

## ◎ 健康生活就由居家做起！

從事多年醫療照護工作的人，常可接到民眾問及有關「藥可不可以併服？」、「多吃糖會引起糖尿病？」、「中藥及西藥可不可以一起吃？」等常見之醫療問題。有鑑於此，在本校出版中心之精心規劃下，與華成出版社共同合作，召集本校附設醫院及萬芳醫院之優秀醫護團隊，撰寫《保健紅不讓》一書，以期藉由第一線醫護人員的豐富照護經驗，將一般大眾常有的疑問，舉凡飲食習慣、感冒發燒處理、如何預防流行病等居家身體照護，提供正確而多元化的訊息，並以平易近人、深入淺出的方式為大眾解讀。我們有信心說，這是一本兼具教育性與實用性的居家健康照護工具書！

《保健紅不讓》經歷多時終於要問世了，在這段期間要感謝百忙之中參與撰稿的醫護同仁們，及不斷關心、全力協助的出版中心鄭信忠主任與編輯沈育兆小姐等編輯團隊。我們希望透過此書能帶給每個家庭正確、實用的居家保健資訊，為居家健康建立重要的第一道防線，帶領全民走入健康新紀元。

台北醫學大學附設醫院護理部主任

楊勤榮

謹誌

萬芳醫院護理部主任

高綺秋

謹誌