



行天宮醫療志業

www.eck.org.tw

恩主公醫訊

2025年4月號 | No.344

特別報導

擺脫病態性肥胖

微創減重手術提升生活品質

平安人生

堅韌修繕 重現光彩



堅韌修繕 重現光彩

黃忠臣

竹子，遇到強風會被吹彎，但風停後仍可回復原狀；野草經常被踩踏，但它們卻能從縫隙裡繼續生長。那麼當人遇到挫敗時，要如何能再站起來呢？

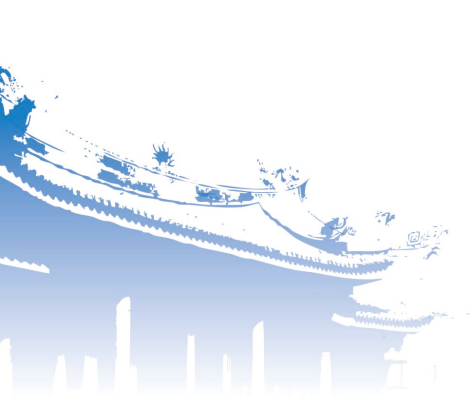
日本人祖繼，熱愛陶藝且認真學習。有次他花了一整個月，終於捏出了一只白碗，和諧又簡約的美感，讓他滿意極了，便入窯燒製。等到開窯，祖繼屏氣凝神地拿出碗，可能是太緊張了，雙手顫抖，竟不慎將陶碗摔成六塊，頓時他的心都碎了，一個月的心血瞬間白費，讓他懊惱不已。

祖繼正準備清理碎片時，一旁的師傅說：「別急，我有辦法。」師傅取出金粉等工具，先將其中的兩片黏補起來，祖繼又驚又喜地說：「師傅，這是什麼技術啊，快教教我！」師傅答道：「這叫做『金繕』，雖然無法將陶碗恢復原貌，但只要花點耐心、慢慢修補，縫隙線條也能自成一格，成為作品的一部分！」在師傅的教導下，祖繼經過多次補綴，終將摔破的陶碗一片片重新黏合起來，而修補裂痕的金色線條，反而讓白碗有了另一番風華。之後，祖繼專攻金繕技藝，成了風格獨具的陶藝大師。

倘若只將破碎的陶碗當成垃圾清除，祖繼先前的努力就化為烏有，師傅卻藉由金繕工藝修補，讓陶碗有了新的面貌與意想不到的美感。面對人生的失誤、挫折，又何嘗不是如此？有些人遇到困境、身心傷損，若任自身陷入埋怨、悔恨的負面情緒中，裹足不前、一蹶不振，那麼永遠看不到出路；其實，我們一直都擁有「自我修補」的力量，試著轉個念頭提醒自己：一次的失敗並不代表永遠的失敗，而是「優化自己」的契機：看見問題、尋求對策、接納包容一切經歷，我們就有機會重塑人生的劇本，開闢一條新道路，看見不一樣的美麗風景。

正如行天宮平安心語云：「面對挫折心堅定，累積實力日精進。」當能鼓起勇氣與信心，直視眼前的難題，培養心理韌性，絕不輕言放棄，這次不成功就再試一次，那麼相信過程中累積的經驗都將是滋養生命的養分，走過的每一步都是成長的軌跡，堅持努力能幫助我們愈來愈堅強，創造出精彩卓絕的獨有美好。





恩主公醫訊

2025年04月號 | 344期

CONTENTS

讀好書 · 說好話 · 行好事 · 做好人

平安人生

堅韌修繕 重現光彩／黃忠臣 董事長

感恩同慶

2 感恩同行 共創未來—恩主公醫院27週年院慶活動／羅仕倫

暖心時刻

4 醫者仁心／摘錄自院長信箱

特別報導

5 擺脫病態性肥胖—微創減重手術提升生活品質／羅仕倫、吳東琰

專題企畫：與癌共處 療癒有方

8 肝癌—別讓人生變黑白／陳怡婷

10 放射線治療之皮膚照護／許雅婷

健康生活

15 改善代謝症候群有助預防肌少症／黃駿豐

中醫專欄

18 針灸減少洗腎副作用／鄭傑元

社區關懷

22 翻轉人生／于家霽

藥品專欄

23 腸病毒疫苗簡介／張惠明

醫療百科

26 失智共照中心+綠色通道=快捷失智照護服務／江妙昀

健康料理DIY

28 高鈣芝麻雞肉土司／徐沛甄

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：eck00980975@gmail.com

電子版：





感恩同行 共創未來

恩主公醫院27週年院慶活動

撰文◎經營發展室專員 羅仕倫

恩主公醫院創院至今二十七年，從最初的復興醫療大樓，到如今即將興建第四棟急重症醫療大樓，感謝行天宮的襄助、信眾的護持，以及前輩、專家、顧問的協助，還有社區民眾的信任與支持，更仰賴每一位同仁的辛勤付出。

適逢二十七週年院慶，本院舉辦「院慶暨資深員工表揚感恩會」、「媽咪好孕日」健康講座、「相逢27暖心時刻」募集暖心的醫病故事，並參與臺北大學櫻花祭園遊會，設置主題攤位「拼出你的power」—透過拼圖遊戲與民眾交流，以凝聚士氣，創造良好的醫病關係。

資深員工表揚 與醫院共成長

院慶的一大亮點，就是表揚感恩資深員工。今年服務滿二十年的同仁共有27位，滿十年的同仁則有39位，他們的身分有醫師、護理師、醫事技術人員、行政人員、廚師等，在各





▲ 黃信彰院長表揚資深員工

自的部門與領域發揮專業、貢獻心力，與醫院攜手走過風雨，見證醫院的成長與變革，將人生中寶貴的歲月奉獻於醫療服務，貢獻良多。表揚儀式上，會長黃忠臣與院長黃信彰親自頒發獎座與感謝狀，並與同仁合影留念，向資深員工們表達最誠摯的感謝。

媽咪好孕日 分享孕產知識

自民國八十七年復興醫療大樓完工以來，本院已成功接生超過36,700位新生兒，陪伴無數家庭迎接新生命的誕生，成為三鶯歌地區孕產婦信賴的醫療夥伴。為此，特別在院慶這樣充滿感恩的時刻，舉辦「媽咪好孕日」健康講座，一為滿足準媽媽們與備孕女性朋友對產前、產後及新生兒照護的需求，再者，也藉此機會與院內出生的「恩主公寶寶」歡喜重聚。

由婦產科主治醫師黃威鈞講解產前照護的重要性，小兒科主任許登欽分享新生兒照護，護理師吳璇閔推廣母乳哺育並示範產球的使用方式，而中醫部內婦兒科主任廖唯宇則介紹產後的中醫調理，透過專業團隊的分享，讓新手爸媽們獲得不少寶貴的孕產知識。

活動中兩位曾在本院生產的新手媽媽分享孕產經驗，其中一位來自鶯歌的媽媽表示，她的產檢過程一切正常，但在懷孕第三十五週



▲27週年院慶系列活動：「媽咪好孕日」健康講座分享孕產知識

時，卻因突然破水而提前生產。寶寶出生時體重僅1380克，屬於極低體重的早產兒，必須立即送入新生兒加護病房，接受長達六十六天的住院照護。她感激地說：「當下真的很擔心，還好恩主公醫療團隊很快做出反應，讓寶寶得到最好的照顧。」不少父母帶著孩子一起出席活動，婦幼部部長王鐸聲邀請大家一起參與慶生，並祝福每一位小朋友平安、順利地成長。

相逢27 將愛傳遞

本院積極打造良好醫病關係，十分重視每位看診民眾的回饋，除了建構院長信箱讓民眾反映意見，也期望民眾能分享親身經歷，因此，今年院慶系列活動—「相逢27暖心時刻」，特別募集在醫院發生的暖心醫病故事，如醫生的細心問診、護理師的貼心照護、照服員的熱心服務，還有志工的熱情問候，皆可在活動發文下留言；不僅表達內心的感謝，也將這份溫暖與愛繼續傳遞下去，貼文的民眾將由本院福贈一本《恩主公醫院的慈悲喜捨》，落實 關聖帝君傳世明訓：「讀好書，說好話，行好事，做好人」的精神。

走過二十七年，恩主公醫院將持續提升醫療技術與服務品質、培養與召募優秀醫護人才、強化醫療資源，讓社區民眾獲得更好的照護，邁向永續發展的未來。



醫者仁心




來源◎摘錄自院長信箱

替人做事，利人方便。
當我們願無私地奉獻與耕耘，
假以時日，不但能在心間開滿繁花，
也將為人間帶來春暖。



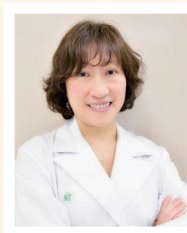
黃院長好，我非常感激貴院李君右醫師！李醫師在第一時間救活我中風的母親，做了很正確的判斷與處置。在院期間，非常關心我母親的病情與發展，並且積極地協助母親後續的治療需求；醫者仁心，我母親很幸運，遇到李醫師這麼優秀的醫師，也得到恩主公醫院很大的協助。

同時，我也很感激神經內科的醫師團隊，尤其孫瑜主任，也非常費心母親的病情。感激醫院、謝謝院長、謝謝醫師。 



李君右 睡眠中心主任

成功大學醫學系，現任恩主公醫院神經科主治醫師、睡眠中心主任。專長為失智症、巴金森氏症及其他動作障礙、腦中風、頭痛及神經痛、睡眠障礙、癲癇、一般神經學。



孫瑜 科主任兼睡眠中心代理主任

中國醫藥大學醫學系、臺灣大學預防醫學研究所博士，現任恩主公醫院神經科主任、恩主公醫院睡眠中心代理主任。專長為失智症、睡眠障礙、腦中風、一般神經學。



擺脫 病態性肥胖

微創減重手術 提升生活品質

撰文◎經營發展室專員 羅仕倫
諮詢醫師◎一般外科主治醫師 吳東琰



根據國民健康署2024年出版最新111年健康促進統計年報數據顯示，全臺逾半成年人體重過重，十八歲以上過重與肥胖率高達50.8%，其中男性更是高達59.5%，體重控制儼然成為國人必須重視的健康議題。

依據WHO（世界衛生組織）及美國NIH（美國國家衛生院）之標準，當BMI大於或等於35，並已有因肥胖引起如糖尿病、高血壓、高血脂或睡眠呼吸中止等之合併症，或BMI超過40，對健康已經形成危害時，即稱為「病態性肥胖」。對於透過飲食控制、運動來減重成效不佳的人，微創減重代謝手術是目前對病態性肥胖最有效的方式，但是否適合執行還需要經過醫師專業的評估。

恩主公醫院一般外科吳東琰醫師分享至本院進行外科減重手術的個案：一名身高155



公分、體重102公斤的五十歲中年婦人，BMI指數高達42.4，因為肥胖的關係，導致有呼吸中止症的問題，嚴重影響睡眠，經過飲食控制及運動仍無法有效減輕體重；經醫師評估，以及經患者溝通後採用風險較低的袖狀胃切除手術，術後兩個月就瘦了約10公斤，術後追蹤體重穩定下降，原本的打呼及呼吸中止症的問題也慢慢消失。

減重手術類型與適應症

吳東琰醫師表示，外科減重手術主要有「減少胃容量」和「減少吸收」兩個目標，其中袖狀胃切除手術是目前臺灣採用最多的減重手術，透過切除部分胃部，來達到減少胃容量；一般狀況來說體重減輕幅度約25~35%，減重效果好，亦能對糖尿病控制有所幫助，但缺點是胃食道逆流機率較高。另外兩種主要的減重手術為胃繞道手術和縮胃繞腸手術，其中胃繞道手術則更為複雜，它不僅減少胃容量，還繞過部分小腸來減少營養吸收，但因為改變原有之胃小腸之連續構造，因此導致術後難以進行胃鏡檢查，且風險較高，一般狀況來說體重減輕幅度約30%~40%，同樣減重效果好，也能有效控制糖尿病。

縮胃繞腸手術結合了這兩者的優點，在進行袖狀胃切除後，再加上小腸繞道，從而達到更好的減重效果和慢性病控制。特別是對於

糖尿病患者，縮胃繞腸手術能更有效地控制血糖，一般狀況來說體重減輕幅度約30~40%，胃食道逆流機率較低，是目前減重手術的新趨勢。然而，這種手術的缺點是術後可能有維生素和礦物質吸收不良的風險，患者有可能需要終生補充這些營養素。

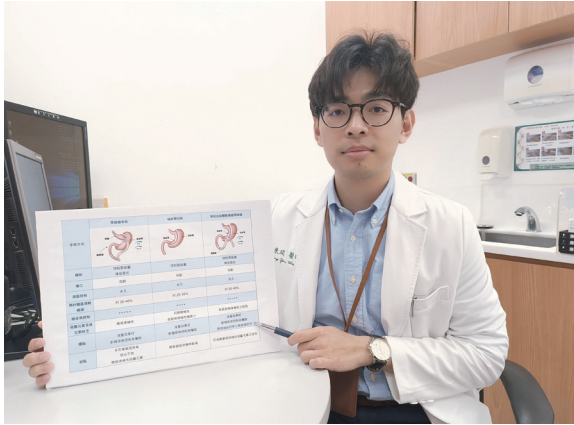


此外，吳東琰醫師指出：「因臺灣胃癌好發率高，需要透過胃鏡去做胃癌診斷，胃繞道手術已經把胃到小腸的連續結構破壞，無法做胃鏡檢查，而袖狀胃切除和縮胃繞腸手術則不受影響，對於胃癌診斷以及胃鏡檢查治療而言是比較適合的手術方式。」

減重手術的風險 術前準備與術後管理

減重手術都有吻合口滲漏的風險，胃繞道手術在手術中涉及更多的吻合部位，這增加了吻合口滲漏的可能性，術後出血和腸阻塞的風險也較高。袖狀胃切除術比較單純減少胃容積，手術集中上腹部，術後引發腸阻塞的機會較低。縮胃繞腸手術一樣涉及較多吻合部位，風險高於袖狀胃切除，但在控制糖尿病等慢性病方面會比袖狀胃切除手術好一些。

進行減重手術前須經由內科評估代謝狀



▲ 諮詢醫師：一般外科 吳東琰醫師


況，像是血糖控制情形，身心科評估身心狀況，還要做電腦斷層掃描，看是否橫膈膜疝氣的問題，做胃鏡看胃是否有幽門螺旋桿菌的感染，甚至是如果有胃癌都不適合進行手術。吳東琰醫師特別指出：「如果胃部有幽門螺旋桿菌，會造成後續的潰瘍問題，必須治療好才能執行手術。」術後管理對於減重手術的成功至關重要。無論是哪種手術，患者都需要嚴格遵守飲食控制和規律運動，以防止體重反彈。此外，對於胃繞道和縮胃繞腸手術患者來說，長期補充維生素和礦物質尤為重要，因為手術會影響身體對這些營養素的吸收。

符合健保給付減重手術標準

對於有減重手術需求的民眾，健保提供相關補助，須符合下列條件：

- 一、BMI ≥ 37.5 ，或BMI ≥ 32.5 且合併有高危險併發症，像是第二型糖尿病患者其糖化血色素經內科治療後仍7.5%、高血壓、呼吸中止症候群等。
- 二、年齡介於20~65歲。

- 三、須減重門診滿半年（或門診相關佐證滿半年）及經運動飲食控制在半年以上。
- 四、無內分泌系統異常，或有其他會造成肥胖的疾病。
- 五、無藥物濫用或精神疾病。
- 六、無重大器官功能異常，並能夠接受外科手術的風險。
- 七、精神狀態健全，經由精神科專科會診認定無異常。

若符合上述條件，病人只需負擔部分腹腔鏡耗材費用、病房差額及健保部分負擔，約數萬到十幾萬元不等。如有減重手術需求，歡迎至恩主公醫院一般外科諮詢。 



肝癌

別讓人生變黑白

撰文◎清和病房護理師 陳怡婷

肝癌常見病因與生活息息相關，我們卻不一定知道致癌原因，一起看看沉默的器官會對身體發出什麼警告吧！

常聽到關於肝癌的廣告臺詞：「肝若好，人生是彩色的；肝若歹，人生是黑白的。」根據我國衛生福利部國民健康署資料顯示，每年死於慢性肝病、肝硬化、肝癌約有一萬三千人，肝癌甚至為主要癌症死因的第二位，慢性肝病、肝硬化為主要死因的第九位。

一、何謂肝癌

肝癌是泛指肝臟的惡性腫瘤，為通用的說法，肝癌涵蓋各種肝臟本身所長出來的原發性肝癌，以及由其他器官轉移到肝臟的轉移性肝癌。肝臟器官由許多種類的細胞所組成，最主要的成分是肝細胞，其他還有膽管細胞、血管

細胞、平滑肌細胞、脂肪組織、淋巴組織等，在臺灣以器官別來區分，肝癌是十大癌症排行的前一、二位，其中肝細胞癌占了約90%，膽管癌占約不到10%，其餘則皆更少。

二、肝癌常見症狀

肝癌早期常無明顯症狀，隨著腫瘤大小影響，可能出現以下症狀：

- 上腹部有硬塊、腹部疼痛、腹部積水
- 疲倦、食欲不振、體重減輕
- 黃疸（皮膚和眼白變黃）、出現茶色尿、下肢水腫
- 噁心、嘔吐

三、肝癌常見原因

目前肝癌最主要的高危險因子是慢性肝炎及肝硬化，除此之外還有其他相關的危險因子，根據分析整理出的危險因子如下：

- 慢性肝炎病毒感染、非酒精性脂肪肝：B型肝炎、C型肝炎是主要的致癌因素，長期感染可能引起肝硬化，增加肝癌風險。
- 肝硬化：長期肝損傷引起，增加肝癌風險。
- 抽菸、酗酒：會造成肝細胞損傷，引發肝硬化，增加肝癌風險。
- 黃麴毒素：受汙染的食物（如發霉的穀物）產生的黃麴毒素，可能導致肝癌。
- 遺傳性疾病：血色素沉著症、威爾森氏症。

四、肝癌診斷

- 血液檢查（肝功能、肝炎標記及胎兒蛋白）
- 影像檢查（電腦斷層或核磁共振）
- 血管攝影（血管攝影是用來確定肝癌的常用方法，但具有侵襲性）
- 病理組織診斷


五、肝癌治療

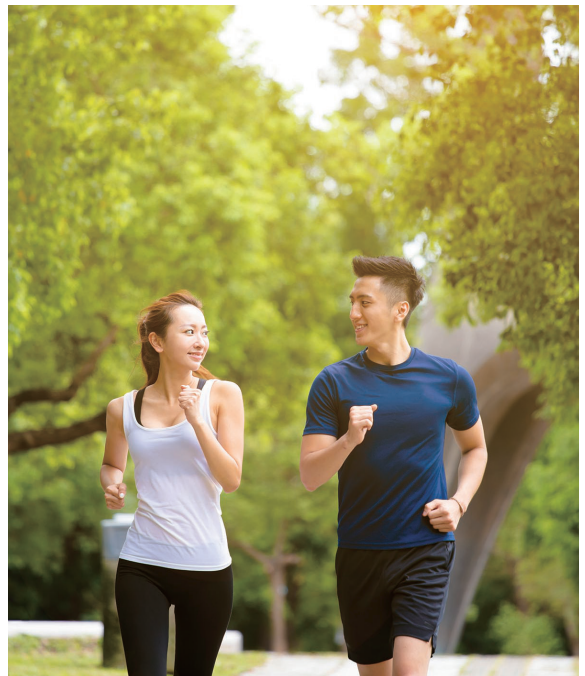
- 外科手術：須評估肝臟功能，若剩下的肝組織不能維持正常的肝臟功能，或已經發生轉移，則不考慮手術。
- 射頻燒灼術：經由超音波導引在肝腫瘤內插入電極針，使能量由電極針釋放出來，讓局部組織的凝固性壞死。
- 放射治療
- 經動脈導管肝臟腫瘤化學栓塞術：將化學藥物注入供給腫瘤營養的肝動脈內，能夠阻斷腫瘤氧氣及養分的供給，以達到腫瘤壞死的效果。
- 免疫療法：使用人體免疫系統攻擊癌細胞。

- 肝臟移植

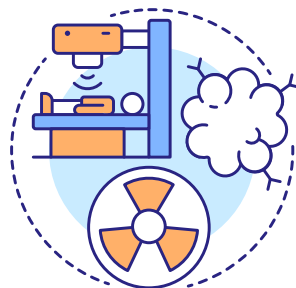
六、肝癌護理衛教

- 養成良好生活習慣，維持理想體重。
- 均衡攝取六大類食物，挑選新鮮食物，若發現發霉應盡速丟棄。
- 避免過度飲酒。
- 定期進行健康檢查，早期發現早期治療。
- 注射疫苗服用抗病毒藥物。

保持健康的生活方式，包括均衡飲食、適量運動、避免過量飲酒，對保護肝臟相當重要，定期檢查肝功能，對肝病家族史或長期酗酒者來說特別重要；早期發現異常可以早期治療，積極預防肝臟疾病，減少肝癌的發生風險，有助於維護長期健康。 



放射線治療之 皮膚照護



撰文◎護理部護理師 許雅婷

民國111年，衛生福利部國民健康署於公布最新「癌症發生資料」統計結果，臺灣每四分鐘二秒就有一人罹患癌症，隨著醫學科技的發達，在癌症治療上也有很大的進步。目前癌症治療方式分成手術、化學治療、放射線治療三大主軸，但大多數民眾聽到「放射線治療」仍有許多誤解，藉此文章為民眾解惑。



在某天的醫院門診診間裡，阿明伯因為聲音沙啞半年一直沒痊癒，而且吞東西有異物感，就醫後經過一連串的檢查及切片，最後被診斷是「下咽癌」；但他拒絕手術切除，醫生建議採取化學治療及放射線治療（電療）。

阿明伯：「醫生，麥啦！麥啦！我絕對不要做電療，聽別人講皮膚會『臭火乾』，而且會很痛。」

家屬：「阿爸，你不要聽別人講，就大驚小怪。」

醫生：「阿伯，請您放輕鬆，可能別人講得不是很清楚，會讓您害怕，我會詳細解釋，之後再請護理師跟您說怎麼照顧。」

護理師對家屬說：「這是放射線治療的衛教單張，如果阿伯很擔心電療完後皮膚的問題，我們就先針對皮膚照護上為您說明。」

放射線治療須知

一、何謂放射線治療：放射線治療俗稱「電療」，與手術治療一樣，都屬於局部性治療，故只有放射線照到的地方才會產生副作用；接受放射線治療時，感覺如同照X光檢查一般，其治療的療效與反應，由每日的治療累積而產生；放射線治療必須等到幾乎所有的劑量都給完時，才有希望達到所預期的效果。

二、放射線治療的目的：運用較高能量的放射線來破壞癌細胞，防止癌細胞的生長與分裂，達到治療的效果，或者減輕腫瘤壓迫所導致的疼痛，及受腫瘤侵犯導致的出血問題。

三、放射線治療的時間：依據疾病不同及治療目標的不同，所需要治療的時間也不同。大多數的治療是一天一次，通常是週一到週五，週六及週日休息，好使正常組織由放射線傷害中恢復，每一次治療（含治療位置設定）的時間約需要十至十五分鐘，但會因為治療的方式而有所不同。

四、放射線治療可能產生的副作用與注意須知：全面性反應有疲倦、食欲不振、對造血系統的影響及皮膚反應。

放射線治療皮膚照護

一、何謂「放射線皮膚炎」：

放射線皮膚炎是因放射線治療引起組織傷害及一連串的發炎反應，發生時間為開始接受放射線治療後二至七天，第三週開始有較顯著的表徵與症狀，此時應適當地處理，以預防皮膚破損，避免引發感染等問題。

二、放射線治療對皮膚的影響，包括皮膚發紅、乾性脫屑、溼性脫屑及色素沉著等，分別介紹如下：

（一）皮膚發紅

通常發生在放射線治療二週後，照射部位會有輕微發紅、發熱且較敏感、緊繃等反應，此反應和皮膚暴露在日光下的一度灼傷反應相似，皮膚細胞所受到的傷害還很輕微，仍可繼續接受治療。此時應盡量避免照射部位皮膚受到摩擦及刺激，只需保持皮膚清潔即可，不需要再做其他特別的處理。

（二）乾性脫屑



通常會發生在放射線治療四週後，照射部位的皮脂腺被破壞，進而造成皮膚乾燥、脫屑及搔癢等症狀，此時放射線治療仍可繼續進行治療，但須避

免磨擦、搔抓或按摩皮膚，可在醫師指示之下使用合適的藥膏擦拭。

(三) 溼性脫屑

通常發生在放射線治療五週後，照射部位的皮膚受損及細胞無法再生所導致，可能會出現水腫及疼痛等症狀，並且稍加擦撞時就很容易引起出血，甚至會出現潰瘍、且伴隨自發性出血情形，此期皮膚傷害是可恢復的。若有此情形發生時，護理人員會協助傷口換藥，醫生會視傷口情況開立藥膏，並決定是否暫時停止放射線治療。

(四) 色素沉著

放射線治療引發黑色素細胞增加，使皮膚變黑，此種現象會在治療後六個月至一年逐漸恢復消退。

三、放射線療法治療期間皮膚照護

(一) 每次放射線治療「前」六小時照射部位皮膚不可塗任何乳液、嬰兒油、蘆薈膠或藥膏。

(二) 每次治療「後」照射部位應執行皮膚照護照射部位點擦燙傷藥膏（依醫生醫囑），放射線治療結束後可噴舒逸敏噴霧（圖一），其餘周圍皮膚可擦舒放療軟膏（圖一），並輕拍至完全吸收。

(三) 完整皮膚照顧一天兩次（每天治療完和睡覺前）。若治療部位皮膚開始變色（變紅），請隨時增加擦次數。若照射部位皮膚出現發紅或破皮情形，應由醫師評估後開立適合的藥膏擦拭，請勿自行塗任何乳液或藥膏（劑）等。

四、接受放射線治療時，照射部位皮膚日常自我照顧須知：

(一) 皮膚反應開始放射線治療約二至三週後，照射部位的皮膚會逐漸變紅及較為敏感，正猶如被陽光晒了很久一般，皮膚也會變得較為乾燥，有時還會出現較嚴重的皮膚反應，如脫皮、疼痛或有滲出液，特別是在皮膚的皺摺處；通常結束治療後數週內會逐漸消失，但有的病人皮膚顏色可能變會較以往更深一些。故穿著的衣物要以寬鬆吸汗的棉質材料為主。

(二) 放射線治療療程結束前，切勿移除皮膚上之標記，以防照射部位不準確造成正常細胞的破壞。

(三) 切勿在放射線照射範圍中貼膠帶以防皮膚破損。

(四) 不建議泡澡，避免照射部位皮膚感染。可進行淋浴，但需使用攝氏四十度以下的溫水搭配中性或弱酸性、不含香精的肥皂，輕柔地清洗照射部位，避免用毛巾直接搓揉，清洗後使用柔軟乾淨的毛巾輕輕拍乾。頭頸部癌症病人可以正常洗髮，建議使用敏感性肌膚專用之中性或弱酸性之洗髮精。

(五) 治療期間可使用含金盞花、玻尿酸之護膚產品輕輕塗抹，若已破皮即停止，除

醫師開立的藥膏外，不可於照射部位任意塗抹非水溶性的乳液（如凡士林）、藥膏、痱子粉、藥粉或香水、除臭劑、髮蠟、髮膠、化妝品、保養品及防晒乳液等用品。如果發生搔癢情形，勿磨擦、搔抓或按摩皮膚，可在醫師的指示下使用藥膏或溼冷敷，且每次放射線治療前，必須將這些藥膏清洗掉。

- (六) 照射部位避免磨擦，可選擇寬鬆棉質的衣物，接受頸部放射線治療者請勿穿有領子的衣物，以減少因磨擦而導致皮膚發紅。
- (七) 治療期間需定時修剪指甲，避免皮膚的摩擦與抓傷。治療結束後的半年內，應避免照射部位暴露於陽光下，如果在陽光下會超過十五分鐘時應做好防晒措施，如著長袖長褲、戴帽子及撐傘等。
- (八) 照射部位勿接觸熱源，例如熱水及熱水袋等，請用溫水來清洗治療部位，需用毛巾輕輕地擦，不可用力刷洗，且清洗後立即保持乾燥。
- (九) 刮鬍子或腋下除毛，可選擇電動刮鬍刀或電動除毛器，以免刮傷皮膚而造成不必要的傷口。

(十) 放射線治療期間避免在鹹水或加人工消毒劑的游泳池中游泳。

(十一) 在放射線治療結束後一年內，需加強保溼並避免照射部位直接曝曬陽光或吹風，建議使用衣物覆蓋或使用紫外線（UVB）防護指數（SPF30）以上的防晒乳，防晒乳每兩小時塗抹一次。

技術與設備進步 降低放療副作用

隨著放射技術進步及治療設備的改進，目前放射線治療已經能達到準確定位、準確計劃及準確照射，放射線治療對正常的組織損傷更小了。而且，在治療過程中，還可以根據每個患者的實際情況，對患者進行不同強度的治療，進而進行不同的照射範圍和劑量，將副作用降低。醫療團隊也會依患者狀況給予適時諮詢，促進良好醫療照護品質。

而阿明伯，也在醫療團隊及家屬細心照護上皮膚回復以往，達到有效醫療照護品質。🍀

▼患者放射線治療第十六次，皮膚表面出現破皮



▼皮膚出現破皮後，擦拭燙傷藥膏第五天



▼擦拭藥膏後三週，皮膚改善狀況





行天宮醫療志業醫療財團法人

恩主公醫院

無私奉獻 · 謙卑服務 En Chu Kong Hospital



免費接駁專車

台北線

恩主公醫院接駁專車（台北線）以中型巴士行駛，讓台北市區往來本院更為便利，路線及時刻表如下：



發車時間



行車動態查詢

台北行天宮 發車



恩主公醫院 終點：門診大樓

週一至週五

08:00 09:30 10:30

11:30 13:30 14:30

週六

08:00 09:30 10:30

週日

08:00

恩主公醫院 發車：復興醫療大樓



台北行天宮 終點

週一至週五

09:30 10:30 11:30

12:30 14:30 16:00

週六

09:30 10:30 11:30

週日

12:30

改善代謝症候群有助 預防肌少症



撰文◎家庭醫學科主任 黃駿豐

代謝症候群和肌少症之間有密切的關聯。研究發現，代謝症候群可能會加速肌肉流失，尤其是內臟脂肪過多時，會影響肌肉的正常代謝功能。此外，肌少症患者也比較容易出現胰島素阻抗和發炎反應，進一步加重代謝症候群的症狀。



代謝症候群是一種與健康風險相關的症狀群，包括肥胖、高血壓、血糖過高和血脂異常等問題。以上這些狀況如果沒有妥善處理，會增加罹患心血管疾病、糖尿病和其他慢性病的機率。

而肌少症則是指肌肉量減少、肌力下降和肌肉功能變差的情況，通常發生在年紀增長後，但也可能受到疾病或生活習慣的影響。肌少症不僅會導致體力變差，還會增加跌倒和骨折的風險，進而影響生活品質。

何謂肌少症

肌少症是一種常見的健康問題，特別是在年長者當中。它主要指的是肌肉質量、力量 and 功能的下降，這不僅會影響到日常生活的自理能力，還會增加跌倒和骨折的風險，進而影響生活品質。根據成因，肌少症可以分為兩種：原發性肌少症和次發性肌少症。

原發性肌少症

原發性肌少症是由於自然老化過程所引起的肌肉質量、力量逐漸減少。隨著年齡的增長，導致我們的身體機能逐步退化，肌肉也會開始萎縮，這本就是正常的生理現象，並不需要特別解釋；年紀愈大，肌肉纖維會變得愈細，肌肉的功能和耐力也會下降，這使得老年人更容易感到疲勞和無力，且活動能力下降，例如站也站不起來、無法走太久、握力不足等，進而影響他們的生活質量。

次發性肌少症

然而，除了正常的老化過程外，還有許多其他可能導致次發性肌少症的因素。次發性肌少症的成因較為複雜，通常是多種健康問題交互作用的結果。首先，長期臥床或缺乏活動的人，會導致肌肉無法得到足夠的鍛鍊和使用，加速肌肉的萎縮。另外，像是因為事故、病痛或手術等原因而臥床不起的病人，也經常會出現肌少症的情況。

其他肌少症的成因

其次，某些疾病也會增加肌少症的風險。例如，器官衰竭（如心臟衰竭或腎衰竭）、內分泌失衡（如甲狀腺或性激素的問題）、癌症、慢性發炎等，都可能直接或間接地影響肌肉的健康。此外，胰島素阻抗也被認為是造成肌少症的重要因素，特別是對於那些患有代謝症候群或糖尿病的人來說，這些疾病會妨礙肌肉的正常代謝，進而加速肌肉流失。

此外，營養不良也是肌少症的成因之一。飲食中缺乏足夠的蛋白質、維生素D或其他重要營養素，會使得肌肉無法正常生長或維持。尤其是年長者，由於消化吸收功能下降，往往會攝取不足的營養，這也成為了肌少症的誘因之一。另外，某些藥物的副作用也會對肌肉健康造成影響。例如，使用類固醇、某些抗生素或化療藥物等，這些藥物可能會干擾肌肉的正



常功能，導致肌肉質量的流失。

在所有這些成因中，胰島素阻抗尤其值得注意，因為它是代謝症候群的核心機制。當胰島素無法正常發揮作用時，身體無法有效利用葡萄糖，這會導致脂肪堆積並進一步妨礙肌肉的正常運作。這也是為什麼代謝症候群患者常常會同時面臨肌少症的問題。因此，針對代謝症候群與肌少症，維持健康的生活習慣是相當重要的。

維持健康的生活習慣

首先，均衡飲食是維持健康的基礎。飲食中應該多攝取富含營養的天然食物，例如全穀類、蔬菜、水果、瘦肉、魚類和堅果等，來提供身體足夠的能量和營養素。特別是蛋白質的攝取非常重要，因為蛋白質是維持和修復肌肉的關鍵，也能調節身體機能，維持免疫力。像是雞蛋、豆類、牛奶和魚肉等高蛋白質食物，可以幫助減緩肌肉流失的速度。此外，控制脂肪和糖分的攝取也很重要，過多的脂肪和糖分會增加代謝症候群的風險，建議減少加工食品和含糖飲料的攝取。

其次，規律運動是預防代謝症候群和改善肌少症的重要方法之一。運動不僅能幫助控制體重，還能提高肌肉力量和改善代謝功能。其中，肌力訓練對於肌少症的患者尤其有效，因為它能直接增加肌肉質量和力量。簡單的重量訓練、彈力帶運動或利用自體重量的練習（例如伏地挺身或深蹲）都非常適合。此外，心肺運動如快走、慢跑或游泳，對改善心血管健康和控制血糖也有顯著的效果。



體重管理同樣是關鍵的一環。過重或肥胖是代謝症候群的重要風險因子之一，因此維持適當的體重可減少相關疾病的發生。建議透過健康飲食與規律運動來達到合理的體重目標，而不是依賴極端的減重方式，避免對健康造成反效果。

除了飲食和運動外，定期檢查身體狀況也是不可忽視的一步。透過健康檢查可以早期發現潛在的健康問題，例如血壓、血糖或膽固醇異常，進而及早進行干預。這些檢查特別適合已經有代謝症候群或肌少症風險的人，可有效掌握自己的健康狀況。

總而言之，面對代謝症候群與肌少症，維持健康的生活習慣是長期而有效的解決方案。透過均衡飲食、規律運動、體重管理和健康檢查，我們不僅能改善身體狀況，還能提升生活品質，避免因健康問題而影響到日常生活。持續實踐這些健康習慣，是對未來健康生活的最佳投資。



針灸減少 洗腎副作用

撰文◎中醫部住院醫師 鄭傑元

李先生，五十六歲，長期受慢性腎臟病的症狀所困擾，他每天早上起床時感到全身疲倦，四肢沉重無力，走路時下肢浮腫，甚至晚上也睡不好，生活品質大受影響。此外，他也常常食欲不振，覺得噁心想吐，精神狀況也日漸低落。

何謂慢性腎臟病

慢性腎臟病（Chronic Kidney Disease, CKD）是指腎臟功能或結構受損，並且無法恢復正常的疾病。CKD依腎絲球過濾率（GFR）來劃分病期，共分為五個階段，在CKD的五個階段中，第一期腎功能正常，但存在腎臟結構的損傷；第二期是輕度慢性腎功能障礙，腎臟結構亦受損；第三期為中度慢性腎功能障礙；第四期則是重度慢性腎衰竭，腎功能已嚴

重下降；第五期為末期腎病，腎臟功能幾乎完全喪失，無法再有效清除體內的廢物，需透析或腎臟移植來延續生命。進入第五期後，患者會出現尿毒症，這是一種由尿毒素積累引起的病症，會破壞腸道屏障，導致血管損傷和腎損害，並加劇代謝失衡、增加氧化反應及引發發炎，最終形成尿毒症。

根據統計，慢性腎臟病在臺灣的盛行率大約為11.9%，也就是每十人中就有一人患病，

意味著臺灣有約兩百萬人面臨腎臟病的威脅。慢性腎臟病的高發病率對臺灣的健康系統和經濟造成了極大的負擔。過去十年，臺灣的洗腎發生率居世界第一，這顯示慢性腎臟病在臺灣是一個重要的公共衛生問題。然而，由於CKD的初期症狀不明顯，許多患者並未及時發現病情，未進行定期的腎臟功能檢查，造成病情的延誤。

慢性腎臟病的發病原因主要包括高血壓、糖尿病、慢性腎小球腎炎、腎盂腎炎、免疫複合體傷害、尿路阻塞等，這些因素會導致腎臟功能逐漸衰退，進而發展為慢性腎臟病。高血壓和糖尿病是慢性腎臟病最常見的兩大危險因子，均能通過多種機制損害腎臟，包括引起腎小管和腎小球硬化，從而加劇腎功能的衰退。因此，對於這些基礎疾病的有效控制，能顯著降低慢性腎臟病的發生風險和疾病進展速度。

西醫的治療主要聚焦於控制這些基礎病變，並透過透析等手段應對腎功能衰竭，但目前的治療方法對於修復已受損的腎臟功能有限，尤其在疾病進展到末期後，更多的是延緩病情惡化並延續患者的生命。因此，早期的預防和檢查至關重要，能夠在病情尚未進入末期之前採取有效的干預措施。

中醫在慢性腎臟病的治療中扮演重要角色，尤其是對於早期的腎病症狀如水腫、蛋白尿等，可作為輔助療法，提供更多的治療選項。無論是西醫還是中醫，治療目標應該是延緩病情進展、提高生活品質。早期發現和定期檢查至關重要，透過中西醫結合治療可改善患者的預後。

中醫如何看待慢性腎臟病及其症狀

中醫認為，腎藏精，主水，腎為「先天之本」，與生命的發展、衰老和水液代謝有密切關聯，腎臟的健康直接影響到整體生理功能。中醫治療的核心理念是辨證施治，即根據患者具體症狀和體質選擇合適的治療方法，延緩病程、改善腎功能。

《靈樞·營衛生會篇》：「上焦如霧，中焦如漚，下焦如瀆」。而在《難經·三十一難》中進一步說明，上焦「主內而不出」，中焦「主腐熟水穀」，下焦「主分別清濁，主出而不內，以傳導也」。在正常的生理過程中，飲食進入胃部，經中焦腐熟後，精氣上輸至脾，脾氣再將精氣分散，最後回歸肺部，並協調水道運行。然而，當升清降濁的過程發生問題時，可能會引發高血壓、高血脂等疾病。而下焦則負責將清濁分別並輸送至膀胱，水精四布。若在這一過程中，尤其是腎臟過濾和尿液製造的環節出現異常，會導致嚴重的問題。慢性腎病的發病過程中，腎陰虛、腎陽虛和脾腎兩虛是常見的病理基礎。腎陰虛導致水液代謝障礙，脾虛則會加重水溼內生，進而加速腎病的進程。常見的證型如下：

一、脾腎陽虛型：表現為腰膝酸軟、乏力、怕冷等症狀，並伴有水腫、食欲不振、消化不良等情況。患者的小便常會清長且頻繁，且易出現便溏和腹脹。

二、腎陰虛型：表現為口乾舌燥、咽喉乾燥，並且常感到五心煩熱（手心、腳心和心口發熱），經常出現失眠、耳鳴、腰痛等症

狀。小便頻繁且顏色較黃，也常見面部潮紅。

三、腎氣不足型：常感到倦怠無力，腰膝酸軟，尤其在活動後症狀更為加重。患者有頭暈、耳鳴、小便清長，且經常伴隨下肢水腫，尤其是夜間浮腫較為明顯。

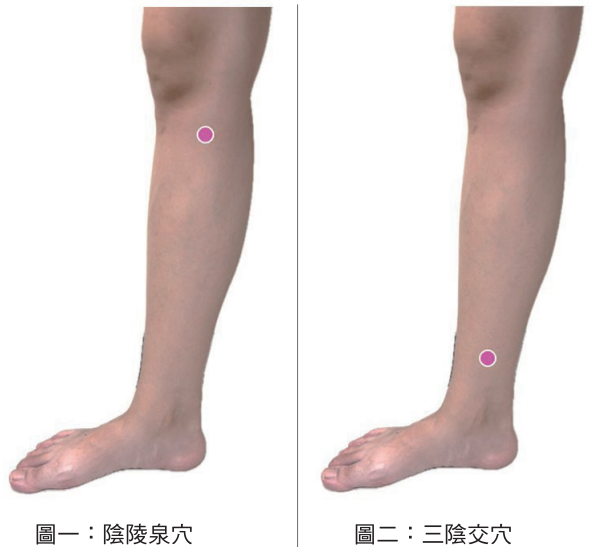
四、溼熱阻滯型：表現為小便黃濁、腹脹等症狀，患者的胃口差，常有惡心、嘔吐，並且會出現水腫，尤其是在腿部。

五、陰虛火旺型：出現口乾舌燥、便秘等症狀，五心煩熱較為明顯，這類患者的脈較快、舌紅，且常常有夜間出汗、耳鳴等表現。

為減輕腎臟的負擔，應避免服用不必要的藥物，充分發揮腎臟剩餘的功能，從而減緩腎臟的惡化。研究顯示，針灸對慢性腎臟病有一定的療效，其優點在於針灸可透過調節神經傳導物質和內分泌系統來達到療效，與藥物治療不同，針灸不會帶來藥物殘留或副作用，且不會加重腎臟的代謝負擔。此外，患者仍然可以繼續使用常規的西藥治療，無需停藥，能達到中西醫互補增效的作用。

洗腎副作用多 穴位自我保養

中醫治療慢性腎臟病時，針灸作為一個重要的輔助療法，具有促進氣血運行、調節臟腑功能的作用。慢性腎臟病友常伴有以下症狀，可選擇相關的穴位按揉來達到症狀的舒緩。



圖一：陰陵泉穴

圖二：三陰交穴

一、陰陵泉穴：陰陵泉在小腿內側，脛骨內側膝後下方凹陷處（圖一）。此穴為脾經腧穴，具有調節水液代謝的作用，能改善水腫症狀，幫助促進尿液正常排放，緩解浮腫並促進腎臟排泄功能。

二、三陰交穴：三陰交位於小腿內側，內踝上三寸（約四指幅）的位置（圖二）。此穴為脾、肝、腎三條屬陰經絡之交會點，

症狀	穴位選擇
噁心、嘔吐	內關穴、足三里穴
皮膚搔癢	曲池穴、血海穴
下肢水腫	陰陵泉穴、三陰交穴
貧血或疲倦	足三里穴、血海穴、三陰交穴



圖三：血海穴



圖四：曲池穴

能促進水液代謝，它還能增強患者的整體免疫力，幫助調節脾腎氣，改善腎功能。

三、**血海穴**：血海穴位於大腿內側，膝關節上兩寸（約三指幅）的位置（圖三）。此穴可養血活血，對於改善皮膚病有很好的作用，有助於改善血液循環，促進血液中的毒素排除，減輕由於腎臟功能不足引起的貧血問題。

四、**曲池穴**：曲池穴位於肘部，彎曲手肘時，手肘外側橫紋的盡頭即為曲池穴（圖四）。此穴可清熱解毒、調和氣血，對於改善皮膚搔癢問題有效。有助於排除體內的溼熱，促進水液代謝，可減輕因腎功能不全引起的水腫及溼氣過重的情形。

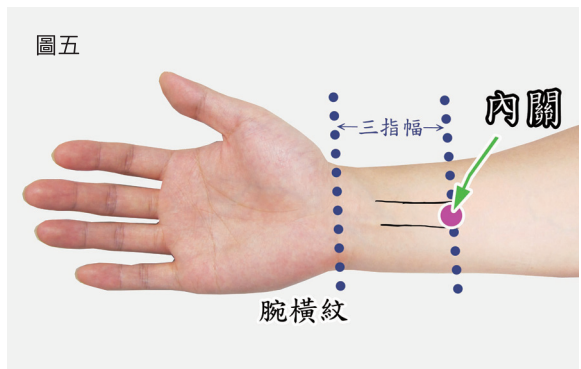
五、**內關穴**：內關穴位於前臂前區，腕掌側遠端橫紋上兩寸（約三指幅），兩筋之間（圖五）。十總穴中提到「內關心胸

胃」，說明內關穴可緩解心胸胃不適的症狀如噁心、嘔吐等。同時也能調節神經系統，減輕焦慮、壓力和失眠，幫助患者放鬆。

及早治療 針灸緩解不適

慢性腎臟病是一種進行性疾病，隨病程的延長，患者常出現水腫、乏力、食欲不振等症狀。研究表明，針灸除了能有效減少腎臟病患者的疲勞、焦慮和憂鬱情緒，並幫助改善透析引起的不適，還可改善患者的睡眠質量、增加食欲，並減少病情引起的精神壓力及失眠。針灸作為輔助治療，能夠顯著提升腎病患者的生活品質，尤其是在病程的早期與中期，及時接受針灸治療有助於延緩病情的進展。

治療慢性腎臟病是漫長的過程，每位患者的情況不同，中醫可靈活調整治療方案，配合西醫定期檢查及治療，以提供更全面的支持和更好的療效。治療需要經由中醫師的全面評估，才能確定最適合病患的治療方案哦！



翻轉人生

撰文◎社工室 于家霽



啟動善的循環，
創造幸福無限。
——行天宮平安心語

從事社工三年多，服務超過七百位病人，當別人問起我印象最深刻的個案是哪一位？我會毫不猶豫提起與木白先生（化名）的緣分。

幾年前，木白先生深受頸脊椎狹窄疼痛所苦，從手腳麻到坐立難安，甚至痛到難耐地臥床，考量到自身的經濟狀況不佳，遲遲不敢面對。直到無法再忍耐時，才至本院就醫，醫師診斷需要動手術，當解釋需要用到的自費項目，只見木白先生面有難色地表示：「我剛出獄、錢不多，請提供花費最少的治療方式。」醫師立刻請木白先生到社工室諮詢醫療補助，在瞭解他的家庭、經濟、其他環境狀況後，提供初步補助資訊，讓眉頭深鎖的木白先生鬆了一口氣，這才安心接受手術。

手術很順利，因木白先生選擇傳統手術，傷口範圍較大、恢復時間較長，儘管醫院補助已協助大部分的醫療費用，及生活扶助金暫時度日，但是他仍舊憂心忡忡。術後休養時間長，再加上木白先生剛剛出獄，完全沒有儲蓄可過日子，而且上有母親，下有兩個稚子要扶養；社工考量木白先生的處境艱難，決定資源連結到外單位的協會，請求提供協助，在他返

家後，外單位的社工也介入服務。

好景不常，在接受脊椎手術後的兩個月，手腳痲痺的狀況加劇，影響生活能力，求醫後，醫師強烈建議要開刀；木白先生絕望地聯絡社工，告知身體狀況，社工立刻安慰木白先生不要擔心，可以再次協助申請本院醫療補助，減輕負擔。手術後需要佩戴頸圈，傷口時常痛得睡不著，使木白先生非常憂鬱，社工常探訪關心，出院後，木白先生配合繳交補助資料等候補助結果通知。

雖相繼拿到本院醫療補助及急難救助金，但木白先生不允許自己再靠他人救濟。返家一個月後，木白先生頂著傷痛找到磁磚工人的工作，本就下定決心出獄後絕對要發憤圖強，直到現在持續努力著，就算舊疾復發疼痛難耐，每天到復健科診所打止痛針拚命生活著，讓家人對他改觀；也因為有毅力地付出，讓老闆看見、賞識，現有穩定的收入，成為家庭的主要來源者，木白先生一點一滴地改變自己，成為媽媽口中那位驕傲的兒子。

木白先生曾提過希望能回饋醫院，像是無償補強醫院外牆磁磚；社工婉拒，並說明善款就是用來協助急難之人，透過善款讓困難之人再次爬起，捐款者也會很開心。請放心接受，待有能力之時，也將善回饋給社會吧！

腸病毒疫苗簡介



撰文◎藥劑科藥師 張惠明

我：「大明，你的嘴怎麼長了一個大炮？」
大明：「讀幼稚園的孩子生病了，醫師說是腸病毒
感染，我也被傳染了，小朋友請假在家裡
休息。」

由以上對話中得知，幼兒，大人都會得到腸病毒，並且會傳染。

對腸病毒的關注

一、臺灣於西元1998年首度發生腸病毒71型大流行，導致405名兒童重症、78名兒童死亡，造成社會高度恐慌。

二、疾病管制署致醫界通函第549號〈近期腸病毒疫情仍持續上升，籲請臨床醫師保持警覺，以掌握治療黃金時機〉（發布日期 2024/11/8）：

時序已近冬，惟依據疾病管制署（下稱疾管署）監視資料顯示，近期腸病毒疫情仍持續上升，籲請臨床醫師保持警覺。

國內上週（10月27日至11月2日）腸



病毒門急診就診共19,460人次，較前一週（18,594人次）上升4.7%，疫情呈上升趨勢且處流行期，近四週實驗室監測顯示腸病毒以克沙奇A16型為多，其次為克沙奇A6型；其他克沙奇A型病毒及腸病毒D68型亦持續於社區活動，疫情傳播風險持續。本（113）年累計6例腸病毒感染併發重症確定病例，分別感染克沙奇A2型3例、克沙奇A10型2例及克沙奇B4型1例，其中5例為未滿1歲幼童。

何謂腸病毒感染

- **腸病毒感染**：是腸道被病毒感染後所產生的各種病徵。
- **腸病毒**：指的是一群病毒，包含小兒麻痺病毒、克沙奇病毒、伊科病毒及腸病毒等種類，每個種類下還可細分。目前小兒麻痺病毒已經在臺灣根除，腸病毒病人都是感染其他腸病毒造成。
- **腸病毒感染併發重症**：根據衛生福利部疾病管制署公告將「腸病毒感染併發重症」列為「傳染病防治法」規定之第三類傳染病。

好發年齡

腸病毒感染為幼兒常見的疾病，其中以感染腸病毒71型最容易導致嚴重的併發症，五歲以下的幼兒為重症的高危險群。而對於兩歲以

病毒種類	容易導致後果	好發年齡
腸病毒71型	容易導致嚴重的併發症	五歲以下的幼兒為重症的高危險群
病毒D68型	近幾年國際間陸續發生流行疫情	
克沙奇B型病毒	嚴重時可引發心肌炎、肝炎、腦炎、新生兒敗血症等，可能致命	主要威脅新生兒

下之嬰幼兒最容易感染的則是克沙奇病毒。大人也會得腸病毒，只是大多症狀比較輕微。

感染腸病毒71型發病時的特徵

無症狀是最多的，有些會有皮疹，典型是有疱疹性咽頰炎（口腔性潰瘍），會合併發燒，手足口症（手腳會有水泡，水泡內含有病毒），嚴重的話會有心肌炎，心包膜炎，還有其他重症如中樞神經傷害等。重症的前兆為嗜睡，呼吸急促或心跳加快，持續嘔吐，肌躍型抽搐。



是否會傳染

腸病毒的傳染力極強，而且病毒存在非常久，在家庭及教托育機構等處最容易傳播，可經由接觸或以飛沫方式感染幼兒而造成，也可能經由接觸無症狀帶病毒家長或病人的口鼻分泌物、咳嗽、打噴嚏飛沫，或吃進被含有病毒之糞便所汙染的食物而受傳染，玩具常成為幼兒間傳染的媒介，尤其是帶毛的玩具，更容易因接觸幼兒口嘴造成大量病毒感染而發病。

(註：根據衛生福利部疾病管制署公告)

治療方式

支持性療法。無抗病毒藥物可以治療腸病毒，治療以支持性、緩解症狀為主。黃金七天在家療養。但是因病不吃不喝，有脫水風險就需送醫。

預防方法

最好的預防方法是大人小孩都要勤洗手，以及注意個人衛生，清潔受汙染表面以及隔離有症狀的患者，即可降低感染的機會。

感染過後是否有免疫力

感染腸病毒痊癒之後，只會對這次感染的型別產生免疫，由於腸病毒種類多，單次患病無法對所有病毒免疫。所以一生中可能會得好幾次腸病毒。

是否有腸病毒疫苗

由於腸病毒71型的併發症嚴重，重症及死亡風險較高，接種疫苗有助降低感染風險，減少重症發生機率。目前國內核准上市的腸病毒A71型疫苗廠牌分別為高端（Envacgen）與國光／安的特羅（EnVAX-A71）疫苗。

本院施打的疫苗施品項

高端恩穩健腸病毒A71型疫苗（Envacgen），2023年8月上市，每劑（0.5



mL) 含：2.5 μ g 腸病毒 71 型總蛋白。為去活化之全病毒疫苗，其抗原主成分為去活化之全病毒蛋白質，並使用磷酸鋁作為佐劑。藥理分類上屬於不活化之腸病毒 71 型病毒顆粒。

施打對象與時機


適用於兩個月以上至未滿六歲幼兒之主動免疫接種。二歲至六歲兒童為兩劑。兩劑間隔時間：第一劑與第二劑間隔56天，若接種第一劑時未滿兩歲，建議於第一劑後一年接種追加劑。三期臨床試驗可達保護力96.8%。

一、費用：每劑4300元

二、不良反應：

- (一) 注射部位：疼痛、壓痛、發紅、腫脹、瘀青
- (二) 發燒、噁心、嘔吐、腹瀉、食欲降低、嗜睡

是否可同時施打流感疫苗

兩種疫苗是可以同時接種，只要分不同部位接種，此兩種不活化疫苗並不衝突。 

參考文獻
衛生福利部疾病管制署，高端恩穩健腸病毒A71型疫苗（Envacgen）仿單



失智共照中心 + 綠色通道 = 快捷失智照護服務

撰文◎社區醫學部個管師 江妙昀

失智症是疾病現象，而非正常的老化，因而常被忽略了就醫的重要性，事實上已經生病了，應該要接受治療。「及早」與「正確」診斷失智症，是最重要的兩件事。

時常聽到病人家屬描述病人有失智症，只因記憶力變差、脾氣變差（常被稱為老番癲、老頑固），認為人老了都是這樣，但經仔細詢問，幾乎一半以上都是未經過專科評估，而檢查後確診為失智症。我在臨床上看見照顧者的無助與疲憊，也是我在新冠疫情後想轉職擔任失智個管師的契機，希望能一同找出對失智症患者及照顧者最佳的生活品質。

本院於民國107年加入新北失智共照中心，對失智確診個案，提供個案在不同階段的

照顧需求，與定期關懷、相關資訊及轉介等支持服務（失智據點、長期照顧管理中心）。其中「綠色通道」提供未能確立診斷之疑似個案，「及早」完成就醫與診斷，讓疑似個案能有更好照顧及減緩退化。

有效減少就醫次數的 「失智綠色通道」

當衛生所及基層診所醫師經由AD-8極早期失智症篩檢量表評估，結果大於等於二分

者（疑似失智症狀況），將開立轉診單，轉介至本院失智共照中心。民眾使用本院失智症評估專屬的「綠色通道」流程就醫，由個案管理師聯絡個案及家屬，盡速安排評估排程，當天即可完成神經內科醫師診治與臨床心理師評估檢查；包含神經心理學檢查—認知功能評估量表（MMSE）、失智症評估量表（CDR）與神經精神評估量表（NPI），持轉診單看診，更享有首次掛號費優免及部分負擔。有效減少初診、排程、檢查等來回醫院的次數及相關費用，更可以盡早轉介相關長照資源照護，舒緩照顧者壓力。

失智症照護案例分享

王先生致電失智共照中心諮詢，表示媽媽近期個性改變，變得脾氣暴躁、有攻擊行為，主要照顧者為媳婦。某天媽媽拿拐杖攻擊媳婦，自己又不慎跌倒導致眼角有受傷，之後到便利商店請店員報警家暴；然而家中無監視器可證明媳婦是無辜的，加上以前婆媳相處就有許多問題，小姑們都相信媽媽的話，便申請了保護令，導致媳婦無法照顧媽媽，因此想尋求協助。在瞭解緣由後，個案管理師安排該個案使用綠色通道就醫，經由神經內科醫師診治、臨床心理師評估檢查後，診斷為極輕度失智症且有失智症合併精神行為症狀（BPSD）。失智共照中心接管後，提供一本失智症照護手冊《弭平失落》，建議安排個案到失智照護據點，參加活動及衛教照顧者如何溝通及照顧技巧。透過藥物治療及非藥物治療後，約二至

三個月後，狀況漸漸穩定，照顧者壓力也減輕許多。

失智症並不可怕，「及早」發現，「及早」治療，失智症照護需要醫療團隊共同努力，找出對失智症患者最佳的照護模式，才能維持患者及照顧者最佳的生活品質。



臺灣失智症協會



新北市失智症共照網站

AD-極早期失智症篩檢量表

注意「是，有改變」代表你認為在過去的幾年中有因為認知功能（思考和記憶）問題而導致的改變。	是，有改變	不是，沒有改變	不知道
1.判斷力上的困難。 例如：落入圈套或騙局、財務上不好的決定、買了對受禮者不合宜的禮物。			
2.對活動和嗜好的興趣降低。			
3.重複相同的問題、故事和陳述。			
4.在學習如何使用工具、設備、和小器具上有困難。 例如：電視、音響、冷氣機、洗衣機、熱水爐（器）、微波爐、遙控器。			
5.忘記正確的月分和年分。			
6.處理複雜的財務上有困難。 例如：個人或家庭的收支平衡、所得稅、繳費單。			
7.記住約會的時間有困難。			
8.有持續的思考和記憶方面的問題。			
AD8總得分		計分標準： 是 = 1分 不是 = 0分 不知道 = 不計分	

資料來源：楊淵韓、劉景寬，2009年世界阿茲海默症失智症大會

高鈣芝麻 雞肉土司

撰文◎營養室營養師 徐沛甄



芝麻屬於堅果類食物，含有脂肪、鈣、維生素E、膳食纖維、鐵、鋅、鎂、葉酸、維生素B群等營養素，且鈣質含量也豐富，具有補益精血、潤燥



滑腸之效。另芝麻所含的植物固醇，能阻斷人體腸道中的膽固醇吸收，也有益於血脂肪的控制。雞胸肉是近年健康料理常出現的一項食物，因雞胸肉油脂含量較低、且含有豐富的維生素B群，為優質蛋白質的食物來源。

國民健康署106-109年「國民營養健康狀況變遷調查」，六十五歲以上民眾約每七人就有一人有骨質疏鬆，預防骨質疏鬆的飲食首先要攝取足夠的鈣質，但調查結果卻發現十九至六十四歲的國人每日鈣攝取量不足。乳製品富含鈣質，因而每日飲食指南建議國人每天攝取1.5至2杯乳製品。此道料理作法簡易，口感清爽且香氣十足，對於無法攝取乳製品的族群，可參考此道料理增加鈣質的攝取。

材料 一人份

全麥土司兩片（70克）、舒肥雞胸肉30克、小方豆干30克、綠豆芽50克、無糖黑芝麻醬4克、鹽適量、滷汁適量

做法

- ①舒肥雞胸肉退冰後切片備用。
- ②豆干洗淨汆燙後，放入滷汁煮滾，待放涼後切片備用。
- ③綠豆芽洗淨後用鹽水汆燙，燙熟後撈出備用。
- ④先將一片全麥土司置於盤中，將無糖芝麻醬塗抹於土司上，並陸續將舒肥雞胸肉片、豆干片及綠豆芽鋪在土司上，再將另一片全麥土司鋪上即可。

營養 成分分析 一人份

熱量(大卡)	325	脂肪(公克)	9
碳水化合物(公克)	38	膳食纖維(公克)	5
蛋白質(公克)	21	鈣(毫克)	300

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：eck00980975@gmail.com、電話：(02)2672-3456分機8748、郵寄：237414新北市三峽區復興路399號社區醫學部。

免費癌症篩檢服務

地點：門診大樓2樓／癌症篩檢櫃檯

時間：上午08:30～12:00，下午02:00～05:00



篩檢項目	檢查對象	篩檢頻率
子宮頸癌篩檢	• 25～29歲女性	三年檢查一次
	• 30歲以上女性	每年檢查一次
乳癌篩檢	• 40～74歲女性	二年檢查一次
口腔癌篩檢	• 30歲以上嚼檳榔或吸菸者（含已戒） • 18～29歲具原住民身分嚼檳榔者（含已戒）	二年檢查一次
大腸癌篩檢	• 40～44歲一等親罹患大腸癌者 • 45～74歲	二年檢查一次

※乳房攝影檢查需填單後至放射科預約時間、子宮頸抹片檢查及口腔黏膜檢查者，請提早1.5小時至篩檢櫃檯報到。

免費低劑量電腦斷層肺癌篩檢

- 一、具肺癌家族史：45至74歲男性或40至74歲女性，且其父母、子女或兄弟姊妹經診斷為肺癌之民眾。
- 二、重度吸菸者：50至74歲吸菸史達20包一年以上，或戒菸未達15年之重度吸菸者。

符合以上任一條件者，可免費兩年一次進行篩檢，民眾若有吸菸情形，應同時接受戒菸服務。

請洽詢胸腔內科2672-3456轉8726、8733



門診團體衛教

中醫 乾癬之中醫照護 ——林權宸 護理師	時間 114/04/07 (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 慢性肺阻塞疾病 ——吳佳勳 個案師	時間 114/04/23 (三) 上午10:00～10:30	地點 門診大樓2樓 門診候診區
西醫 腹膜透析推廣 ——林雅雯 護理師	時間 114/04/16 (三) 上午10:00～11:00	地點 門診大樓2樓 門診候診區
糖尿病團體衛教 高血壓及腎臟病的日常保健 ——詹佳蓉 護理師	時間 114/04/17 (四) 下午02:30～03:00	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

出口 台北大學運動場地下停車場 入口
台北大學 台北大學側門

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

中山路220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

中山路257巷



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。