



行天宮醫療志業

www.eck.org.tw

# 恩主公醫訊

2025年5月號 | No.345

【平安人生】涓滴小善，造福千萬



【專題企畫】

感念母恩  
生我育我

- 關愛母親 從健康開始—子宮頸抹片篩檢與HPV檢測
- 向護理師致敬—倡導尊重護理專業
- 孕期會引起「火燒心」嗎？



# 涓滴小善，造福千萬

黃忠臣

心中有愛，處處生暖。「行好事」，不僅是出自善良的本性，更能觸發心靈的溫暖，傳遞愛的正能量。

在美國波士頓，有位郵差劉易士，他每天送信時，都會帶著一些三明治與牛奶，送給生活困頓的家庭或是獨居老人；大家都很喜歡他，稱他「三明治先生」。這樣的習慣持續了數十年，在退休後，劉易士仍然每天這麼做，即使腳曾受過傷，步履有些闌珊，但他總是笑著說：「出門走一走，也可以當復健啊！」

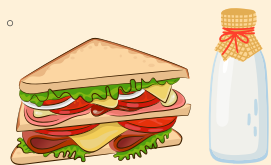
有人好奇問劉易士：「為什麼要天天出門送三明治？」他回答說：「其實，我小時候常常三餐不濟，當時有個婆婆經常送我三明治跟熱湯，我才能持續上學，度過那段艱苦的日子。現在我有工作、有能力，就換我送三明治給別人！因為我知道，吃飽了就有力氣面對每一天的那種感受。」劉易士不在乎受助者是否感謝自己，他只是盡己之力，希望能帶給別人更多的能量。

過去的一段恩情，成為劉易士長年累月行善的動力。社區居民知道這件事之後，也紛紛響應，有的人設立熱食站，有的人煮咖啡，有的人提供免費理髮……大家分工合作，整個社區充滿了關懷互助的溫暖氣息。

每個人都擁有行善助人的能力，重要的是，我們是否願意付出，並且一直堅持下去。有些人可能會一時興起，或是礙於人情才勉強行善，所以無法長久持續。但人都無法獨存於世上，也都會有受到他人相助的時候，因此我們應當時時心懷感恩，不忘初衷，將最真誠美好的善意，化為實際行動來回饋世間。

也如同行天宮平安心語：「哪怕只是涓滴小善，也能造福千千萬萬。」即使是小小的善行，只要經過長時間不斷地累積，正向能量也將在人間流轉，引發更多善念與善行。這是善的循環，更是人性的光輝。

只要是對的事，就應該做；只要是好的事，就應該堅持。期盼人人努力點亮心燈，且持續煥發出光芒與熱能，那麼就能驅散天地間的陰霾，照亮世道人心，為我們的社會和家庭增添更多愛與溫暖。



# 恩主公醫訊

2025年05月號 | 345期

## CONTENTS

讀好書 · 說好話 · 行好事 · 做好人

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：



### 平安人生

涓滴小善，造福千萬／黃忠臣 董事長

### 暖心時刻

2 無盡的感謝／摘錄自院長信箱

### 特別報導

3 女性健康檢查重要性暨健管中心私密雷射介紹／龔晏萱

### 專題企畫：感念母恩 生我育我

6 關愛母親 從健康開始—子宮頸抹片篩檢與HPV檢測／龔晏萱

8 向護理師致敬—倡導尊重護理專業／王婷儀

11 孕期會引起「火燒心」嗎？／葉鎧綺

### 榮耀時刻

14 慶祝一一四年度護師節—表揚優良護理人員(上)／陳佳汝

### 醫療百科

18 把握中風黃金時間—認識動脈取栓治療／林昀珊、朱海瑞

20 令人聞之色變的帶狀疱疹和帶狀疱疹後神經痛／王綺嫻

### 健康生活

22 淺談熱傷害／支伯生

### 中醫專欄

24 中醫到您家—簡介中醫居家醫療／林姿婷

### 社區關懷

26 擅量 善良／蕭旻鈺

### 健康料理DIY

28 果香泡菜／曾靜娥

### 活動天地

急診室  
EMERGENCY



## 無盡的感謝

來源◎摘錄自院長信箱

在危機關頭，那及時伸出的援手，  
讓人倍覺溫馨，永遠銘記在心！

由衷感謝心臟內科朱景祺醫師、門診大樓志工與醫護人員的及時援救，救回了我先生的一條命。

去年十二月十三日下午，我先生心肌梗塞、肺水腫、三條動脈嚴重堵塞，血氧濃度更是掉到70%，命在旦夕，若不是心臟內科朱景祺醫師及醫療團隊全力相救，真不敢想像會如何。特別感謝中山門診大樓的那位志工姊姊，立刻推著我先生的輪椅到急診就醫，如沒有她，我先生可能來不及了。

感謝朱醫師，您精湛的醫術，以及照護病人的用心，讓我們非常感謝您，也謝謝您的團隊盡全力救我的先生，也感謝加護病房的小天使用心努力地照顧我先生，還感謝十五樓普通病房的小天使的盡心盡力，而十五樓的護理長

非常貼心、細心，更感謝詹社工的幫忙。

心中的感謝真的太多太多了，除了感謝還是感謝！



朱景祺

急重症醫學部代理部主任暨心臟內科主治醫師

畢業於中國醫藥學院醫學系，曾任職於長庚醫院、臺大醫院，專長為高血壓、血管硬化、血管栓塞、狹心症、心肌梗塞、心臟衰竭、先天性心臟病、風濕性心臟病、心絞痛、高脂血症、冠狀動脈心臟病、心率不整、心導管檢查與治療。



# 給自己一份安心的禮物

## 女性健康檢查重要性暨健管中心 私密雷射介紹

撰文◎婦產科主治醫師 龔晏萱



生活中，我們總是忙著照顧家人、打理工作，卻常常忽略了最該被照顧的自己。其實健康是給自己和家人最珍貴的禮物，而定期健康檢查，正是守護這份禮物最好的方式。

### 什麼是健康管理

健康管理不只是檢驗疾病，更是瞭解身體狀況、預防潛在健康風險的重要方式。許多慢性病和癌症在早期沒有明顯症狀，透過定期檢查，可以及早發現異常，及時調整生活習慣或接受治療，讓健康始終保持在最佳狀態。

健康管理的範圍涵蓋基本生理檢測（如血壓、血糖、血脂）、影像學檢查（如乳房攝影、超音波）、癌症篩檢（如子宮頸抹片、HPV檢測）及個人化專業檢查（如骨密度檢測、荷爾蒙評估）。透過這些檢查，我們能全面瞭解自己的身體，讓健康管理更具主動性。



## 為什麼要做健康管理

許多疾病在早期並不會有明顯症狀，等到感覺不適時，往往已錯過黃金治療期。健康管理的最大意義，在於預防勝於治療，透過定期篩檢，可以—

- 一、早期發現疾病，提升治療成功率：如糖尿病、高血壓、乳癌、子宮頸癌等，提高治療效果與存活率。
- 二、降低未來醫療費用：提早發現潛在健康問題，可減少後續長期治療的負擔。
- 三、調整生活方式：透過檢查結果，適時調整飲食、運動、作息，預防慢性病發生。
- 四、提高生活品質，安心無憂：瞭解自己的健康狀況，才能更安心地享受人生的每一刻，讓生命更精彩。

## 恩主公醫院健管中心的優勢

### 一、完整的專科醫療團隊

恩主公醫院擁有完整的專科醫師陣容，專科醫師團隊包含家庭醫學科、婦產科、泌尿科、乳房外科、腸胃科、耳鼻喉科、影像醫學科、中醫等，由各科專科醫師親自到健管中心進行檢查，確保每位受檢者都能獲得最專業的診斷與建議。如果檢查中發現任何異常，能立即安排專科門診進一步診治，保障您的健康不延誤。

### 二、全方位檢查設備

健管中心配備最新高階超音波、3D乳房超音波、數位化X光、低劑量電腦斷層（LDCT）、磁振造影（MRI）、正子造影



（PET）、骨密度檢測（BMD）、內視鏡檢查等影像檢查設備，並搭配精準的血液與尿液分析儀，讓檢查更全面、結果更精確。我們的設備定期維護與更新，確保每一次檢測的品質與準確性。

### 三、檢查項目符合醫療效益與適應症

所有健管項目都經過專業設計，符合醫療標準與適應症，確保每一項檢查都是有意義的，避免不必要的過度檢查與醫療支出，讓您可以合理的時間與成本獲得最佳結果。

### 四、價格透明、堅守醫療初衷

恩主公醫院健管中心價格公開透明，絕不巧立名目，也不推薦非必要的檢查，秉持醫療專業與服務民眾的初衷，提供值得信賴的健檢服務。

### 五、舒適雅致的環境

健管中心專為民眾健康打造，環境舒適溫馨，提供隱私性高、流程順暢的健檢體驗，並設有專屬的等候空間、休息區，讓受檢者能在舒適的環境中完成檢查，減少等待的不適與焦慮感。



## 女性特別適合恩主公醫院健管中心的原因

女性的健康需求不同於男性，恩主公醫院健管中心特別設計專屬女性的檢查方案，提供以下專業服務—

- 一、子宮頸癌篩檢（子宮頸抹片、HPV檢測）：預防子宮頸癌，掌握女性最重要的健康關鍵。
- 二、乳房健康檢測（3D乳房超音波）：精準檢測乳房組織，特別適合年輕女性或是乳房緻密度較高者。
- 三、更年期健康評估（骨密度檢查）：監測骨質變化，預防骨質疏鬆，維持行動力與生活品質。
- 四、蒙娜麗莎之吻陰道雷射諮詢與治療服務：幫助改善更年期後陰道乾澀、外陰不適及輕度漏尿問題，讓私密健康不再是困擾。

## 好消息！「蒙娜麗莎之吻」陰道雷射已可在健管中心使用

除了例行的健康管理，恩主公醫院健管

中心現在也提供「蒙娜麗莎之吻」陰道雷射服務，讓女性在檢查之餘，同時呵護私密健康。

### 適用狀況：

- 一、打噴嚏、咳嗽、大笑、跳躍時漏尿
- 二、更年期前後陰道乾澀不適、行房疼痛
- 三、反覆私密處感染影響生活品質

「蒙娜麗莎之吻」陰道雷射透過溫和的飛梭雷射技術，刺激陰道膠原蛋白與結締組織再生，增強黏膜厚度與彈性，改善陰道乾澀、私密處不適，甚至能緩解輕度尿失禁問題。這項療程不需禁食、不需麻醉、不需動刀，治療過程溫和舒適，過程當中能邊滑手機，約三十分鐘即可完成，讓女性在守護整體健康的同時，也能重拾私密處的青春與活力！

## 健康，是送給自己的最好禮物

定期健康管理不只是例行公事，而是給自己的安心承諾。現在就行動，預約健康管理，給自己一份最珍貴的禮物吧！



### 作者介紹



龔晏萱 婦產科主治醫師

專長：子宮脫垂、漏尿、更年期症候群、子宮肌瘤及卵巢囊腫之檢查與治療、子宮鏡檢查、子宮鏡手術、腹腔鏡手術、達文西手術。

# 關愛母親 從健康開始

## 子宮頸抹片篩檢 與HPV檢測

撰文◎婦產科主治醫師 龔晏萱

五月的花香裡，母親節如約而至。每逢這一天，我們感恩母親的無私付出，也思考如何回報她們的愛與辛勞。事實上，最珍貴的禮物，莫過於健康與陪伴。現在就來聊一項重要卻可能被忽略的議題：子宮頸健康。

子宮頸抹片篩檢與人類乳突病毒（HPV）檢測是守護女性健康的「黃金雙檢」。子宮頸抹片篩檢可偵測早期細胞病變，而HPV檢測則可找出導致病變的高危險型病毒。透過這兩項檢查，能有效預防子宮頸癌，讓女性在每個人生階段都能輕鬆擁抱健康，享受美好時光。

### 為什麼需要定期檢查

子宮頸癌是可以預防的癌症之一。從感染

高危險型HPV病毒到細胞變異及發展成癌，可能需數年甚至十年以上的時間。如果能及早發現早期癌症或癌前病變，成功治療的機會非常高。然而子宮頸病變初期往往沒有症狀，因此定期檢查顯得格外重要。

許多女性因忙碌的生活，或對檢查的陌生與不安，常常忽略了這份「健康的保險」。但請記得，為自己安排一個健康檢查的時刻，就是對家人最大的責任與愛。

## 公費篩檢新制度上路

原本國民健康署提供三十歲以上女性每年一次公費子宮頸抹片篩檢，自民國一一四年一月一日起新增以下內容：

- 25~29歲女性每三年一次公費子宮頸抹片篩檢。
- 35歲、45歲、65歲女性當年度可接受一次公費HPV檢測。

列出民國一一四年公費篩檢資格：

- 一、35歲（民國七十九年次）
- 二、45歲（民國六十九年次）
- 三、65歲（民國四十九年次）

如果女性不在公費補助的年齡範圍，仍可選擇自費接受HPV檢測，費用約1,500元。

## 新柏氏自費抹片 檢測更精準

除了公費的傳統子宮頸抹片，恩主公醫院婦產科也提供新柏氏自費抹片，這是一種液態式細胞學檢查（LBC, Liquid-Based Cytology），相較於傳統抹片，能夠提供更清晰的細胞樣本，降低偽陰性的機率，提高診斷的準確度。如果希望獲得更精確的篩檢結果，也可以考慮搭配這項自費選擇。

## 如何在恩主公醫院安排篩檢

至恩主公醫院進行子宮頸健康檢查十分方便，您只需在門診時段，前往門診大樓四樓婦產科衛教室，填寫相關資料即可安排檢查，無需事前掛號。

在進行檢查前，請注意以下事項，確保檢查結果的準確性：

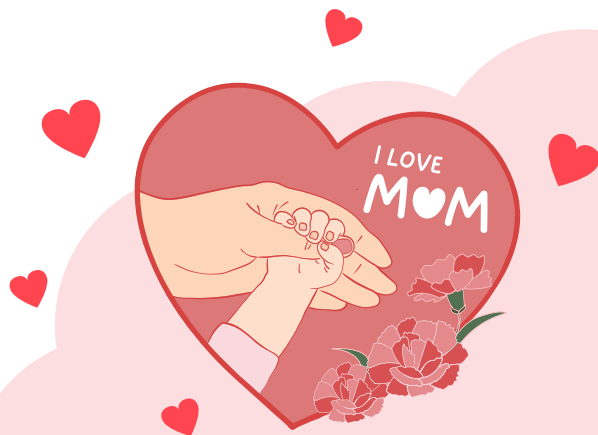
- 一、不要沖洗陰道
- 二、避免盆浴
- 三、勿放置塞劑
- 四、前一晚避免性行為
- 五、避開月經期間

受檢時，請攜帶健保卡與身分證，方便醫院進行核對與登記。

## 健康的未來 由現在開始守護

今年的母親節，不妨為自己或母親安排一次子宮頸健康檢查。每一次的檢查都像是為未來多加了一層保護屏障，讓我們能無憂無慮地迎接美好的每一天。

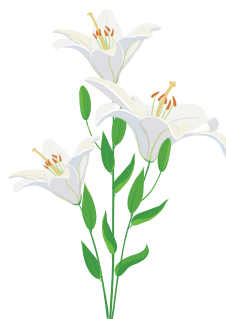
在這感恩的季節，與家人一起關注健康，分享彼此的愛，讓這份關懷成為生活的習慣，為生命增添更多光彩！



# 向護理師致敬

## 倡導尊重護理專業

撰文◎急診護理師 王婷儀



每年的五月十二日是「國際護師節」，這一天紀念現代護理學的奠基人—南丁格爾（Florence Nightingale）的誕辰。她以無私的奉獻精神與專業知識，開創了護理專業的新時代。



五月也是一個充滿愛與感恩的月分，除了「國際護師節」，還有「母親節」。這兩個節日與女性有特別的關係，不僅讓我們向母親表達感謝，也提醒我們關注護理師群體的辛勞與付出，尤其在臨床上，絕大多數的護理人員更是女性。

無論是站在醫療第一線的護理師，還是日夜守護病人的急診護理師，或是各專科的護理人員，他們都默默奉獻、守護生命。護理師的專業與努力值得每一位民眾理解、尊重與感激。

母親的愛是世界上最溫暖、無條件的支持。從孕育生命到養育成人，母親無微不至的關懷塑造了每個家庭的基石。然而，許多護理師也是母親，來回奔波於家庭與職場之間，她們不僅要照顧病人，回到家還要扮演母親的角色，面對雙重壓力與責任，甚至家人生病的時候還扮演家人的特別護理師，這使得她們的辛勞更值得被看見與理解。

護理師是醫療體系的支柱，負責病患的基本護理、病情監測、執行醫囑，並提供心理支持。在這個群體中，急診護理師尤其辛苦，守護醫院的「第一道防線」，面對突發狀況、緊急救護，經常在生死之間爭取一線生機。

## 急診護理師的挑戰與付出

### 一、緊急應變，守護生命

急診室是醫院中最高壓的環境之一，護理師必須在短時間內判斷病情，協助醫師進行搶救，面對車禍創傷、心臟病發作、腦中風等急重症，稍有疏忽就可能危及病患生命。

### 二、面對暴力與不理解

由於急診室事情緊急，加上急診壅塞情況，一年比一年更加嚴峻，護理師經常面對病患及家屬的情緒壓力，甚至言語或肢體暴力。有些民眾因為等候時間過長，對護理師產生不滿，卻忽略了醫療資源有限、病患的急重程度不同，導致護理師在提供醫療服務的同時，還需承受額外的情緒負擔及吸收負能量。

### 三、超時與輪班工作

護理師經常需要輪班工作，許多人幾乎沒有固定的作息，就算生病了也不忍同事的連續班別，不敢請假、不敢告訴家人，讓周圍的人擔心，甚至犧牲了與家人的相處時間，默默承擔著社會的健康與安全。





## 民眾應學會理解與尊重護理師

護理師不僅是執行醫囑的助手，更是醫療團隊中不可或缺的專業成員。他們接受過嚴格的專業培訓，具備高度的專業素養與臨床判斷能力，值得社會的尊重與肯定，在目前缺乏護理師的情況下，更應該以行動支持，並尊重護理師。

### 一、理解醫療程序，耐心配合

急診護理師會依據「急重症分類制度」優先處理最危急的病患。若等候時間較長，請理解護理師正在全力搶救需要緊急處理的生命，請耐心配合，並尊重醫護專業判斷。

### 二、避免情緒發洩，理性溝通

當有疑問或需求時，請理性溝通，避免將情緒發洩在護理人員身上，讓醫護人員能更專注於提供優質醫療照護。

### 三、拒絕暴力，保護醫護人員

任何形式的言語、肢體暴力都不應被容

忍。當目睹醫療暴力時，應勇於制止，並支持護理人員依法追究。

### 四、向護理師表達感謝

一聲「謝謝」或一封感謝信，對護理師而言是一種莫大的鼓勵與支持，讓他們感受到自身工作的價值與重要性。

## 五月的雙重感恩，尊重每位守護者

五月是充滿感恩的季節，我們應該把握這個機會，向生命中最重要的人表達謝意。母親是家庭的支柱，她的愛與奉獻值得我們永遠珍惜；護理人員則是醫療體系的守護者，他們的辛勞應該被社會認可與感謝。而急診護理師更是用汗水與專業，在生死之間為病人爭取一線生機。

在這個特別的月分，我們可以用實際行動來表達感激之情。對母親而言，一句真誠的「謝謝」，一次溫暖的擁抱，或是一次用心準備的驚喜，都能讓她感受到滿滿的幸福。對急診護理師與全體護理人員而言，一聲「辛苦了」，耐心與尊重的態度，或是更好的醫療政策支持，都是對他們最好的回饋。

感恩母親，有您的辛苦養育，我們才能成長茁壯；感謝所有護理師，有你們無微不至的付出，我們才能重獲健康的身心！🌸



# 孕期會引起「火燒心」嗎？

撰文◎藥劑科藥師 葉鎧綺

許多準媽咪在孕期都曾經有胃食道逆流的困擾，除了有噁心、打嗝的症狀之外，還會有腹痛、咳嗽、消化不良等症狀。想改善症狀又怕亂吃藥影響到胎兒的健康，該怎麼做才會更好呢？

## 「火燒心」好發原因

### 一、荷爾蒙影響：

- (一) 在孕期會引起黃體素分泌增加，使腸胃蠕動變慢（食物在腸道堆積），造成胃酸分泌。
- (二) 在孕期也會引起雌激素濃度增加，使下食道括約肌鬆弛（食物在腸道堆積），造成胃食道逆流。

### 二、胃部壓力變大：

尤其在孕期晚期（第二十九週至第四十

週），心灼熱的感覺非常明顯。主要是因為胎兒長大（可能超過二公斤），會向上擠壓腸胃，引起胃食道逆流和便秘（體重增加愈多，逆流情形愈嚴重）。

## 高危險族群

以高齡產婦及多胞胎產婦在孕期發生「火燒心」最常見，而且本身有胃食道逆流及幽門桿菌感染病史者發生「火燒心」的風險非常大。





## 非藥物治療

- 一、少量多餐：在孕期即使胃口正常，也應避免吃太飽，嘗試一天五、六餐，每餐少量進食的方式。
- 二、放輕鬆、慢慢吃：如果是職業婦女型孕婦，用餐時最好細嚼慢嚥，而且可以降低胃食道逆流和消化不良的現象產生。
- 三、分次飲水：用餐時最好不要搭配飲料，最好在餐與餐之間的時段喝水，而且不要一次喝太多水，尤其在晚餐時。
- 四、餐後坐著或站立：飯後不要立刻躺下，可以稍微散散步或坐下來休息、看看書。
- 五、睡前不要吃東西：建議在睡前三個小時盡量不要吃東西，而且避免在睡前數小時喝太多水。
- 六、睡覺時抬高頭部和上半身：使用多功能的孕哺月亮枕，可以抬高上半身，更能讓孕婦睡眠更舒適，產後還可以當作哺乳枕及寶寶學坐枕使用。
- 七、避開觸發食物：一般普遍認為容易引發胃食道逆流的食物為脂肪類、咖啡因、巧克力及柑橘類。但是不一定每個孕婦都會對這幾類食物產生不良的影響，比較要注意的是避開會加重她們胃食道逆流的食物。

## · 院內可用於孕期胃食道逆流的藥品介紹 ·

藥品分類：制酸劑		
	藥名	Magnesium oxide MgO 250 mg/tab 氧化鎂
	懷孕分級	B
	使用方式	每天三次到四次， 每次0.5~1錠。

藥品分類：表面保護劑		
	藥名	Sucralfate suspension 1 g/10 ml/pack Scrat suspension 保胃懸乳液
	懷孕分級	B
	使用方式	每天四次，每次一包， 空腹時使用（飯前半小時服用）。

藥品分類：組織胺H2-接受體拮抗劑		
	藥名	Famotidine Fadin 20 mg/tab 胃樂順膜衣錠
	懷孕分級	B
	使用方式	早晚飯後，每次 1~2錠。

- 八、穿寬鬆舒服的衣服：穿著太合身的衣服，容易使腹部承受的壓力愈來愈大，造成胃食道逆流的症狀惡化。
- 九、試試生薑：可以緩解胃部不適的症狀，而且在懷孕期間可以安全使用。

## 藥物治療

- 一、制酸劑（Antacids）：懷孕期間胃食道逆流的首選，能快速中和胃酸，緩解症狀。

· 院內可用於孕期胃食道逆流的藥品介紹 ·

藥品分類：氫離子幫浦阻斷劑							
	<table border="1"> <tr> <td>藥名</td> <td>Pantoprazole Pantoloc 40 mg/tab 保衛康治潰樂腸溶膜衣錠</td> </tr> <tr> <td>懷孕分級</td> <td>B</td> </tr> <tr> <td>使用方式</td> <td>早餐飯前，每次1錠。</td> </tr> </table>	藥名	Pantoprazole Pantoloc 40 mg/tab 保衛康治潰樂腸溶膜衣錠	懷孕分級	B	使用方式	早餐飯前，每次1錠。
藥名	Pantoprazole Pantoloc 40 mg/tab 保衛康治潰樂腸溶膜衣錠						
懷孕分級	B						
使用方式	早餐飯前，每次1錠。						
	<table border="1"> <tr> <td>藥名</td> <td>Lansoprazole Takepron OD 30 mg/tab 泰克胃通口服錠</td> </tr> <tr> <td>懷孕分級</td> <td>B</td> </tr> <tr> <td>使用方式</td> <td>早餐飯前，每次1錠。</td> </tr> </table>	藥名	Lansoprazole Takepron OD 30 mg/tab 泰克胃通口服錠	懷孕分級	B	使用方式	早餐飯前，每次1錠。
藥名	Lansoprazole Takepron OD 30 mg/tab 泰克胃通口服錠						
懷孕分級	B						
使用方式	早餐飯前，每次1錠。						
	<table border="1"> <tr> <td>藥名</td> <td>Dexlansoprazole Dexilant 60 mg/cap 得喜胃通</td> </tr> <tr> <td>懷孕分級</td> <td>B</td> </tr> <tr> <td>使用方式</td> <td>早餐飯前，每次1錠。</td> </tr> </table>	藥名	Dexlansoprazole Dexilant 60 mg/cap 得喜胃通	懷孕分級	B	使用方式	早餐飯前，每次1錠。
藥名	Dexlansoprazole Dexilant 60 mg/cap 得喜胃通						
懷孕分級	B						
使用方式	早餐飯前，每次1錠。						

多數制酸劑在懷孕期間是安全的，但某些含有碳酸氫鈉和矽酸鎂的制酸劑是不能使用的，因為可能會引起胎兒和媽媽出現代謝性鹼中毒或體液過多的現象。

二、表面保護劑（Surface agents）：可以在胃壁上形成保護膜，降低胃酸對胃食道的傷害。孕婦或哺乳期婦女都可安全使用。

三、組織胺 H2 - 接受體拮抗劑

（Histamine H2-receptor antagonists, H2-blockers）：如果使用制酸劑無效後，可以考慮使用更強的組織胺H2-接受體拮抗劑，懷孕分級為B級的孕婦可安心服用。

四、氫離子幫浦阻斷劑（Proton pump inhibitors, PPIs）：當作最後線用藥，如果抗組織胺藥物和制酸劑無效時，可以考慮使用氫離子幫浦阻斷劑（如：Lansoprazole、Osomeprazole、Pantoprazole、Omeprazole）。大多數氫離子幫浦阻斷劑懷孕分級均為B級，但由於Omeprazole的懷孕分級為C級，在動物研究顯示可能對胎兒有毒性，所以不建議用於孕婦。

一般孕期有「火燒心」的症狀，建議先使用非藥物治療（改善生活作息），然後再加上藥物治療，通常大約一至二週左右，症狀就可以獲得改善。如果生活作息已改善，而且服藥之後仍然未能緩解，必須要留意是否有其他身體方面的疾病問題。



# 慶祝一一四年度護師節 表揚優良護理人員(上)

整理◎外科加護病房副護理長 陳佳汝

五月十二日為國際護師節，護理人員是醫療服務的堅實基石，本院為表彰護理人員優秀的專業照護，每年都會遴選院內優良的照護人員，讓有溫度的護理照護持續傳遞下去。一一四年度獲選優良人員及友善工作伙伴共三十三位：優良護理長一位、優良護理師十九位、優良專科護理師四位、優良照顧服務員四位、優良助理員二位。獲獎者皆展現了臨床護理的熱忱，並致力於提升照護專業，讓我們為他們的專業貢獻，致以最真摯的敬意與感恩。

優良護理長



十六病房 黃瓊慧 護理長

在恩主公醫院服務已逾二十三年，榮獲優良護理長這份殊榮，要感恩一路以來引領及提攜我成長的長官，也感謝互相扶持的伙伴，你們的信任及肯定，成為我守護社區民衆健康的動力，未來讓我們在護理照護的領域共同努力。

優良護理師



內科加護病房 侯杏欣 護理師

在護理生涯中，日復一日的努力和奉獻，秉持溫暖、熱忱的心，竭盡所能照護每位病人，但仍需團隊的合作與支持，共同成長、互相學習，這也是我成為優良護理師的動力源泉。最後，感謝主管和單位同仁肯定，將這份榮耀獻給每位工作伙伴。

優良護理師



### 外科加護病房 吳儀庭 護理師

能夠當選外科加護病房優良護理師，讓我感到無比榮幸，這是對我專業與努力的肯定。護理工作充滿挑戰，但每次見證病人的康復與感謝，都讓我覺得一切都有意義。非常感謝同事的支持、病人及家屬的信任，我將持續提升專業，用愛與耐心守護每一位病人，並將這份熱忱傳承下去。

優良護理師



### 手術室 王婷婷 護理師

我樂於手術室的第一線臨床工作，為病人奉獻我的專業與心力，同時也不忘鼓勵與引導新進的學弟妹，為他們帶來正面的力量。我期盼未來能持續發揮我的專長，將自己奉獻給手術室和病人，與團隊一起共同成長，攜手面對每一項挑戰。

優良護理師



### 手術室 張璋恩 護理師

很高興能獲得今年優良護理人員的殊榮，感謝單位主管及同事的肯定。在手術室工作，秉持著認真、負責的工作態度，盡力完成各項工作，並期許自己未來可以持續提升自己的專業能力及照護品質。

優良護理師



### 九病房 黃利嘉 護理師

很榮幸能再次當選今年的優良護理人員，謝謝每一位同仁在工作上的支持，也謝謝九病房營造了非常優良的醫療工作環境，我相信友善的職場氛圍及同事之間的互助團結精神，都是我幸能成為績優人員的關鍵因素，期望未來我們能保持優良的護理品質，造福更多病人。

優良護理師



### 中醫門診 吳育珍 護理師

感謝單位長官、同仁的支持及肯定，獲此殊榮。在這個溫暖的中醫家庭中，每個人都很努力地在工作崗位上執行任務，所以這份榮耀也是屬於大家的，希望未來的日子能持續秉持著服務的信念繼續往前邁進。

優良護理師



西醫門診 陳雅慧 護理師

擔任門診護理師，我體悟照護的心理層面需超越技術層面。護理是傾聽未言之聲的藝術，唯有以病人為中心，細緻觀察、靈活應對，才能真正成為療程中的支持者。未來將持續以溫暖照護之專業，守護每位病人的治療之路。

優良護理師



急診 黃俞婷 護理師

新冠疫情後，長時間輪班工作及與病患的密切接觸，使醫護人員承受身心雙重的負擔。在許多同仁選擇離開的情況下，能夠堅持下去，並當選優良護理師，令我深感榮幸與感恩。我將繼續秉持專業，為病患提供最好的照護，並期望社會各界能共同關心醫護人員的福祉。

優良護理師



清和病房 吳沁雯 護理師

很榮幸獲選優良護理人員，這一份榮譽不僅僅是我個人，更應該是清和病房的全體同仁。謝謝單位同仁及主管的支持與鼓勵，希望在未來的日子能繼續保持熱忱的心，並認真負責地完成每項工作。

優良護理師



產房及嬰兒室 張潔婷 護理師

謝謝單位主管及同仁給予我這次的肯定與支持，很高興能在這充滿歡樂的單位服務。每次看到產婦、家屬的笑容及道謝時都特別讓人感動，未來我會繼續保持工作熱忱，當個有溫度的護理人員。

優良照顧服務員



十三病房 張桂榛 照服員

非常感謝十三病房的護理師和照服員學姊一直以來的熱心幫助，讓我能不斷精進各種醫療知識和照護技巧，以提供病人更好的照護品質。感謝同仁的互助合作，未來也會繼續克盡己責為病人服務，為單位盡心盡力，成為大家的優良伙伴。感謝阿長及同事的包容跟幫助，衷心感謝大家。

優良照顧  
服務員



### 十六病房 祁鈺婷 照服員

來恩主公醫院服務，轉眼已經十九個年頭，感恩 關聖帝君慈悲，讓我將兒女撫養長大，單位主管很關心照顧我，同事相處都很融洽，非常感謝，也很開心當選優良人員！

優良照顧  
服務員



### 橫溪恩主公護理之家 阮氏川 照服員

能得到「優良照顧服務員」這項榮譽，我非常感謝主管及同事，有大家在工作上的配合和幫忙，讓我可以完成工作。感謝親愛的住民配合，讓我得以完成工作，也感謝恩主公護理之家給我機會在這裡上班，讓我感覺這是我的第二個家。

優良照顧  
服務員



### 橫溪恩主公護理之家 楊岡陵 照服員

在護理之家轉眼已快兩年了。很感謝品婕阿長、護理師們及照服同仁前輩給予的協助和指導，讓我學會很多照護上的專業知識，也讓我找到一生的志業。感謝單位同仁的幫助和鼓勵，期許自己在未來的日子裡，能發揮無私奉獻、謙卑服務的精神，在照護的道路上一直走下去。

優良助理員



### 門診 藍玉芳 助理員

謝謝門診同仁的支持與肯定，在門診工作感受到團隊合作與溝通的重要性，工作中不斷學習新知識和技能，提升自己的專業性。未來的我會繼續維持積極的態度，在門診團隊貢獻更多力量。

優良助理員



### 供應中心 呂相美 助理員

供應中心是個大家庭，在這裡服務邁入二十八年，讓我學習到很多。感謝主管的肯定與教導，同事的支持、愛護、肯定、協助與包容，讓我充滿信心和勇氣不斷學習和進取，讓自己更加充實和專業成長。我盡己所能，始終如一，真誠堅守工作崗位，與大家一起努力，加油。

# 把握中風 黃金時間

## 認識動脈取栓治療

撰文◎內科加護病房護理師 林昀珊  
審稿◎腦血管介入中心主任 朱海瑞



您是否曾在季節轉換的時候，由於早晚溫差大，而感到頭痛不舒服嗎？這時千萬要多留心，或許是中風的前兆喔！

### 中風該怎麼辦？

季節交替，正是腦中風發作的高危險期，缺血性中風是最常見的腦中風，通常由於大血管快速阻塞或近端大血管的血栓脫落而造成腦栓塞，導致腦組織缺血。缺血型中風患者大約占了80%以上，症狀包括嘴巴歪斜、單側手腳麻木無力、說話口齒不清、視力模糊、步態不穩等。

一旦發生缺血性中風，每拖延一分鐘，就會增加190萬個腦細胞死亡，也因此對缺血性中風患者而言等於和時間賽跑，時間就是關

鍵。若能在發生症狀的四個半小時內接受「靜脈血栓溶解術」治療，有五成以上的患者能減少後遺症，並增加復原的機會，恢復自主生活，對於非大血管阻塞性中風效果良好；但對於大血管阻塞的患者，打通率只有二成，且容易發生腦出血，患者也經常因為發病超過四個半小時而不適合施打血栓溶解劑。

### 超過「四個半小時」怎麼辦呢？

血栓溶解劑是唯一治療方式嗎？其實不少缺血性中風患者早晨睡醒才發現中風，無法在症狀出現後四個半小時內送至醫院，或因其他

身體狀況及服用某些藥物不適合接受「靜脈血栓溶解術」治療的病患，可考慮動脈取栓術。

動脈取栓術是一種針對急性缺血性腦中風的介入性治療方法，是使用取栓專用的抽吸導管或支架，經由鼠蹊部，沿著主動脈一路前進至被血栓阻塞的腦部動脈血管，將血栓取出清除，打通阻塞血管。若確認有顱內大血管阻塞，則可在二十四小時內進行顱內動脈取栓術，恢復腦部血流，減少神經損傷，提升患者的功能預後。

## 打通阻塞血管有風險嗎？

術前醫師皆會詳細說明風險及可能的合併症，操作過程中可能導致血管壁損傷或穿孔、術後可能出現顱內出血或可能引起局部、全身性感染。

## 顱內動脈取栓術的流程

在確定患者符合適應症後，進行詳細的電腦斷層或核磁共振，以確定血栓的位置和範圍。在局部麻醉下，通過股動脈插入導管，導航至阻塞部位，使用機械裝置移除血栓。

## 術後護理

- 一、觀察術後出血情況。
- 二、務必監測血壓勿過高或過低，避免引起併發症。
- 三、依醫師指示繼續使用抗凝血藥物或抗血小板藥物。
- 四、必須密切監測患者的意識狀況、運動感覺

功能等神經功能評估，並進行必要的影像學檢查，以評估血管通暢情況和排除出血等併發症。若有頭痛、視力模糊、無力等症狀，即刻告知醫師。

五、給予心理支持及復建計畫。

## 結論

中風好發於中老年族群，急性缺血性腦中風患者及時適當治療，可以降低失能後遺症，避免因疾病影響生計及生活品質。俗話說「預防勝於治療」，日常生活要有規律，保持心情愉快，避免過勞過累，天氣變化時要注意保暖，尤其高血壓患者必須控制血壓；飲食清淡，多食用水果蔬菜，保持排便通暢，養生才是健康的不二法門。



參考資料：

1. 〈顱內動脈取栓術 逆轉缺血性腦中風〉：中國醫藥大學附設醫院 (<https://www.cmuh.cmu.edu.tw/NewsInfo/NewsArticle?no=3606>)
2. 〈腦中風治療方式—甚麼是「動脈取栓」?〉：臺北醫學大學「臺北神經醫學中心」衛教資訊 (<https://www.taipeineuro.org.tw/%E8%85%A6%E4%B8%AD%E9%A2%A8%E6%B2%BB%E7%99%82%E6%96%B9%E5%BC%8F%E2%94%80%E2%94%80%E7%94%9A%E9%BA%BC%E6%98%AF%E3%80%8C%E5%8B%95%E8%84%88%E5%8F%96%E6%A0%93%E3%80%8D%EF%BC%9F/>)
3. 《2020臺灣腦中風學會缺血性腦中風相關之血壓控制指引》：社團法人臺灣腦中風學會 (<https://www.stroke.org.tw/GoWeb2/include/getfile.php?file=f01&KeyID=20803380056035b6b1a5a2e>)



# 令人聞之色變的 帶狀疱疹和 帶狀疱疹後神經痛



撰文◎皮膚科主任 王綺嫻

帶狀疱疹，臨床上會在皮膚出現帶狀分布的群聚狀水疱，看起來像蛇纏在身上，因此俗稱「皮蛇」。由於帶狀疱疹在水疱出現前後可能合併許多身體不適，年紀大的病患還可能伴隨長達半年以上的神經症狀，因此造成許多病患的恐慌。

面對帶狀疱疹，本衛教文章將說明其發生原因、疾病的表現、避免帶狀疱疹後神經痛的方法，以及預防帶狀疱疹的疫苗。

根據臺大分析健保資料庫發表的論文顯示，每年約有六十萬人罹患帶狀疱疹，且發生率和年齡有極大關聯。帶狀疱疹每年每千人的發生率：在五十歲以下的人為3.59位，五十歲到六十四歲的人為9.98位，六十五歲以上則上升到12.81位。最常發生帶狀疱疹的年紀為六十至六十九歲，最常發生帶狀疱疹的時間為每年的七、八月分。





▲帶狀疱疹初期的水疱



▲帶狀疱疹的帶狀分布

## 帶狀疱疹發生的原因

簡而言之是抵抗力下降。人體T細胞的免疫力隨年齡增加而逐漸下降，使得體內水痘一帶狀疱疹病毒從神經節活化，而發生神經方面的症狀及皮膚的群聚狀水疱，因分布呈現帶狀，因此稱作「帶狀疱疹」。

## 帶狀疱疹的疾病表現

在水疱出現前，有可能出現單側的神經症狀，如：刺痛、抽痛、痠痛、麻刺或皮膚癢的感覺，也可能合併全身倦怠，類似感冒的症狀，病人因為這些身體不適，可能看了許多不同的科別，卻找不到真正的診斷結果，直到水疱出現時才終於確診。水疱出現後七十二小時內若能及時使用抗水痘一帶狀疱疹病毒的特效藥物，可以有效縮短帶狀疱疹的病程，並減少帶狀疱疹後神經痛的併發症。

## 避免帶狀疱疹後神經痛的方法

最重要的就是及時使用抗病毒的特效藥及避免使用偏方。帶狀疱疹後神經痛對病患造成非常大的困擾，尤其是老年族群，對這個疾病聞之色變，胸部附近的帶狀疱疹最容易合併帶狀疱疹後神經痛，其他依序為腰部、頸部及薦部。國外的研究顯示罹患帶狀疱疹後三

十天，約有19.5%的患者仍有疼痛的現象；罹患帶狀疱疹後九十天，還有神經痛的比例約為13.7%。這種長時間、不定時、不等程度的疼痛讓病患非常困擾，而且焦慮。年紀大、水疱出現前出現嚴重神經痛、免疫力低下，以及水疱出現超過七十二小時才開始治療帶狀疱疹的患者，有較高的風險罹患帶狀疱疹後神經痛，應該特別小心。

## 預防帶狀疱疹的疫苗

帶狀疱疹的疫苗在美國上市已經滿十年。在英國的調查，七十到七十九歲的銀髮族，曾施打疫苗者，每年每千人有3.15人發生帶狀疱疹；但未注射疫苗者，每年每千人則有8.8人發生帶狀疱疹。換算起來疫苗的注射對帶狀疱疹的防護力為64%，對預防帶狀疱疹後神經痛的能力為81%。

其他的研究資料顯示，注射疫苗後一年的防護力為70%，第三年防護力則降為45%。目前已經有新型的帶狀疱疹疫苗問世，防護力不會隨時間延長而減弱。在臺灣，目前建議五十歲以上的民眾可以注射新型帶狀疱疹疫苗，但健保未給付，共需注射二劑，二劑間隔二至六個月。孕婦不建議注射帶狀疱疹疫苗，而使用生物製劑和免疫抑制劑的患者若需要注射疫苗，應和醫師討論。



# 淺談熱傷害

撰文◎急重症醫學部暨社區醫學部主任 支伯生

時序即將入夏，在享受豔陽之際，我們又要準備進入汗流浹背的日常生活了……

事實上，臺灣地處亞熱帶，國人早已適應了夏季溼熱的氣候。然而隨著地球暖化與極端氣候的發展，近年來溼熱已演變成爲酷暑，甚至每逢夏日則屢創高溫的現象也不斷出現。高溫不僅會影響生態環境、日常生活，同時也會危害我們的身體健康。

## 高溫傷害 不可輕忽

依研究顯示，高溫氣候與死亡率的上升呈現正向相關，也會造成慢性病症的惡化，有害健康。有鑑於高溫氣候對於健康所帶來的衝擊既廣且深，實非個人所能單獨面對，政府相關

部門也藉由公共衛生的角度對此全球性議題規畫因應策略。其中，國人所日漸熟悉的高溫氣象預警，以及高溫勞動作業規範的推動等，都是防範高溫傷害於未然的良好之道。

就個人的層次而論，若能理解高溫所產生的各類型傷害，同樣也有助於預防與因應高溫的危害。面對酷暑與高溫，若能有一定的認知與準備，相信可以避免許多不必要的傷害。

## 熱傷害的類型

從生理學的角度來看，熱傷害多是因為體

液與電解質大量流失所導致。依據大部分醫學文獻，熱傷害大致可分為以下幾種類型－

一、**熱暈厥**：主要症狀是暫時性失去意識，通常時間不長，經適當休息，離開高熱環境，補充流失水分後可以恢復。

二、**熱痙攣**：體液與電解質大量流失後所導致，造成肌肉不正常收縮，常伴隨嚴重疼痛，引起相當程度的不適感。發生不正常收縮的肌肉，有時不僅是在肢體，嚴重者還會發生於腹肌或背肌等處。一旦發生，甚至讓平日身強力壯的年輕人也會慘叫連連。

三、**熱衰竭**：在高溫造成體液與電解質不足的情況下，病人會出現全身倦怠、體溫上升、頭暈、頭痛，甚至血壓下降的狀況。「衰竭」一詞雖然意謂症狀應予密切關注，但熱傷害中最嚴重而有致命風險的其實是下段要說的「中暑」。

四、**中暑**：在症狀上，中暑的病人體溫往往高達攝氏四十度以上，伴隨著意識改變，甚至達昏迷的狀況。進一步檢查則可能發現有橫紋肌溶解、腎衰竭等現象。縱使透過積極治療，仍然會惡化，而導致多重器官衰竭及死亡的風險。

## 中暑的因應之道

在醫學分類上，中暑又可分為傳統型中暑與勞動型中暑。傳統型中暑多發生在老人、小孩及慢性疾病患者等族群，通常缺乏對於環境溫度的調適能力；而勞動型中暑，顧名思義，則多發生在高溫高熱環境中活動與工作的軍人、勞工、農夫與運動員等。

在治療方面，將病人移至涼爽通風處、降溫、補充水分電解質等，都是事故現場所能做到的及時處置。遇到危險等級較高的個案，盡早送醫以尋求進一步處置，這是攸關病人預後的重要關鍵。

值得一提的是，現在救護車內的高級救護技術員都曾受過相關的教育訓練，對於呼吸道處置、靜脈注射等都已有足夠的能力與經驗。遇有因中暑送醫的個案，透過「一一九」緊急醫療網的救護車送醫，相信一定能更早就啟動進階的照護。

面對未來，極端氣候的變化或許將持續發威，我們很有可能遭逢更嚴峻的環境考驗。秉持預防勝於治療的理念，做好充足的準備，避免不必要的傷害，應該是我們維護健康的不變良方。



參考資料－國民健康署網站：預防熱傷害衛教專區



# 中醫到您家

## 簡介中醫居家醫療

撰文◎中醫部內科主治醫師 林姿婷



最近的中醫部諮詢電話，常會有人詢問：「我家長輩中風了，不方便出外就醫，聽說針灸對病情恢復很有效果，中醫這邊能提供協助嗎？」

隨著這幾年中醫居家醫療逐漸推行，其實民眾可以利用中醫居家醫療來幫助失能患者在家接受中醫診療，並且目前均已有一些初步的成果。

民國一〇八年臺灣六十五歲以上人口達353萬3千人，占總人口約15%，正式邁入高齡社會，預計至一一四年老年人口將超過20%，

邁入超高齡社會，於是失能、失智的預防與醫療照顧成為老化社會的重要挑戰。臺灣長期照護政策希望能以「在地老化」為目標，因此迫切需要社區醫療制度的建立。

根據「全民健康保險居家醫療照護整合計畫簡介」，健保居家醫療照護實施的目的有下列幾項：



同時符合三條件  
服務對象



居住在家



有明確醫療服務



因失能或疾病外出不便

診察項目



中醫師到宅看診



針灸傷科治療



開立藥物



疾病、飲食衛教

收費標準

項目	案家自行負擔費用
掛號費	0元
中醫師診視費	78元
針灸處置費	12-21元
藥費	依健保規定給付
水煎、外用藥	自費
訪視車馬費	依計程車來回收費

有需求之病患及家屬請洽各診間醫師諮詢  
諮詢專線：(02) 26723456轉3118、3605

- 一、提升行動不便患者之醫療照護可近性。
- 二、提供居家醫療替代住院，以降低不必要之社會性住院。
- 三、提供病情穩定患者出院回歸至社區生活。
- 四、提供末期病患居家安寧療護，幫助病人在家善終。

中醫醫療有「效、簡、便、廉」等優點，治療方式也有很大的彈性（如右圖），很適合居家照護的行動模式，對於長者常見之慢性或退化性疾病的控制與復健有很好效果，並且有相應之實證資料支持。於是108.05.30健保醫字第1080033402號公告修訂，中醫加入居家醫療整合照護計畫，使中醫醫療資源能夠普及到每個角落。

## 申請資格

- 一、失能：巴氏量表（Barthel ADL Index）小於六十分。
- 二、特殊疾病（因疾病特性導致外出就醫不方便）：指所患疾病雖不影響運動功能，但外出就醫確實有困難者，如重度以上失智症、中風失能、癌症末期等。

## 醫療費用

- 一、健保給付，另需負擔醫療費用5%，加上車馬費（依路程計算）。
- 二、重大傷病與山區離島可減免部分負擔。

## 如何申請

- 一、原先符合西醫居家診療者如有需求，可直

接洽詢西醫主治醫師協助轉介。

- 二、目前無居家照護收案的患者，可向各縣市衛生局、居服中心洽詢轉介。民眾也可透過中醫師公會各分區專線或使用「中醫長期照顧服務資訊網」進行申請，經醫師評估後即可到宅服務。
- 三、病患出院時如有需求，可透過出院準備中心轉介。

分享最近印象深刻的案例，以前活動力十分旺盛，虔誠篤信佛教的九十歲奶奶，脊椎手術完後卻無法再下床活動了，家人非常擔心，卻不知道如何幫助奶奶，後來介入了中醫居家醫療，透過針灸治療配合中醫藥物，奶奶覺得腰部疼痛感減輕，也愈來愈有力，能夠站起來的時間愈來愈長。兩個月之後，已經可以拄著柺杖慢慢走，奶奶迫不急待請家人帶她回山上的寺廟參拜，從此之後，中醫師成了奶奶的精神支柱，有任何問題都會向醫師報告，請他們協助解決，例如腸胃不適、皮膚搔癢等。甚至有次奶奶不小心感冒了，也能透過中醫的藥物或針灸的方式緩解不適，或是透過指導衛教，叮嚀囑咐飲食及擦乳液等日常照護，讓奶奶的生活愈來愈健康快樂！



# 擅量 善良

撰文◎社工室辦事員 蕭旻鈺



堅持做好每件事，  
同理善待每個人。  
——行天宮平安心語

每個人心中都有一把尺，無論量人量己，拿捏分寸是最重要也頗為困難的事。助人工作除了客觀評估社福資源分配，同時也需主觀評估個案依賴性與自主能力，在綜合所有觀點後提供適切協助。對於助人者來說，面對不同情況的個案，內心評估標準除仰賴工作經驗外，善良亦是真正觸發助人行為的關鍵。

## 專人諮詢服務

賴先生因長年在國外工作的緣故，不得不

將年邁的父親安頓在長照機構照護。原先皆於他院就診，追蹤病況與診斷身心障礙，近幾年選擇轉至三峽區機構及本院就醫，日常委由機構人員陪同接送父親回診，而身心障礙鑑定評估則由賴先生親自諮詢瞭解流程，以利配合其回國時間安排父親就醫、陪同檢查等。

兩年前我與賴先生初次碰面，辦公室門鈴響後由同事接應，在手邊正審查著鑑定資料，右肩夾著話筒進行線上諮詢的同時，抬頭看見同事示意外找，待結束電話後走至會談區，眼前正是手中抱著一疊病歷資料的賴先生，邀請其坐下後也隨即啟動衡量。

在遇過各種狀況諮詢後，已能在短時間內

聚焦，掌握對方心中的期待，適性表達提供完整說明。諮詢會依據內容的廣度、深度不同而有所異，賴先生則為較少見的案例，在身障鑑定尚未到期之狀況下，提前先到辦公室諮詢、規劃，除娓娓道來父親過往病史外，也主動表達「身障福利身分」對其重要性，以致賴先生親力親為確認每項細節。說明完本院鑑定流程後，也連帶將各種風險評估與可能等待時差之影響提出討論，供其參考。

## 促成醫病溝通

兩年後某次公出，在執行活動外務的午後，回到辦公室看見桌上的待回電留言，熟悉名字勾起記憶，除了內心訝異時光飛逝，不知不覺到了先前與賴先生建議可辦理重新鑑定之時間點，也再次感受到其對於鑑定評估的重視。評估賴父為下肢靜脈血管嚴重狹窄患者，考量本院過往鮮少開立此鑑定項目，在賴先生請託之下，安排神經科與心臟內科門診，協同就診與醫師討論鑑定可能性。

候診時賴先生和我分享著近幾年父親的病情變化，交談之際也觀察到其父親有別於一般長者，精神狀態不錯，喜歡東張西望四周環境，還會因坐久輪椅不適，努力晃動身體且出聲反應，但因患有失智及加上鼻胃管置放影響，僅能簡短表達，重複說著「這裡、這裡，屁股痛！」賴先生見狀就連忙請路過的照服員協助，挪動父親坐姿才稍作緩解。後續討論多項檢查排程時，見到賴先生皆以父親感受為主要考量，寧願多次於機構與醫院間往返，而不願增加父親身體負擔，雖無長時間相伴，但依然能從舉手投足間感受到親情流露，讓人倍感

溫馨。

## 友善身障就醫

不料回診前，接到賴先生來電告知需延後，憂心地說父親因泌尿道感染送至地區醫院住院觀察，還因腹痛的影響，情緒較為躁動，除了安撫與陪伴外，還需留心用藥調劑、疫苗接種等問題。體恤賴先生分身乏術，討論後即協助更改本院檢查與門診時間，所幸最終順利回診，完成開立身心障礙證明。

身心障礙鑑定自醫師門診安排檢查起到診斷可開立證明，流程繁瑣且有一定等待時間，體恤身障者就醫不易，除穩定醫療鑑定評估順行外，本院實踐「友善身障」，提供專人諮詢、媒合服務，居中促成醫病溝通建立關係。



※本院身心障礙鑑定諮詢專線：

(02) 2672-3456分機1055



# 果香泡菜

撰文◎營養室營養師 曾靜娥



天氣漸熱，清涼爽口、開脾健胃與香氣四溢的果香泡菜，製作簡單，又輕鬆上手，為夏日低熱量的高纖聖品。

## 營養成分分析 一人份（約230公克）

醣類(公克)	13.1	纖維(公克)	5
蛋白質(公克)	2.9	熱量(大卡)	69.4
脂肪(公克)	0.6		

## 營養小百科

- 一、泡菜富含多酚物質，可增強免疫力、促進消化與提升用餐的風味，而內含的乳酸菌更能促進腸道健康與強化人體免疫力。選擇無糖天然釀醋（蘋果醋或穀醋）與添加代糖等，可降低製作泡菜的熱量，降低傳統高糖高熱量泡菜的負擔。
- 二、吃泡菜雖能補充益生菌、健胃整腸與提高免疫力等，但不能取代新鮮蔬菜喔！

## 材料 六人份

高麗菜720公克、小黃瓜、木耳與胡蘿蔔各120公克、蒜碎粒30公克、百香果6顆  
調味料：  
鹽21公克、穀醋120毫升、三多代糖12公克

## 做法

- ①高麗菜剝片洗淨備用。
- ②小黃瓜與胡蘿蔔洗淨切波浪片，木耳切絲備用。
- ③百香果切開，將果肉倒入碗中備用。
- ④備用的高麗菜、小黃瓜、木耳與胡蘿蔔放入鍋中，加入鹽，並搓揉軟化食材後放置二十分鐘。
- ⑤去除出水的浸漬液。
- ⑥將軟化的食材加入蒜碎粒、百香果、穀醋與代糖拌勻後，放入玻璃罐中即完成。



## 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](mailto: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

## 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。



## 門診團體衛教

中醫  
骨質疏鬆之預防及保健——唐郁智 護理師  
時間 114/05/05 (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  
長新冠後遺症&戒菸宣導——吳佳勳 個管師  
徐梓勳 呼吸治療師  
時間 114/05/15 (四) 上午10:00～10:30  
地點 門診大樓2樓 門診候診區

糖尿病團體衛教  
認識高尿酸血症——周雅雯 護理師  
時間 114/05/15 (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

出口 P 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



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。