺的組織，攝護腺切片手術是最常見也是最簡單取到攝護腺組織的辦法。

攝護腺的位置在陰囊和肛門口中間的會陰部的深處，切片的做法最常見就是用切片針，經由肛門口進去，穿過直腸壁到達攝護腺，或是穿過會陰部到攝護腺以取到組織。

## 傳統的攝護腺切片

攝護腺癌可分為「低惡性度」與「高惡性度」，低惡性度的攝護腺癌成長速度很慢，在某些情況下，病人完全不需要接受任何治療，只要密切追蹤即可。所以分辨什麼樣的病人有較高機率罹患高惡性度的攝護腺癌，是一件很重要的事情。

傳統上，我們分辨的辦法主要是藉由肛門指診以及攝護腺癌指數，如果肛門指診摸到硬塊，一般會建議病人接受攝護腺切片，如果攝護腺指數上升，一般也會建議病人接受攝護腺切片，但正常的攝護腺指數範圍會隨著年紀、人種、家族病史略有不同，嚴格來說沒有完全安全的攝護腺指數，再低的攝護腺指數都有攝護腺癌症的可能性。

傳統上攝護腺切片是利用「攝護腺超音波」，去找出懷疑是攝護腺癌症的區域，對

著懷疑處進行切片，或是將整個攝護腺做系統性的切片，但攝護腺超音波對攝護腺癌症的偵測能力並不強。「多參數核磁共振」是近幾年來攝護腺癌症診斷的一大利器，比起傳統的攝護腺超音波，更可偵測到攝護腺癌症的存在。

## 傳統與新進技術的融合

多參數核磁共振可以更加察覺攝護腺癌症在影像上的變化，利用多參數核磁共振定位來進行攝護腺切片的方法，是診斷上的一大進步。但由於核磁共振設備空間的侷限性，這樣的方式既要花費過多的時間，也需要花費更高的費用。因此，又發展出融合核磁共振與攝護腺超音波導引切片的作法，這個方法的概念是醫師一樣採用攝護腺超音波導引切片的方式，但是軟體系統可以將多參數核磁共振上看到懷疑攝護腺癌的部分，轉換到超音波的畫面上面，讓醫師可以更精準地針對懷疑攝護腺癌症的部分進行切片。

根據「歐洲泌尿科醫學會」以及「美國泌尿科醫學會」的治療指引，都建議在攝護腺切

片之前，先接受核磁共振的檢查，如果核磁共振有看到懷疑的病灶，歐洲泌尿科醫學會以及美國泌尿科醫學會的治療指引，也都建議除了系統性的切片之外，要針對核磁共振懷疑的病灶進行切片，治療指引也建議如果擁有可以融合核磁共振與攝護腺超音波導引切片的軟體，是可以採用來提高攝護腺切片的正確性。所以攝護腺癌切片的趨勢，慢慢走向先用傳統的超音波導引方式系統性地將攝護腺各處都切片，再合併使用核磁共振導引去針對核磁共振懷疑的地方重點式的切片。

如果民眾懷疑可能罹患了攝護腺癌症，建議可以和你們的醫師討論，使用這個切片方式的優劣好壞，以免因為檢查方式的侷限，錯過癌症治療的黃金時期。



參考資料：

- 1.Campbell-Walsh-Wein Urology, Twelfth Edition
- 2.Early Detection of Prostate Cancer: AUA/SUO Guideline (2023)
- 3.EAU guideline of Prostate Cancer (2023)



### 作者介紹

**陳柏誠** 9F 病房主任／泌尿科主治醫師  
 專長：攝護腺肥大雷射手術、軟式輸尿管鏡結石手術、男性攝護腺癌術後尿失禁手術、精割包皮及一次性包皮槍手術、腹股溝疝氣傳統及腹腔鏡微創手術、泌尿腫瘤癌症治療、腎臟輸尿管結石微創手術、男性結紮手術、陰莖彎曲矯正手術、尿路感染及性傳染病治療、精索靜脈曲張、陰囊水腫手術、男性性功能障礙、男性更年期、女性／男性排尿功能障礙。

### 傳統超音波導引切片與合併使用融合核磁共振與攝護腺超音波導引切片的比較

	傳統超音波導引切片	合併使用融合核磁共振與攝護腺超音波導引切片
第一次切片的癌症診斷率	較低	較高，約可增加 20 % 的癌症偵測率
在切片為陰性的病人癌症診斷率	較低	較高，約可增加 40 % 的癌症偵測率
在積極監測的攝護腺癌病人癌症診斷率	約 20 %	約 27 %
費用	健保給付	自費約 45,000 元





# 氩氦刀與海福刀

## 攝護腺癌的局部治療

撰文◎泌尿科主任 王炯理

如果乳癌是女性專屬的疾病，那麼攝護腺癌則是男性專屬的疾病，這兩種癌症都有一些相似的地方，例如：都受到女性或男性荷爾蒙的影響、都有家族遺傳病史、腫瘤的治療都可以有「局部」治療的選擇。

在有些醫院裡，設有「少奶奶俱樂部」，很多人看到這個標題，會誤以為這是名媛貴婦看病的VIP據點，事實上，這是服務女性乳癌的病友會和支持團體，讓因乳癌手術後少了乳房的病人，可以減少無助的孤軍奮戰。

近幾年的醫學發展，「局部」乳癌腫瘤切除，加上放射線治療和化學治療，與「根治性」全乳房切除的存活率是相似的。再者，「局部」切除和「根治性」切除相比較，「局部」切除可以保留女性身體的完整性，增加自我尊嚴，不用「少」奶奶，這的確是很大的福音。

「根治性」攝護腺切除是治療「局部性」無轉移攝護腺癌的首選，但是類似於乳癌根治性手術，雖然疾病治癒了，但是手術後會有比較多的併發症，不管是達文西機器人手術，還是傳統開放性的手術，在追蹤12個月後發現（註一），都可能有21.3%和20.2%的病人會漏尿，70.4%和74.7%會有勃起功能障礙，如何減少這些惱人併發症的產生，就有了「局部」治療這個新的治療選擇。

### 「局部」切除指標腫瘤

攝護腺癌的「局部」治療是基於以下的科學證據（註二）：第一、攝護腺癌腫瘤的分期和分級，主要是根據指標腫瘤（index lesion）；第二、攝護腺癌的體積絕大部分由指標腫瘤決定；第三、指標腫瘤外的衛星腫瘤，大多數很小，而且分化良好；第四、攝護腺癌的轉移主要由指標腫瘤所決定。所以基於「擒賊先擒王」的概念，「局部」消滅「指標腫瘤」是治療攝護腺癌的首要之務。

近十年來，由於影像醫學的進步，辨認出指標腫瘤變得容易，使用多參數磁共振造影（multiparametric-magnetic resonance imaging、mp-MRI）和結合手術中多參數超音波導引，可以更精準的辨識指標腫瘤，使得局部治療的精準度大幅提升，結合切片前的磁共振造影、切片中的病理報告和手術中的導航，讓「指標腫瘤」無所遁形。

現階段，恩主公醫院提供了兩種攝護腺癌局部治療的選擇：一是氩氦刀冷凍治療（Cryotherapy），二是高能聚焦超音波（High-

intensity focused ultrasound、HIFU、海福刀），兩種治療方式的比較請見表一。簡單來說，腫瘤的控制率在六到八成五之間，手術後尿失禁的比例相當低（0-4%），有部分病人手術後可以保有勃起功能，同時適合體積比較小的攝護腺、低度風險和中度風險的攝護腺癌病人，手術的費用也會有所不同。

## 「全腺體」治療

也許有些病人會問，是否可以用氬氦刀冷凍治療和海福刀改為「全腺體」治療呢？結論是可以的。

恩主公醫院泌尿科過去 10 年（2012-2022 年），對於 49 位攝護腺癌病人使用氬氦刀冷凍「全腺體治療」，平均追蹤 5.7 年的經驗顯示，癌症的存活率是 98%，手術前有 14 位（28.6%）是低度風險，13 位（26.5%）是中

度風險，22 位（44.9%）是高度風險；手術後有 9 位（18.4%）出現前列腺特異抗原（PSA）上升，其中 5 人接受放射性治療，4 人接受荷爾蒙治療。在預後成果分析上發現，手術前前列腺特異抗原較高的病人，會比較低比率的病人出現較高的生化失敗機會（前列腺特異抗原  $11.2 \pm 3.6$  ng/dl vs  $9.5 \pm 6.5$  ng/dl,  $p=0.04$ ）。

整體而言，「全腺體」治療是個安全有效的治療選項，至於使用局部治療和全腺體治療的比較，請見表二。

## 結論

近 20 年來，隨著醫療科技的日新月異，對於局部攝護腺癌，手術治療（主要包括開放性根治性攝護腺癌切除、達文西手術、腹腔鏡手術）有很好的治療成果，如果擔心術後的一些可能的併發症，局部治療（主要包括



氬氦刀冷凍治療和海福刀)也是很不錯的治療選項。而放射性治療則是對於不能手術或是不願意手術的病人,提供了另外一種治療選擇。在治療前,可以與醫師和醫療團隊做適當的「醫病共用決策」,以得到一個心安理得且有效的治療成果。 +

表一 氬氦刀冷凍治療和高能聚焦超音波的效益和安全性比較

	氬氦刀冷凍治療	高能聚焦超音波(海福刀)
原理	攝氏負 40 度超低溫	高能聚焦的超音波熱能(超過攝氏 60 度)
腫瘤控制比率	82-85%	62-74%
術後尿失禁	0-4%	2.5%
術後勃起功能自主維持機率	58-100% (如果是全腺體治療,比率下降至 19-33%)	60-78% (如果是全腺體治療,比率下降至 20-26%)
限制	1. 最好攝護腺大小 ≤ 40mL 2. 低度或中度風險	1. 最好攝護腺大小 ≤ 30mL 2. 低度風險尤佳
追蹤	第 1 年每 3 個月追蹤 PSA, 如果正常,以後每半年追蹤 PSA	1. 第 1 年每 3 個月追蹤 PSA, 如果正常,以後每半年追蹤 PSA 2. 在第 1 年和第 2 年要做系統性切片,在第 3-6 個月要做標靶切片
是否可以調整為全腺體治療	可以	可以
費用	自費 18 萬元 新北市衛生局核定價格	自費 32.5 萬元

表二 氬氦刀冷凍治療:局部治療和全腺體治療的比較(註三)

	局部治療	全腺體治療
5 年生化失敗率(PSA 上升)	28.7%	19.9% <span style="color: green;">勝</span>
2 年內勃起功能恢復比率	68.8% <span style="color: green;">勝</span>	46.8%
尿失禁比率	0% <span style="color: green;">勝</span>	1.3%
切片證實有復發比率	14.5%	11.6% <span style="color: green;">勝</span>

註一: Haglind, Eva, et al. "Urinary incontinence and erectile dysfunction after robotic versus open radical prostatectomy: a prospective, controlled, nonrandomised trial. *European urology* 68.2 (2015): 216-225. PMID:25770484

註二: Campbell's Urology chapter 158. Focal therapy for prostate cancer. 12th edition, 2020

註三: Mendez, Melissa H., et al. "Comparison of outcomes between preoperatively potent men treated with focal versus whole gland cryotherapy in a matched population." *Journal of endourology* 29.10 (2015): 1193-1198.



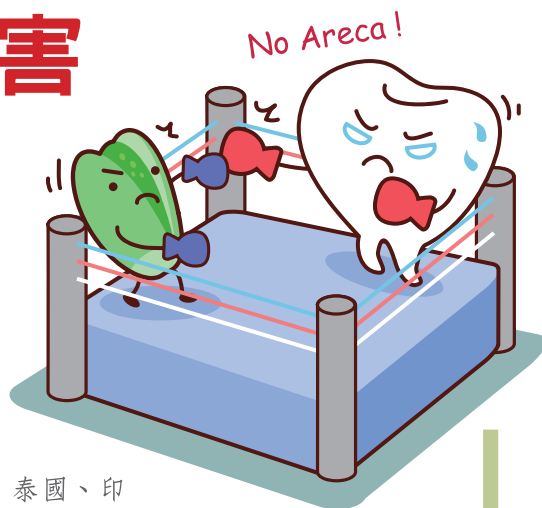
作者介紹

王炯理 泌尿科主任

專長: 主動擴張尿道支架治療極困難尿道狹窄(全國首創)、主動擴張輸尿管支架治療極困難輸尿管狹窄(全國首創)、可調式尿道吊帶手術治療男性攝護腺癌後尿失禁(全國治療經驗最豐富)、單一切口尿道吊帶手術治療女性尿失禁、鈹雷射 多波光雷射 微拉雷射 治療攝護腺肥大、軟式輸尿管鏡搭配高能鈦雷射處理尿路結石、前行和逆行同步軟式輸尿管鏡手術、一次性包皮槍環切包皮手術、氬氦刀-冷凍治療攝護腺癌、第二代海福刀治療攝護腺癌、腸道膀胱擴大手術、肉毒桿菌毒素膀胱注射、陰莖彎曲矯正、其他泌尿科相關手術。

# 瞭解檳榔的危害 與學習戒檳榔

撰文◎牙醫部住院醫師 黃柏融



檳榔是一種普遍的口腔刺激品，原產於馬來西亞，分布區域涵蓋亞洲的斯里蘭卡、泰國、印度等熱帶地區，以及東非洲及大洋洲。



檳榔樹

檳榔是亞洲地區的传统嗜好品，在臺灣吃檳榔更被視為一種社交方式，但隨著現代醫學的發展，人們對於檳榔的認知逐漸轉變。愈來愈多的研究顯示，檳榔成分對人體健康的危害極大，因此要向大家呼籲，請勿嚼食檳榔，而習慣吃檳榔的民眾則請戒除檳榔，讓自己和身邊的人都能擁有更健康的生活。

## 檳榔的致癌性

世界衛生組織（WHO）設立之國際癌症研究總署（IARC）早在 1987 年即綜合各國研究結果，認定「嚼含菸草與檳榔」或「同時吸菸與嚼檳榔」對人類有致癌性，致癌部位主要在口腔、咽及食道。

2003 年，IARC 又邀集臺灣代表在內的 16 位多國學者，依據當時最新的研究證據，做出「檳榔子屬第一類致癌物」的結論，認定「嚼不含任何添加物的檳榔子」也會致癌。

至於檳榔其他成分，例如荖葉、石灰等添加物，同樣含有致癌物質。石灰會使口腔環境變成鹼性，在鹼性環境中，檳榔塊中的一些成分會被氧化釋放出游離基，容易引起細胞變性；而動物實驗更證實了，添加石灰的檳榔子與許多癌症有關連性。

## 檳榔的致癌部位

檳榔除了會造成口腔、咽及食道等部位的癌症，一些實驗也觀察到檳榔與肝癌、膽管癌、胃癌和子宮頸癌的關係；動物實驗則發現，單獨食用檳榔子的萃取物就可能造成動物肺癌、肝癌、及胃癌等，皮膚接觸或皮下注射含菸檳榔還會引發皮膚癌。

分子生物學的研究，也發現檳榔成分會造成發炎反應，以及影響細胞激素的調控，可能會影響正常細胞分化，還會影響許多癌基因與抑癌基因的基因突變與表現，這些因素會進一步促成惡性腫瘤的生成。

## 口腔癌，在臺灣

根據癌症登記資料和死因統計，臺灣每年新增逾 8,000 名口腔癌個案，3,300 人因口腔癌死亡，為臺灣所有男性罹患的主要癌症之一，更是青壯年（25-44 歲）男性最常見的癌症，而高達九成的口腔癌患者有嚼食檳榔的習慣，因此可說檳榔正是造成口腔癌的重要元兇。

## 檳榔致癌因子

檳榔致癌因子可分為以下兩個層面：

### 物理層面

檳榔纖維在傷害口腔黏膜時，細胞進行增殖修護傷口，此時細胞增殖頻率遠高於正常人的口腔黏膜細胞，增加細胞異常增殖形成惡性腫瘤的機率。

### 化學層面

檳榔子的主成分「檳榔鹼」在口腔內會經硝化作用產生多種亞硝酸化合物，具相當強的致癌性。同樣的，檳榔含有多酚類化合物，在鹼性環境下會自動氧化，釋出含氧自由基，攻擊 DNA 造成細胞突變引起癌症。

## 檳榔對牙齒的危害



除了致癌外，檳榔對於消化系統疾病、口腔及牙齒等也有許多不良影響。

在牙齒方面，吃檳榔會讓牙齒染色、磨損、崩裂等，長期咀嚼檳榔還會使牙齒受力過大、磨耗過快，導致牙齒動搖、牙齦萎縮、牙周病、口腔黏膜下纖維化等問題，不但造成美觀上的影響，也會縮短牙齒的壽命，增加治療牙齒的花費，實在得不償失。

## 下定決心戒檳榔

戒除檳榔不是一個簡單的過程，需要付出時間和努力。但是，只要你下定決心，堅持下去，一定可以成功。

我們先來瞭解戒除檳榔失敗的常見原因。首先是對檳榔產生依賴，在戒檳榔的過程中出現「戒斷症狀」，例如煩躁、坐立難安、容易發怒等；再者，生活周遭長期有吃檳榔的人，戒檳榔的過程中仍與他們接觸，從而誘發對檳榔的渴望，導致戒檳榔失敗的風險增加，因此戒檳榔期間，應盡量減少接觸吃檳榔的人，避免受到誘惑。

如果礙於工作，無法減少接觸吃檳榔的人，就必須下定決心，清楚而堅定地告訴自己和同僚「戒除檳榔的想法與意願」，藉以產生心理上的制約，並且勇於拒絕社交場合上的檳榔。

## 戒檳榔的方法和注意事項

下列的方法和注意事項，可以幫助大家不吃檳榔，或是更有效地戒檳榔：

### 認識檳榔

據研究指出，一般人嚼食檳榔大都因為



以口香糖取代檳榔。



多運動能放鬆心情，降低對檳榔的需求。

## HEALTHY LIFESTYLE

好奇嘗試而開始，因此應於學校課程、醫院及政府網站等各種管道，宣導檳榔的危害，以期達到「正確地認識檳榔，因瞭解而分手」，從而大方地拒絕別人遞上的檳榔。

### 減量嚼食檳榔

如果你已是檳榔嚼食者，一時無法戒除，可以每天減少嚼食檳榔的數量及時間，督促自己一天少一顆，漸漸養成不嚼食檳榔的習慣。

### 尋求檳榔替代品

許多嚼食檳榔者想藉由檳榔達到「提神」的作用，事實上提神的方法很多，可以尋找其他較健康的方式，例如嚼口香糖、飲用適量咖啡等來取代吃檳榔。

### 放鬆心情

舒舒服服洗個澡，或去運動，休閒活動能讓自己忙碌分心並且放鬆心情，降低對檳榔的需求。

### 規律生活

飲食營養均衡，並且充分休息，減少靠檳榔來提神。

### 提升形象

嚼食檳榔有礙觀瞻，刷牙漱口去味道，口氣清香有助於提升形象。

如果你有嚼檳榔的習慣，雖然感覺到檳榔帶來很多提神或是社交上的幫助，但是為了健康、形象與省錢，戒除檳榔吧，別再受制於它！

最後，提醒長期吃檳榔的民眾，戒除檳榔後，仍要定期接受檢查或治療，及早發現或處理潛在的疾病，維持身體健康。

### 結語

戒檳榔是一個艱難的過程，需要我們堅定的決心和持續的努力。但只要你遵循正確的方法和注意事項，保持積極的心態和良好的生活習慣，一定能夠成功戒檳榔，擁有更健康、更美好的人生。





# 如何照顧失智症患者

撰文◎ 16 病房護理師 邱安

隨著高齡化社會來臨，全球失智症人口快速增加。依據國際失智症協會在 2015 年發布的全球失智症報告中，平均每 3 秒就有 1 人罹患失智症，預計到 2050 年全球失智人口數高達 1 億 3150 萬人。

在臺灣，2022 年底失智症人口已達 32 萬人，占總人口數的 1.37%，預估在未來 20 年內，每天近 48 人罹患失智症，表示每 30 分鐘就增加 1 位失智症患者，且罹病者有年輕化的現象，幾乎每個家庭都會有失智症患者。那麼，我們該如何照顧失智家人呢？

## 常見的失智狀況

失智者由於認知功能退化，自我照顧能力也將逐步退化，依病程的發展，日常生活事務處理日漸困難，且每一位失智者腦中受損的部位及程度不盡相同，會出現不同障礙。

常見的失智狀況，例如：睡眠障礙、日夜顛倒；重複語言與重複行為；常常遺失物品；過度依賴照顧者，找不到就很焦躁不安；會對著鏡子說話，以為鏡子裡有另外一個人；錯認家人為外人，產生幻覺與妄想，諸如視幻覺、

聽幻覺、被偷妄想、被害妄想、懷疑配偶不忠、被遺棄妄想等；在黃昏、傍晚或晚上，出現焦躁、激動、吵鬧、攻擊他人等問題（黃昏症候群）；經常自行出門但無法找到回家的路，以致走失；在家中漫無目的地遊走，或是看到反光的地板誤以為有水而繞道走；出現不適當的性行為，不適切地表達與他人親密之語言或動作或性需求增強；可能有暴力與攻擊行為；憂鬱和焦慮等情緒變化。

## 失智者的照顧技巧

以下針對常見的失智狀況，提供實用的照顧技巧：

### 睡眠問題

協助患者多安排日間活動，多接觸日光，減少白天睡覺的機會；午後避免飲用含咖啡因飲料，避免晚餐時給予大量的食物；安排舒適

的睡眠空間，如柔和的小夜燈及適合的棉被及床鋪，睡前固定換睡衣、聽相同音樂、開小燈上床睡覺，保持夜間的安靜與放鬆。

### 重複語言與重複行為

安排患者喜歡的活動以減少發生頻率，以患者有興趣的事來轉移話題或轉移注意力，在安全範圍內，讓患者重複做想做的事，不阻止。

### 遺失物品

不與患者爭執為什麼弄丟，認同他掉東西的心情並且陪伴尋找，如有重要文件及物品需事先備分保存，有價證券或貴重財物考慮以信託保管。

### 過度依賴照顧者

家屬要離開之前，告訴患者何時回來，寫字條給患者，保證會回來，說明您離開時要做哪些事情，離開前試著以肢體接觸或擁抱傳達安全感，可利用喘息服務資源。

### 幻覺與妄想

不否定幻覺存在，也不表示相信，同理幻覺經驗中患者的感受，在燈光昏暗的環境或晚上，幻覺、妄想可能更多，無陰影的良好照明設備，或適當的燈源能讓房間輪廓清楚點，減低幻覺產生。對於患者出現被害妄想、被偷妄想時，千萬不要批評，如果硬要糾正這些想法，只會讓患者受挫或破壞信任關係；當患者對特定對象出現被害妄想時，視情況隔離妄想對象。

### 黃昏症候群

每日午餐後適度午休，避免睡太久，午休後安排患者喜歡的活動，讓患者唱喜歡的老歌、吃喜歡的食物或外出散步；出現混亂行為時，記錄時間，當天作息安排及恢復平靜方法，分析後調整作息。

### 迷路

門窗加裝隱藏式門鎖或感應裝置，以防患者自行出門；將患者姓名及聯絡方式繡在衣物，放置名片於上衣口袋或手腕戴手鍊，佩戴個人衛星定位器並定時充電，可透過定位功能查詢其所在位置；事先準備緊急聯絡方式，如患者手機可事先輸入緊急聯絡人號碼或使用衛星定位功能手機，請鄰居協助留意其動向並盡快通知家屬；留意患者的行蹤及活動，最好可以在照顧者視線範圍內，平時幫患者拍照，以利走失協尋時使用。

### 家中遊走

確認發生原因，判斷是否焦慮不安、肚子餓、尿急要上廁所或身體不舒服等；減少環境中噪音或是令患者不安的事物，注意地板材質，避免反光，因反光易讓患者誤以為地上有水，會在原地徘徊或來回走動不敢過去。

### 不適當的性行為

不要害怕與專業人員討論有關患者的性問題，可適時提出疑慮；當患者在不適當的場合脫衣服，應立即以衣物遮掩，並帶至隱密處，瞭解可能原因，避免再發生；當患者出現對配偶及照顧者不合宜之性需求行為時，建議可增加患者的日間活動以消耗能量，若無法處理時可與專業人員討論。

### 暴力與攻擊行為

發生暴力行為時要沉著應對，用溫和語氣緩和患者情緒，避免在言語上激怒，觀察發生時間與誘發因子，避免再發生。身體疼痛也可能導致攻擊行為，此時需要尋求醫療協助，必要時請求警方的協助或強制就醫。

### 憂鬱和焦慮

瞭解原因，給予患者更多的關愛與支持，若情緒問題嚴重，請尋求醫療協助。



# 帕金森氏症用藥介紹

撰文◎藥劑科藥師 連欣

何謂帕金森氏症？西元 1817 年，英國醫師詹姆斯·帕金森（James Parkinson）在論文中記錄了六名患者出現四肢顫抖、僵直、步態異常等症狀，並稱之為「震顫性麻痺」，後以此醫師之名，將此疾病正名為帕金森氏症（Parkinson's disease）。

帕金森氏症是一種慢性的神經退化性疾病，發病年齡通常在 50 歲以上，但也有一小部分患者在年輕時就會出現症狀。主因是腦部的黑質多巴胺神經元退化，使多巴胺（Dopamine）分泌減少，進而導致運動障礙問題，導致日常生活中的困難，如行走、握筆、進食等。此外，帕金森氏症還可能引起語言障礙、認知功能障礙和心理健康問題。

## 帕金森氏症的症狀

帕金森氏症主要症狀如下：

### 肌肉僵硬

帕金森氏症的患者在行走時手部不會自然擺動，身體活動像齒輪般卡卡的不流暢，並且出現佝僂、撲克臉等症狀。

### 顫抖

通常發生於靜止休息時，主要影響四肢，

發病初期從單側開始出現不自主的顫抖，症狀發生時，手部可能會出現像是搓藥丸的動作。

### 運動遲緩

身體啟動及動作都變得緩慢，走路變成腳掌在地上拖行的小碎步，且由於手部肌肉失調，導致寫字字體愈來愈小。嚴重時會惡化成運動不能之情況。

### 姿態不穩

肢體反射能力降低，行走時難以保持平衡，容易造成跌倒並因此骨折，通常出現在疾病晚期。

## 帕金森氏症的治療藥物

帕金森氏症的治療包含藥物及手術治療，目前主要以藥物治療的方式來減緩帕金森氏症的症狀，針對機轉不同，主要分成以下幾類：



### 兒茶酚氧位甲基轉移酶抑制劑（COMT Inhibitors）

此類藥物和 Carbidopa 及 Benserazide 具有類似作用，可以避免左旋多巴分解成沒有活性的代謝物，從而延長多巴胺在大腦中的作用時間，由於是用於延長左旋多巴的藥效，因此需要和左旋多巴併服，不會單獨使用。

本院藥品	藥品商品名	藥品學名
	Comtan 諾康停膜衣錠	Entacapone 200mg/tab

## 多巴胺衍生物 (Dopamine replacement)

左旋多巴 (Levodopa) 是多巴胺的前驅物，可以在大腦中轉化為多巴胺，以補充因帕金森氏症而減少多巴胺水平。但左旋多巴在進入腦部前，就可能被周邊酵素轉換分解，導致可以到達腦部的多巴胺含量變少，因此一般會合併使用藥物 carbidopa 或 benserazide，抑制該酵素的活性，避免左旋多巴在進入腦部作用前就被代謝。高蛋白質飲食可能會降低左旋多巴的藥效，所以通常建議空腹服用。若無法忍受噁心、腸胃不適的副作用，則可於飯後服用，但仍建議不要與高蛋白食物併服。

本院藥品	藥品商品名	藥品學名
	Madopar 美道普錠	Levodopa 200mg + Benserazide 50mg
	Numient ER cap 瑞多寧緩釋膠囊	Carbidopa 48.75mg + Levodopa 195mg

## B 型單胺氧化酶抑制劑 (MAO-B Inhibitors)

藉由此類藥物可以抑制 B 型單胺氧化酶的活性，避免多巴胺被分解代謝，從而增加多巴胺在大腦中的濃度，有助於緩解帕金森氏症的症狀。

本院藥品	藥品商品名	藥品學名
	Rakinson 律莎錠	Rasagiline mesylate 1mg/tab

## 抗乙醯膽鹼的藥物 (Anticholinergic agents)

乙醯膽鹼是一種神經傳導物質，與多巴胺作用互補，兩者維持平衡，保持人體動作協調。由於帕金森氏症的病人腦中多巴胺分泌不足，導致乙醯膽鹼的量相對過多，使病人出現肌肉僵硬及震顫，因此醫師可能會開立抗乙醯膽鹼的藥物去改善這些症狀。而這類藥物常見副作用包括：口乾、便秘、排尿困難、意識混亂等，老年人在使用上需多加注意。

本院藥品	藥品商品名	藥品學名
	Switane 瑞丹錠	Trihexyphenidyl HCL 2mg/tab
	Biperin 帕金寧錠	Biperiden 2mg/tab


## 多巴胺促進劑 (Dopamine Agonists)

這類藥物可以模擬多巴胺的作用，直接刺激多巴胺的接受器，增加神經訊號傳遞，幫助改善運動控制和減輕震顫、僵硬等症狀。除了口服藥物之外，也有貼片劑型可供使用（如 Neupro patch 紐普洛穿皮貼片）。

本院藥品	藥品商品名	藥品學名
	Mirapex 樂伯克持續性藥效錠	Pramipexole 0.375mg/tab 1.5mg/tab
	Neupro patch 紐普洛穿皮貼片	Rotigotine 6mg/24h patch
	Butin 伯汀錠	Bromocriptine 2.5mg/tab

## 阿曼他丁 (Amantadine)

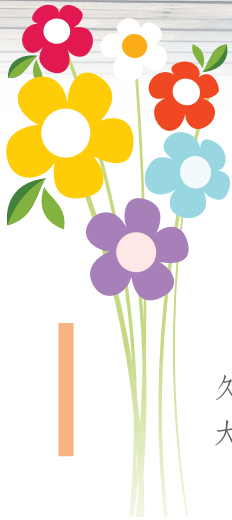
阿曼他丁為一種抗病毒用藥，原本是用於預防及治療 A 型流行性感冒症狀，由於可促進神經細胞釋放多巴胺，增加多巴胺在腦中的濃度，並減少其回收，目前臨床多用於帕金森氏症的治療，可以改善輕微的運動遲緩、運動障礙等症狀。常見的副作用為便秘、口乾、失眠、頭暈、姿勢性低血壓、周邊水腫等。

本院藥品	藥品商品名	藥品學名
	amanda 安滿達膜衣錠	mantadine sulfate 100mg/tab

## 結語

帕金森氏症雖然無法完全根治，但通過適當的藥物治療和定期追蹤，可以改善相關症狀和提高病患生活品質。帕金森氏症的治療因人而異，在治療過程中醫師會針對病況進行藥物調整，以達到最佳的治療效果，應遵照醫師指示使用藥品，確保正確的用量及時間。此外，病患也需接受復健治療以及心靈層面的支持，以延緩運動功能退化及保持身心健康。期許未來能夠有更多的研究和創新，為帕金森氏症患者提供更有效和全面的治療方案。





## 道別的勇氣

撰文◎社工室管理師 于家霽

小蓮是一位高齡產婦，因子宮問題難以受孕，與先生努力很久、盼望很久，終於自然受孕了一個小寶貝，全家人歡天喜地，大家都悉心照顧小蓮及肚子裡的寶寶。

每一次產檢時，小蓮與先生都會興高采烈地詢問醫師，有關小寶寶的狀況，當了父母後，都誠心祈求孩子在肚中發育健全、身體健康、無任何罕見疾病或其他器官疾病。他們每逢檢查都會很緊張，孕期出了各種狀況、身體不適都會有警覺心，時常擔心寶寶的狀況，一心只希望順產，母子均安。

終於來到預期生產的日子，小蓮使盡全力將小寶寶生出來，當聽到醫師宣布寶寶的出生時間，隨即而來強有力的哭聲，小蓮也跟著流下淚，幸好一切順利。

### 晴天霹靂 天人永隔

不幸的是，隔日小蓮突然發生嚴重的併發症，當場沒有呼吸心跳，只能緊急送到加護病房治療，但因為身體缺氧已損害到腦部，在醫師宣判小蓮最好的狀況只會是植物人時，先生的心都涼了一大截，不停探詢能夠使用的醫學方法，甚至是求神問佛，放手一搏只希望有奇蹟發生在小蓮身上。實在無法接受原本夫妻倆一同迎接

新生命的到來，現在先生卻要準備向一起奮戰的小蓮道別，任誰都會心碎。

社工師每天經過加護病房時，總能看到先生在外守候的身影，累了就打盹，感覺時時刻刻都守在小蓮的身旁，希望小蓮甦醒時，能夠立刻看到自己。但是事與願違，隨著時間一點一滴往前走，小蓮的狀況仍然沒有好轉，只是愈來愈糟，先生忍痛決定「放手」，一家人不想再讓小蓮受苦了，決定撤除維生醫療器材，勇敢向小蓮道別。小蓮的生命就像沙漏般流逝，當最後一粒沙流完，醫師宣布死亡時間，先生將小蓮帶回老家，好好安排後事。

在電影《送行者》中有一段話：「死大概是一道門，逝去並不意味著終結，而是走向下一程。路上小心，總會再見的。」「再見」分為「再次見面」或是「再也不見」，當家人的生命逐漸走到盡頭時，與家人道別是很需要學習的一門課。我們都希望這句「再見」是能夠再次相見，但明天跟意外誰會先來？沒有人

可以預料。對小蓮一家來說，這句「再見」卻是再也不見，但是這句「再見」，或許是期待在另外一個世界能夠再次相見，也有可能是在夢裡相見。

## 美好回憶 永存心田

據研究表示，人類的細胞在完全死亡前，聽覺是很後面才會喪失的能力，當下悲痛萬分外，一定要把握僅有的機會，將你想說的話告訴你愛的那個人，趁這段時間好好道別。當下沒有時間悲傷，但是悲傷會一直存在，會花很久一段時間沉浸在悲傷中，那感受是彷彿頭上籠罩很深沉的烏雲，不知道何時陽光才會重新照耀自己的世界。

不過，千萬不必強迫自己必須立刻好起來，因為總有一天會撥雲見日的。最重要的是好好整理那些一起擁有的回憶，活著的人將帶著那些曾經擁有過的美好，繼續活下去。在這一世能夠相遇成為家人，不知道是累積幾輩子的輪迴才有這一世的緣分，珍惜當下的時光，即是永恆最美的回憶！





# 腎友好食

## 低磷鉀小蛋糕

撰文◎營養室營養師 江昀婕

慢性腎臟病病友因疾病關係，需要控制飲食中的電解質，在生活中食物的挑選受到很大的限制。在蛋糕製作上，其實利用平常的糕點製作材料，再減少其中磷、鉀的含量，就較能放心的大快朵頤囉！

這次製作的餐點，將含磷量高的牛奶更換為腎臟病配方奶、將蛋黃3顆減為1顆，這樣的作法能夠降低原本蛋糕中的75%的磷離子，而吃起來的口感及風味和一般的蛋糕並無太大差別。

對於一般民眾來說，將材料中的配方奶換回牛奶、蛋黃恢復原本的量，就是好吃的古早味蛋糕做法了。





### 做法

- ①準備兩個鍋子，蛋白與蛋黃分開。
- ②將蛋黃、玄米油、配方奶加水稀釋2倍，低筋麵粉過篩，這4種食材一起攪拌均勻備用。
- ③將蛋白打發，如使用攪拌器約20秒後加入一半砂糖，約30秒加入剩下砂糖，並打到蛋白穩固不變形。
- ④將步驟2與步驟3用的手法均勻混合，並且不可攪拌過久，以免蛋白消泡。
- ⑤倒入烤盤或是鋪好烘焙紙的鍋具，放入氣炸鍋。
- ⑥調整溫度160度、4分鐘拿出，中間輕輕畫兩刀，再繼續氣炸150度、20分鐘。
- ⑦利用牙籤或長細針插入蛋糕，如有蛋糕液沾上表示內部還沒熟，再持續烤10分鐘。如未沾上蛋糕液（可多確認幾個地方），表示蛋糕製作完成。

### 材料

六人份

雀巢盛健腎臟病配方奶  
（或其他腎臟病配方奶）40ml  
低筋麵粉80克、紅砂糖40克  
雞蛋白3顆、雞蛋黃1顆  
玄米油12克

### 營養

成分分析 一人份

熱量(大卡)	43
蛋白質(公克)	1.5
脂質(公克)	1.3
碳水化合物(公克)	6.5
鈉(毫克)	14.9
鉀(毫克)	21.4
磷(毫克)	13.3

## 索取定期郵寄《恩主公醫訊》

《恩主公醫訊》係行天宮醫療志業恩主公醫院每月出版的公益醫學刊物，贈閱，歡迎索取。紙本版可以在行天宮台北本宮、行修宮（三峽分宮）、北投分宮、新北市三峽區恩主公醫院自行索取。

因應個人資料保護法自101年10月1日起施行，貴訂戶如不願意本院現保有貴訂戶之資料郵寄醫訊，敬請回覆告知姓名、原郵寄地址，載明不續訂，本院即刪除貴訂戶檔案資料，不再郵寄恩主公醫訊。更改郵遞地址者，亦請載明姓名、原郵寄地址、新郵寄地址。未收到回覆告知者，則視為貴訂戶同意繼續原定期郵寄。

如需回覆告知，請電郵：15390@km.eck.org.tw、電話：(02)2672-3456分機8744、郵寄：237414  
新北市三峽區復興路399號社區醫學部。

## 二代戒菸服務

本院戒菸門診（含青少年）經本院戒菸門診評估後，使用戒菸藥品或戒菸服務，只需付掛號費。

- 1.戒菸治療對象：18歲（含）以上之全民健保保險對象，尼古丁成癮度測試分數4分（含）以上，或平均1天吸10支菸（含）以上。
- 2.戒菸衛教對象：全民健保保險對象的吸菸者，只要有戒菸意願皆可（包含不適合用藥者及孕婦、青少年）。

洽詢電話：(02) 2672-3456 轉 8726

本院菸害檢舉熱線：(02) 2672-3456 轉 8102



## 社福關懷服務

對象：一般民眾、院內員工

內容：提供身心障礙鑑定、器官捐贈諮詢、社會福利諮詢、經濟紓困補助、就醫出院安置、自殺防治、街友就醫協助、獨居老人通報，以及家庭暴力、性侵害、兒少虐待等保護案件通報處理。

地點：社工室（復興醫療大樓全家車道旁）

電話：(02) 2672-3456 轉 1050~1057、1154、1157



### —— 糖尿病共同照護網門診 ——

時間 星期一～五 上午08:30～12:00  
星期二、三、五 下午02:00～05:00

地點 門診大樓2樓衛教室

諮詢專線 (02) 2672-3456 轉 6205、8720、8722、8724



### —— 團體衛教 ——

糖尿病團體衛教 <b>自己測血糖好簡單</b>	時間 9/14（四）下午02:30～03:00 地點 門診大樓2樓門診候診區
中醫 <b>乾癬之中醫照顧</b> ——陳宜君 護理師	時間 9/04（一）上午10:00～10:30 地點 中山醫療大樓2樓中醫門診候診區
西醫 <b>流行性感冒的預防</b> ——蔡佩雯 感控師	時間 9/15（五）上午10:00～10:30 地點 門診大樓2樓門診候診區

# 行天宮醫療志業醫療財團法人

宗旨：秉持 恩主公五倫八德之聖訓，發揮醫德、精研醫學、提昇醫術，行濟世救人及服務社會之志業，以促進民眾身心健康。

目標：成為社區醫療與預防保健的典範。

服務理念：無私奉獻、謙卑服務。

任務：提供最優質的醫療服務與健康資訊。

策略方針：問心管理、善用資源。

願景：建立一符合社會期許之宗教醫院。



台北大學運動場地下停車場收費標準：  
汽車：平日20元/H，例假日30元/H  
未滿30分鐘以半小時計算  
機車：以次計費，30元/次



台北大學  
台北大學南門

出口 台北大學運動場地下停車場 入口

復興路

復興路459巷



往急診車道



往停車場車道



復興路367巷



大勇路

恩主公醫院  
門診大樓



中山路238巷

中山路220巷

出口 恩主公醫院  
第一汽、機車收費停車場



恩主公醫院  
中山醫療大樓

中山路

中山路257巷



大智路  
汽車停車場

大智路停車場收費標準：

汽車：半小時10元，累積最高100元



恩主公醫院  
第二汽、機車  
收費停車場

第二停車場收費標準：

汽車：30元/H，之後15元/0.5H  
機車：以次計費，10元/次

第一停車場收費標準：

汽車：前3小時30元/H，之後40元/H  
機車：以次計費，10元/次

復興醫療大樓：新北市三峽區復興路399號

總機：(02) 2672-3456

人工語音專線：(02) 2671-9595

中山醫療大樓：新北市三峽區中山路198號

傳真：(02) 2673-0902

語音預約專線：(02) 8674-2345

門診大樓：新北市三峽區中山路258號

著作權所有，未經同意，請勿轉載。