



醫病也要醫心 兒童友善醫療

- ◆ 全台首家迪士尼主題病房啟用
- ◆ 麥當勞叔叔之家慈善基金會捐贈重症加護型新生兒保溫箱

節日專題

- 過年團圓進補 中醫教您如何選擇適合自己的藥膳
- 原來圍爐可以這樣吃 營養師教你聰明吃不怕胖
- 新年到 春節廢棄用藥檢收及旅遊慢性病用藥提醒



Facebook



YouTube

宗旨 Mission

以創新、卓越、尊重生命的理念，達成大學附設醫院教學、研究、服務之使命

願景 Vision

成為國際一流的大學醫學中心

核心價值 Values

以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

目標 Goal

建構智慧醫院及健康照護生活圈，提供五全的醫療照護

※ 五全：全人、全家、全隊、全程、全社區

發行人：施俊明

總編輯：魏柏立 梁雅婷

張承仁（執行總編輯）

編輯顧問：張君照 周德盈 蕭淑代

張詩鑫 王偉 盧星華

編輯委員：周百謙 蘇秀悅 鄧承德 林麗卿

陳文倩 游凱宇 蘇柏璇 林冠伶

陳志維 盧柏嘉 簡睦叻 吳昇翰

王正潔 林建輝 沈明輝 李宗原

執行編輯：劉順銘 吳雅真 尤櫻儒 林相美

蔡易庭 張淑慧

攝影：曾光洵



健康報電子版



健康報問卷調查



院址：110301 臺北市信義區吳興街252號

電話：(02)2737-2181

官網：http://www.tmu.org.tw

版權所有，非經本刊及作者同意請勿做任何形式之轉載

目錄 | CONTENTS

1

附醫新訊

- 01 居家醫療整合協力民間資源 張涵雯
全心關懷照顧者
- 02 迪士尼攜手喜願協會、臺北醫學大學附設醫院
正式啟用全台首家迪士尼主題病房
五大暖心亮點助病童以勇氣與能量面對病魔
- 06 打造早產兒第一個家 力挺兒童友善醫療 郭為鵬
麥當勞叔叔之家慈善基金會捐贈北醫附醫
「重症加護型新生兒保溫箱」

8

節日專題 (世界癌症日 / 農曆春節)

- 08 早期大腸癌治療新利器 黃彥鈞
內視鏡黏膜下剝離術
- 10 過年團圓進補 蘇柏璇
中醫教您如何選擇適合自己的藥膳
- 12 原來圍爐可以這樣吃 李佩芬
營養師教你聰明吃不怕胖
- 14 新年到 春節廢棄用藥檢收 張心倫
及旅遊慢性病用藥提醒
- 16 金龍賀歲保健康 劉亭君
- 17 元宵吃湯圓 營養師小叮嚀 蘇秀悅
- 17 新進主治醫師介紹

18

精準癌醫

- 18 質子治療 點亮兒童的希望之光 王威鈞
- 20 孩童嘔吐不止是腸胃炎 勿輕忽延誤就醫 許可風

22

活動快訊

- 22 北醫石頭湯腦賦能整合課程
- 23 預立醫療照護團體諮商活動
- 24 二月份活動講座 / 偏鄉巡迴醫療門診表
- 25 捐款芳名錄 / 社工基金徵信錄



居家醫療整合 協力民間資源 全心關懷照顧者

文 / 北醫附醫

社區照護中心居家護理組組長 張涵雯

根據國民健康署及家庭照顧者關懷協會統計，2025年國家步入超高齡社會，目前400多萬名老年人口中有超過50萬名為失能者。當家中有失能被照顧者，對家庭而言無疑是巨大壓力與衝擊，家庭照顧者每天平均照顧時數高達11個小時並且面臨缺乏照顧知識及技巧、照顧替代人力、對社會福利資源不了解以及經濟困難等困境。

68歲陳女士，因罹患視神經脊髓炎雙眼失明、下半身癱瘓，並有尿管留置及身上多處壓力性損傷傷口，全天需人照顧。家庭經濟狀況不佳有負債，案夫全日打三份工，才足以支撐全家生計。案女阿芬為照顧母親，辭掉多年熟悉的賣場工作，全心全力24小時照顧。準備餐食、翻身、拍背、服藥、大小便清理、每日兩次耗時的傷口換藥，遇到媽媽需要回醫院門診，阿芬要背著母親下樓返診，而日以繼夜的照顧，也讓阿芬健康亮起紅燈。

本院居家醫療整合服務協力長照與民間資源，透過居家護理師鼓勵與訓練陳女士發揮潛在能力，包括自行翻身、進食，指導阿芬傷口照顧技巧並連結長期照顧資源，居家服務員照顧服務、長照輔具購買，連結「全聯慶祥慈善事業基金會」支援營養補充品、尿布、看護墊

等物資，緩解照顧壓力。

現在陳女士有居家服務員協助每日身體清潔、復健運動，阿芬也利用這段時間外出採買及參與社區運動社團。遇到回門診的日子，居家醫療醫師到家中診療，免去在醫院門診辛苦等待。經過居家醫療及長期照顧服務進駐，陳女士的傷口完全癒合。當照顧者照護工作能獲得支持，會較有動機持續漫長的照顧工作，而病患也能藉此得到較好的照顧品質。

本院居家醫療整合服務，居家護理師到府慢性病照顧諮詢、更換管路（氣切管、鼻胃管、導尿管等）、抽血檢驗、傷口換藥、照顧技巧指導、照顧者支持服務、長照顧資源轉介、協助病人在家中得到良好的照顧品質，秉持「全人、全家、全程、全隊」的照護理念來服務居家個案，發揮護理專業知識解決居家病人問題、守護全家健康。

感謝「全聯慶祥慈善事業基金會」定期捐贈北醫居家護理經濟弱勢個案照護物資，對於病患家屬像是漫長照護路上，有人一路相伴伸出援手；對於居家護理師是盟友般，共同提供案家維持良好的照顧品質，再次感謝「全聯慶祥慈善事業基金會」長期照護好夥伴。

迪士尼攜手喜願協會、臺北醫學大學附設醫院 正式啟用全台首家

迪士尼主題病房

助病童以勇氣與能量面對病魔

五大
暖心亮點

迪士尼在最需要的地方散播希望與歡樂。迪士尼攜手中華民國喜願協會與臺北醫學大學附設醫院，於2023年12月26日正式啟用全台灣第一間迪士尼主題病房。2023年適逢迪士尼100周年，迪士尼兒童醫院計畫全球已與超過750間兒童醫院與兒科空間合作，藉由迪士尼經典角色與故事，重塑入院體驗，希望鼓勵正在和疾病對抗的孩童與其家屬，期盼他們從中得到正向且溫暖力量。甜蜜天后王心凌出任活動心願大使，一圓孩子們的聖誕願望，也加入志工活動，暖心陪伴共讀迪士尼故事。大家的好朋友米奇米妮更驚喜現身為活動加持，並至迪士尼主題病房探訪小朋友合影留念，為病童與家屬帶來難忘的聖誕節。

迪士尼在最需要的時候帶來希望與歡樂！ 一億美元投入全球兒童醫院計畫

迪士尼於2018年宣布投入1億美元於全球兒童醫院計畫，在病童與家屬最需要的時候帶來歡樂和舒適，重塑住院體驗，帶給他們面對治療的勇氣。全台第一間迪士尼主題病房設立於臺北醫學大學附設醫院，由迪士尼攜手中華民國喜願協會與臺北醫學大學附設醫院，擺脫傳統治療空間的緊繃與冰冷感，以迪士尼經典角色與故事，打造沉浸式個人化體驗。

▲迪士尼志工團隊與心願大使「王心凌」暖心陪伴小朋友共讀迪士尼故事書，給予病童療程勇氣與能量。

Disney
Delivering joy when it's needed most

迪士尼兒童醫院計畫
臺北醫學大學附設醫院

▲米奇、米妮驚喜現身開幕記者會，一起見證「全台第一間迪士尼主題兒童病房」正式啟用。

▲大家喜愛的迪士尼經典角色躍上牆面，打造溫馨且歡樂的沉浸式治療空間，在最需要的時候散播希望。

華特迪士尼公司台灣及香港總經理陳永樂表示：「迪士尼很榮幸能成功將兒童醫院計畫落地台灣，把這個悠久的傳統回饋在地社群，在需要的時候帶來希望與歡笑。」陳永樂更補充：「非常感謝喜願協會以及臺北醫學大學附設醫院的大力支持，我非常期待未來將迪士尼兒童醫院計畫拓展至台灣其他醫院」。

臺北醫學大學附設醫院秉持信念孩子住院也要快樂

臺北醫學大學附設醫院的兒童醫療服務，以病人為中心整合多專科及跨領域團隊來守護兒童健康，陸續建立兒童癲癇、唇顎裂、新生兒外接、兒童腦瘤、兒童癌症、精準醫療、早產兒聯合追蹤門診、血友病中心等醫療服務。2022年啟用第四代精緻型質子機，應用於兒癌精準治療，而這國內目前唯一位於台北都會區內的質子治療中心，大幅提升兒癌治療的便利性。2023年北醫兒童醫療團隊更以「整合式新生兒照護」及「精準兒童腫瘤醫療」兩項方案，獲頒2023年生策會SNQ國家品質認證標章，也證明北醫附醫持續精進兒童醫療品質的決心與能力。

施俊明院長表示，此次改造為迪士尼主題病房的7A病房以收治兒童病人為主，醫療團隊不僅追求醫療品質精進，醫「心」更是團隊一大任務，「就算住院也有追求快樂的權利」一直是兒童病房的信念。為此，醫療團隊積極推動兒童友善場域，例如舉辦聖誕節、萬聖節變裝活動及病童專屬生日派對等；感謝迪士尼與喜願協會的協助，讓臺北醫學大學附設醫院啟用全台首座迪士尼主題病房，重塑病童與家屬的入院體驗，並提升醫護人員的士氣，讓醫院更顯朝氣。

促成此次合作的要角中華民國喜願協會陳昭鋒理事長說道：「喜願協會旨在為重症病童圓夢，自喜願協會在台灣成立近30年以來，在迪士尼的協助之下實現超過200個孩子的心願。這次很高興能與迪士尼和臺北醫學大學附設醫院攜手打造迪士尼主題兒童病房，將希望與歡樂帶給更多需要的孩子們」。

迪士尼兒童醫院計畫五大亮點打造沉浸式互動空間， 重塑住院體驗

迪士尼兒童醫院計畫以觸人心弦的故事及豐富多元的經典動畫角色，打造溫馨、歡樂的治療空間，重塑住院體驗，臺北醫學大學附設醫院空間結合五大亮點，包括貫穿病房

◀台灣第一家迪士尼兒童醫院計畫在臺北醫學大學附設醫院正式啟用，重塑孩童住院體驗。



▲迪士尼主題星光基金會病服，讓孩童化身心中英雄灌溉滿滿勇氣與力量。



▲臺北醫學大學附設醫院啟用全台首間迪士尼主題病房。

空間、充滿備受喜愛故事與角色的迪士尼互動式壁貼，有米奇米妮、迪士尼《冰雪奇緣》、皮克斯《腦筋急轉彎》、漫威《復仇者聯盟》以及《星際大戰》，孩童與家屬可以利用「迪士尼趣味童遊APP」與牆面上的角色及故事互動；迪士尼主題星光基金會病服則讓孩童們能將喜愛的角色穿上身，從中獲得勇氣與力量；全台第一座迪士尼行動電影院則提供免費Disney+內容，以來自迪士尼、皮克斯、漫威、星際大戰、國家地理等精彩內容為孩子帶來歡笑，舒緩焦慮；醫護人員也可利用迪士尼角色互動卡片，在治療過程中與病童互動，分散其注意力以緩解治療時的緊張與恐懼。

甜蜜天后王心凌擔任心願大使助力圓夢米奇米妮驚喜現身為病童帶來力量

迪士尼兒童醫院計畫臺北醫學大學附設醫院開幕活動邀請甜蜜天后王心凌出席擔任心願大使，王心凌也是迪士尼100周年壓軸動畫電影《星願》中文主題曲演唱者。「看到小朋友開心的反應、閃閃發亮的目光，就覺得自己心被溫暖了！」曾經歷嚴重疾病的王心凌說道：「我理解這些小朋友在治療期間可能有的不安

感，希望能透過迪士尼的故事為孩童帶來撫慰心靈的力量。她也分享「我最喜愛的角色是《小美人魚》的愛麗兒，她勇敢且積極樂觀，從愛麗兒身上得到很多力量」。王心凌活動上也為小朋友實現聖誕願望，帶來豐富的迪士尼禮物盒，她同時化身一日志工，與小朋友共讀迪士尼故事。除了心願大使王心凌之外，大家的好朋友米奇米妮更驚喜現身開幕活動現場，與現場的小朋友及與會貴賓互動，會後，米奇米妮帶領迪士尼志工至迪士尼主題病房探訪病童，送上迪士尼聖誕小禮，也為辛苦的醫護人員打氣。

【關於迪士尼兒童醫院計畫】

百年來，迪士尼的故事一直是各年齡層孩子想像與希望的泉源。過去，華特迪士尼先生帶著一群充滿熱情的迪士尼動畫師與角色們探訪住院病童，在最需要的時候為他們帶來希望與歡樂。如今，這樣傳統體現在迪士尼1億美元的全球承諾中，重塑患者旅程，為病童與家屬在原先焦慮的時期帶來熟悉與歡笑。作為此項承諾的一部分，迪士尼將其故

- ▶ 利用「迪士尼趣味童遊APP」可與牆面上的迪士尼角色及故事互動。
- ▼ 全台首座迪士尼行動電影院，提供免費Disney+精彩內容，為孩子帶來歡笑，舒緩焦慮。



▲ 迪士尼與喜願協會和臺北醫學大學附設醫院攜手打「迪士尼主題兒童病房」，擺脫傳統治療空間的緊繃與冰冷感。

事、角色與沉浸式體驗帶到全球超過750間兒童醫院與兒科空間。欲了解迪士尼如何在最需要的時候帶來希望與歡笑承諾，請上impact.disney.com。

【關於中華民國喜願協會】

中華民國喜願協會成立於1994年，已幫助超過2,500位罹患威脅生命等重大疾病的病童圓夢。透過實現心願的鼓勵，激發堅強的生命力，也與家人在抗病過程中凝聚愛與關懷的力量；對於參與圓夢的醫護、社工、志工及贊助者等，也因付出得到快樂，形成善的循環能量！喜願協會符合聯合國SDGs中的第3.4及3D等項目，共同為永續發展目標努力。此外，喜願協會除了協助重症病童圓夢之外，與全國19家中大型醫院合作，定期關懷陪伴治療的重症病童，致力其身心照護，每年關懷服務約2,000

人次。經由醫院病床關懷及舉辦各類活動，陪伴住院之病童激發其正面能量，緩解對疾病的不安，增加抗病力量！更多訊息請上：www.makeawish.org.tw。

【關於臺北醫學大學附設醫院】

臺北醫學大學附設醫院創立於1976年，為臺北醫學大學第一間附屬醫院，奠定北醫體系臨床服務與教學研究雙向交流的基礎。為提供優質的醫療服務，北醫附設醫院持續提升醫療品質、強化軟硬體設備，2018年起陸續完成三棟醫療大樓的整建，導入智慧醫療，蛻變新貌，2022年啟用蔡萬才癌症大樓，拓展全方位的醫療服務；目前全院病床增至近800床，同仁人數逾2,000人，躍升國內外中型醫院的標竿。

資料/照片來源：迪士尼

迪士尼兒童醫院計畫

致力在病童與家屬最需要的時候散播希望與歡樂

由迪士尼發起，全體迪士尼團隊包含迪士尼幻想工程師 (Disney Imagineers) 與專家合作，結合大家最愛的迪士尼角色與故事，提供迪士尼一直以來獨有的體驗，以舒緩孩子們住院期間的焦慮與恐懼為服務宗旨。

1 億美元的承諾

迪士尼在 2018 年宣布迪士尼在 2018 年宣布全球投入 1 億美元，重塑病童在醫院的體驗。

全球超過 **750+** 小兒科病房與兒童醫院參與。

87% 護理人員表示 迪士尼兒童醫院計畫 為孩童及家屬帶來正面影響

5大亮點

- 1. 互動式壁貼**
經典角色躍上牆面「迪士尼互動式壁貼」，打造溫馨、歡樂的治療空間。
- 2. 迪士尼趣味童遊 App**
開啟 APP 與牆面上的角色及故事互動，以觸人心弦的迪士尼故事重塑治療旅程。
- 3. 迪士尼主題星光基金會病服**
讓孩童們能將喜愛的角色穿上身，從中獲得勇氣與力量。
- 4. 迪士尼行動電影院**
全台第一座迪士尼行動電影院，提供免費 Disney+ 內容，以來自迪士尼、皮克斯、漫威、星際大戰、國家地理等精彩內容為孩子帶來歡笑，舒緩焦慮。
- 5. 迪士尼角色互動卡片**
醫護人員可利用迪士尼角色互動卡片，在治療過程中與病童互動，分散其注意力以緩解治療時的緊張與恐懼。

全台首間 迪士尼兒童醫院計畫 臺北醫學大學附設醫院



打造早產兒第一個家 力挺兒童友善醫療

麥當勞叔叔之家慈善基金會 捐贈北醫附醫「重症加護型新生兒保溫箱」

文 / 北醫附醫 秘書室公共事務組 郭為鵬

新生兒人數逐漸遞減，早產兒比例未減反增。為了細心呵護每一個新生命，麥當勞叔叔之家慈善基金會1月4日捐贈2台「重症加護型新生兒保溫箱」予臺北醫學大學附設醫院，攜手打造早產兒的第一個家，盼能讓這群巴掌天使從出生的那一刻即獲得最妥善的照護，在愛的呵護下平安長大。

北醫附醫舉辦捐贈儀式，感謝麥當勞叔叔之家慈善基金會共同力挺兒童友善醫療。麥當勞叔叔之家慈善基金會董事，同時也是臺北醫學大學兒童腦瘤團隊召集人黃棣棟教授表示，依據國健署2022年出生通報統計資料，臺灣每10名新生兒就有1名出生體重未滿2500克的低體

重新生兒；每100名更有約1名是出生體重未滿1500克的極低體重新生兒。

黃棣棟董事指出，臺灣已經是少子化社會，孩子是未來的珍貴資產，盼與北醫附醫醫護團隊並肩努力，捐贈2台重症加護型新生兒保溫箱，讓需要的孩子們獲得最需要的醫療資源，健康長大。

北醫附醫施俊明院長表示，根據國健署2023年公布之出生通報統計年報顯示，台灣的早產兒（<37週）出生率從2008年9%逐漸上升至2021年的10.61%，其中低體重新生兒出生率由7.66%上升至10.56%、極低體重新生兒出生率

由0.8%上升至1.06%，早產兒出生率有逐年上升之趨勢；而早產兒一出生就面臨生存的挑戰，許多緊急醫療處置在出生剎那隨即啟動，亟需專業、完整的醫療照護。

施俊明院長指出，北醫附醫於1976年8月6日展開門診服務，當時第一位門診病人就是小兒科的病人，多年來秉持「以病人為中心」的理念，建立兒童癲癇、唇顎裂、新生兒外接、兒童腦瘤、兒童癌症、精準醫療、早產兒聯合追蹤門診、血友病中心等跨專科團隊，全力打造安心、友善的兒童醫療環境；此次非常感謝麥當勞叔叔之家慈善基金會捐贈重症加護型新生兒保溫箱，提升早產兒的照護品質。

北醫附醫兒科部張璽主任表示，一般正常的新生兒體重大約落在2500至4000公克，早產的新生兒因心肺等器官發育尚未成熟，與足月生的新生兒相較，較易發生心肺功能、視網膜及神經發展等問題，需要醫療團隊的密切照護，而維持新生兒體溫更是團隊的當務之急。

張璽主任解釋，醫療團隊為早產兒進行醫療處置時，須將新生兒移出保溫箱，對於體溫控制、維生管路的調整都是一大挑戰；重症加護型新生兒保溫箱除了可以提供溫暖的仿子宮的環境外，執行醫療處置時只要將蓋子升起即可變成新生兒處理台，不須移動新生兒，讓新生兒可以接受妥善的醫療照護。

麥當勞叔叔之家慈善基金會溫惠美執行長表示，麥當勞叔叔之家慈善基金會除了為遠地就醫兒童家庭提供免費住宿與關懷服務之外，更長期關注兒童友善醫療議題。與兒科團隊並

肩作戰的過程中，了解到早產兒照護需投入精密醫療設備，因此自2018年起陸續捐贈21家醫院共33台重症加護型新生兒保溫箱。

溫惠美執行長指出，麥當勞叔叔之家為遠地就醫兒童家庭提供北上就醫時一個「出門在外的家」，而重症加護型新生兒保溫箱也將是早產兒出生後的「第一個家」，讓小生命在出生起，就被滿滿的愛包圍。



重症加護型新生兒保溫箱提供溫暖的仿子宮的環境，讓早產兒從出生的那一刻即獲得完善醫療照護，健康長大。



重症加護型新生兒保溫箱執行醫療處置時，只要將蓋子升起即可變成新生兒處理台。



早期大腸癌治療 新利器 內視鏡黏膜下剝離術

文 / 北醫附醫

大腸直腸外科主任 **黃彥鈞**

大腸直腸癌是全球第三大常見癌症和第四大癌症死亡原因。預計到2030年，大腸直腸癌將導致220萬新病例和110萬人死亡。由於大多數的大腸直腸癌起源於腸壁上的腺瘤，因此透過大腸鏡檢查早期發現並切除腺瘤在癌症預防中發揮重要作用。

近年來，隨著大腸直腸癌篩檢計畫實施，接受大腸鏡篩檢的人數增，診斷為癌前病變和早期大腸癌的患者比例也隨之增加。因此，預計患者將更頻繁地被診斷為局限於黏膜或黏膜下層，不侵犯固有肌層的早期大腸直腸癌。在過去的十年中，用於內視鏡診斷的創新光學技術被引入，使得內視鏡黏膜下剝離術（ESD）用於處理表淺腫瘤、癌前病變和早期大直腸病灶的治療提供了重大突破。隨著這些顯著的發展，大腸內視鏡治療已成為早期大腸直腸癌治療中手術切除的替代方案。以下分享一個臨床案例。

Q:一名51歲男性，無特別慢性病史，因大便出血就診。在外面的醫院進行大腸鏡檢查，發現直腸有一顆3公分大的瘰肉性病灶，便順做了部份瘰肉切片檢查。病理報告呈現原位癌，被建議進行低位直腸切除手術。該患者非常焦慮來到本院諮詢，詢問是否還其它處理的方式？

A:最新數據顯示，近75%的新診斷大腸直腸癌處於無遠端器官轉移的癌症早期。局限於黏膜和黏膜下層的早期大腸直腸癌如可經由手術徹底切除，5年存活率大於90%，預後不錯，長久以來一直是治療的唯一方法。黏膜下層通常分為三等分（SM1, SM2, SM3）。

隨著大腸內視鏡技術的新進展，加上北醫附醫率先引進最新的高解析度內視鏡機器，一種利用大腸內視鏡引導下的黏膜下剝

離術（ESD）的微創手術，可以提供病患較高的整塊腫瘤完整切除率，用於治療切除早期表淺大腸直腸癌，成了處理此類型病灶的另一方法。

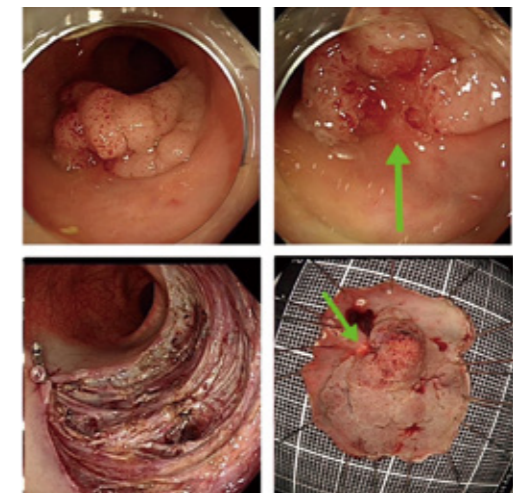
然而，大家往往會擔心這樣微創的處理方式是否可以達到腫瘤切除上的乾淨及達到較低腫瘤復發率。根據2022年大規模多中心研究，回顧使用內視鏡黏膜下剝離術（ESD）治療早期表淺大腸直腸癌的臨床和組織學特徵，並分析了長期追蹤結果。

結果發現，採用ESD治療性切除早期表淺大腸直腸癌的5年無復發率（RFS）為98.8%，這個結果是一個好的結果，因為腫瘤復發率低。而長期追蹤這群接受治療性ESD切除早期大腸直腸癌的患者顯示良好的長期預後。而且接受治療性切除的早期表淺（SM1）大腸直腸癌的癌症的腫瘤無復發率與黏膜原位癌相似。

另外在19,979多位病人的系統性統合分析中，發現內視鏡黏膜下剝離術（ESD）可被視為切除早期表淺大直腸癌的另一種治療方式。即使切除完的病理報告出現以下的

指標不理想『(1)癌症類型：乳頭狀腺癌或管狀腺癌；(2)SM浸潤深度： $<1000\mu\text{m}$ （顯微分期：T1a）；(3)淋巴管侵犯（LVI）：無；(4)腫瘤出芽：1級（低度）；(5)垂直（深）腫瘤邊緣：陰性』，需手術時，額外的手術可以達到與初次手術相當的效果。

本院這位51歲男性病患接受了內視鏡黏膜下剝離術（ESD），切除了直腸上的腫瘤（圖1）。腫瘤尺寸為30×31毫米。整塊切除後，病理顯示管狀腺瘤伴原位癌，腫瘤周圍及深部安全範圍皆足夠且上述5項指標皆正常，病患日後需要接受定期大腸鏡檢查監測。



作者 介紹

主治專長

- 大腸直腸癌手術
- 痔瘡、肛門瘻管、肛裂
- 達文西機械手臂直腸癌手術
- 腹腔鏡大腸直腸癌切除併肛門保留手術
- 無疤痕大腸直腸黏膜下腫瘤切除術
- 無痛大腸鏡檢查

門診時間

週一夜間、週二下午、週四上午



過年團圓進補 中醫教您如何選擇 適合自己的藥膳

文 / 北醫附醫

傳統醫學科主治醫師 **蘇柏璇**

過年期間大家團圓，民眾於此時聚在一起吃團圓飯，餐桌上不乏加入中藥燉補的菜色，但有些人在吃了這些食物後卻出現了口乾舌燥、嘴破舌瘡、無法入睡等症狀，有些女性甚至月經提早報到了。這時就會有疑問出現，要怎麼選擇適合自己的藥膳呢？

藥膳該怎麼選擇？

過年期間藥膳多用溫補，但還是要因人而異選取適當藥材處方，我們可以將常加入藥膳的藥物依照藥性做簡單的分類，再看是否符合自己的體質，根據體質挑選適合自己的藥膳

一、補氣類

常用中藥有黃耆、人參、黨參、白朮、紅棗、刺五加等等。適合使用這類藥材的對象主要是以容易感冒、面色蒼白、易疲倦、

元氣不足、氣短懶言、語音微弱、身體酸痛無力、汗出多、精神及食慾差的人為主。

二、補血類

常用中藥如當歸、熟地、川芎、何首烏、阿膠、雞血藤、枸杞等。以出現臉色蒼白萎黃無光澤、口唇指甲蒼白、頭暈眼花、心悸失眠、皮膚乾燥，手足發麻為主要症狀。

三、補陽類

陽虛是比氣虛更進一步的證型，在氣虛的症狀上再加明顯怕冷，因此需要使用溫陽類中藥來調理。常用藥物如肉桂、附子、杜仲、淫羊藿、菟絲子、巴戟天等。適合使用在出現四肢冰冷畏寒、精神不振、腰膝酸軟無力、精神不濟、大便溏瀉、陽痿、早洩遺精、頻尿、夜尿等症狀的人。

四、滋陰類

常用中藥有西洋參、太子參、天門冬、麥門冬、玄參、沙參、生地、山藥、玉竹、石斛等。使用的對象以出現乾咳聲音沙啞、口渴咽乾、顴紅面赤、皮膚枯燥、心煩焦躁、眩暈耳鳴、睡眠不安、兩眼乾澀、大便乾燥、潮熱盜汗等症狀的人。

除了藥物之外，在食物的選擇也是非常重要，就食物的屬性而言，葡萄、桑椹、龍眼肉具有補血的作用；生薑、韭菜、麻油、酒、茴香、羊肉、牛肉等皆為溫熱之品，具有溫陽補氣的作用；冬瓜、苦瓜、大白菜、白蘿蔔、鴨肉等，則具有滋陰清熱的作用。至於常吃的雞肉、豬肉、魚肉則屬於甘溫且不寒不熱平補之品。

藥膳的製作多是為了保健強身，隨著年齡增長，人體衰老，臟腑氣血虛弱，只要找出自己的體質，透過食用適合的藥膳，增強免疫，調和五臟六腑，就可以達到延後衰老的作用。民眾若是不確定自己的體質屬於哪種，歡迎至傳統醫學科門診讓中醫師為您辨別您的體質，並調配適合您體質的藥膳處方，也歡迎使用本院選用平補藥材製作的養生藥燉包，讓您在逢年過節時能夠補得安心吃得放心。

補氣：人參、白朮



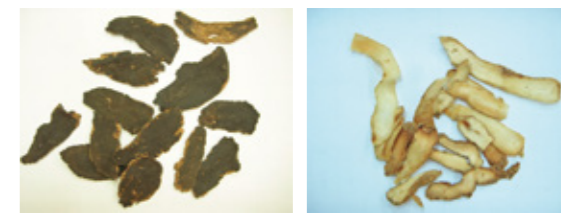
補血：熟地、何首烏



補陽：附子、淫羊藿



滋陰：玄參、玉竹



作者 介紹

主治專長

- 婦科：癌症調理、不孕症、更年期調理、月經失調等
- 內科疾病：慢性腎臟疾病及其相關併發症、糖尿病、癌症調理、中醫減重等
- 皮膚疾病：掉髮、乾癬、濕疹等

門診時間

傳統醫學科門診：週一夜間、週二上午/下午、週四上午、週五下午/夜間、週六上午
體重管理中心門診：週一下午

原來圍爐可以這樣吃 營養師教你 聰明吃不怕胖

文 / 北醫附醫 體重管理中心營養師 李佩芬

又到了年節時分，相信大家從上個月就開始忙著規劃張羅過年「存糧」，尤其是媽媽們，總記得家中每個成員喜歡的食物，精心挑選圍爐食材、飯後打牌點心等。過年是一年中 longest 連假，親朋好友相聚首要日子，免不了吃吃喝喝連續好多天，如何為自己和家人準備美味健康的食物，年假過完依然健康窈窕？營養師分享幾個實用小技巧，你也可以試試看！

不能低油，也要揪出壞油、改吃好油

自我小測驗1

下列哪種食物含較高比例Omega-3好油、飽和脂肪也低？(複選)(答案在文末)

- (A)雞油 (B)橄欖油
(C)亞麻仁油(低溫涼拌) (D)芥花油(高溫可炒)

食物中的油脂是美味的來源，但過高油脂會造成腸道壞菌多、身體慢性發炎、胰島素抵抗導致肥胖、糖尿病及各種心血管疾病和癌症，尤其是飽和脂肪及反式脂肪是最塞血管的「壞油」，常見紅肉（牛、豬、羊等）、蛋、乳製品（起司、乳酪、焗烤等）及超加工食品（麵包、蛋糕、餅乾等零

食），應盡量少吃；而含omega 3脂肪酸的亞麻仁子油、核桃、奇亞子等，則有助降低慢性發炎；富含omega 9脂肪酸的苦茶油、橄欖油含有多酚，可清除自由基、抗氧化，是較健康的「好油」。健康油脂與食物來源舉例如下。



烹調油

亞麻仁油、芥花油、橄欖油、苦茶油…



天然油

核桃、腰果、松子、花生…

過年期間若不能避免高油食物，至少選擇上述好油，降低健康負擔。仍需提醒，過猶不及、「過油」不及，好油也要適量喔。

高纖食材入菜：腸道好菌好開心

自我小測驗2

哪個食物的纖維含量比例最高？(答案在文末)

- (A)1碗大白菜 (B)1碗大紅豆
(C)1碗大蘋果 (D)1隻大雞腿

提到健康，培養腸道好菌是最重最根本的，而好菌最喜歡的就是纖維！！除了蔬菜、水果，其實各種穀類纖維含量媲美蔬菜，整顆豆類纖維甚至比蔬菜高，是養好菌冠軍食物！過年可選擇應景的紅色，如紅棗、枸杞、花豆、紅豆，紫色的紫米，翠綠色的毛豆，黃色的玉米、鷹嘴豆、蓮子等入菜；堅果也含纖維，也可使用核桃、南瓜子等，來製造豐盛視覺饗宴。值得一提，台灣盛產毛豆且品質佳外銷各國，毛豆纖維超高、價格便宜、配色好看、好煮省時、好買方便，帶莢的涼拌毛豆還可作為飯後零食點心，推薦大家多多使用。



中式八寶紫米飯是比西式蛋糕高纖低油的健康點心



毛豆是多用途、健康又經濟的食材

無罪惡吃零食心法：避免油+糖、搭配水果好健康

自我小測驗3

下列何者是超加工食品？(答案在文末)

- (A)包裝烤豬肉乾 (B)薄鹽腰果
(C)原味海苔 (D)蔓越莓乾

零食是過年聚會必備歡樂小物，讓人一口接一口，秘訣在於「多層次」口味，有糖的風味、油脂的香氣、軟綿或酥脆口感，加在一起讓人無法拒絕，如果搭配清香的茶，沖淡甜膩口感，更是容易秒殺整包。而袋裝肉乾、餅乾這類超加工食品，更利用多種調味料，讓人涮嘴還會上癮，提醒大家要小心。所以零食挑選兩原則：①有糖/鹽就不要油，例如：冰糖蓮子、冬瓜糖、不含奶油的糖果，②有油就不要甜/鹹，如：原味堅果、原味花生、瓜子等，盡量不要鹹甜一起，如此口味單純，較不易涮嘴。另外不要搭配茶，可搭配水果，增加水分、纖維、各種維生素攝取，營養又飽足，更可避免不知不覺吃下過量零食。

以上小方法分享給大家，希望大家年節歡樂相聚之餘，賓主盡歡也不失健康！

自我小測驗答案：1.(C)(D)、2.(B)、3.(A)



新年到 春節廢棄用藥檢 收及旅遊慢性病 用藥提醒

文 / 北醫附醫

| 藥劑部藥師 **張心倫**

春節是中國傳統的重要節日，人們在這個時候會進行大掃除、探親訪友、聚餐慶祝等活動。然而，春節期間也常常伴隨著一個問題—廢棄用藥的處理。廢棄用藥指過期、未使用完畢、不需要、甚至出現變質或變色的藥品。

廢棄藥品可分為一般藥品和檢收藥品。檢收藥品包括抗生素、荷爾蒙藥、抗癌藥、針劑、針頭及管制藥品，這些藥品民眾應定期整理，千萬別隨意丟棄，整理後拿至標有「居家廢棄藥物檢收站」之醫療院所或社區藥局回收，若不妥善處理將導致環境污染，長期下來可能進入食物鏈而危害人體。至於一般藥品則不鼓勵民眾拿至檢收站回收，可能造成回收單位之二次汙染及困擾。

以下為廢棄用藥的處理方式：

分類	回收方式
一般藥品	膠囊錠劑 丟進垃圾袋，隨一般垃圾焚化處理。
	藥水 將剩餘藥水倒進夾鏈袋內，加入吸水物質（如茶葉或咖啡渣、廢棄衛生紙、報紙），再丟棄至一般垃圾袋中，空瓶則按照分類回收。
檢收藥品	抗生素、荷爾蒙藥 抗癌藥、針劑、針頭 管制藥品 拿至「居家廢棄藥物檢收站」回收。 註：針頭需置於堅固不易破的空罐裡。

妥善的廢棄用藥檢收對於保護環境、預防意外、促進正確用藥觀念以及資源回收和再利用具有重要的作用，需要民眾的關注和參與。

另外，在春節期間，民眾還需留意慢性病之用藥，千萬別因為春節旅遊而忽視平日按時服藥之重要性，需要具有良好的服藥順從性。服藥順從性（Medication Adherence）指的是患者按照醫療專業人員指示，按時、正確地服用藥物的程度，包括使用正確的劑量、頻率和持續時間，良好的服藥順從性對於治療結果和預後至關重要。民眾需要特別注意：高血壓、高血脂、高血糖以及口服抗凝血劑、抗血小板製劑的按時服用。

三高的患者較普通人有更高機率發生急性心臟病、心肌梗塞甚至中風。外出旅遊期間，若是沒有規律服用這些藥物，容易因為時差或環境的變化，讓身體處在一個較不平衡的狀態，而有較高的風險發生意外。規律服用三高藥物，讓身體的血壓、血糖、血脂維持在平穩的狀態，才能妥善控制慢性病。

其次，口服抗凝血劑、抗血小板製劑，目的在抑制血栓的生成。長期規律服用能維持血液的適當流動性，避免血管的阻塞。倘



若血栓堵塞血管，可能導致心肌梗塞、腦梗塞，有致命的危險。這些藥物藉由抑制血液凝結，來減少血栓對身體產生危害。若是擅自停用、增加或減少藥物，可能造成血栓生成機會增加、或是不正常的出血。務必要依照醫師處方服藥，在旅遊前確保有足夠藥物，以及牢記服用方法頻次，讓旅遊雅興不致被影響。

以下為院內常見品項：

分類	院內品項
血壓藥	康肯Concor、脈優Norvasc 得安穩Diovan 合必爽Herbesser 卡菲蒂羅Carvedilol 心律Propranolol…
血脂藥	冠脂妥Crestor 脂易穩Ezetimibe 理脂Linicor、脂佳Lipdown 妥寧Tulip…
血糖藥	瑪爾胰Amaryl 美克糖Ankomin 福適佳Forxiga、愛妥糖Actos 愛妥蜜Actosmet 糖順平Glyxambi…
抗凝血劑	可化凝Cofarin 歐服寧Orfarin 里先安Lixiana 拜瑞妥Xarelto 普栓達Pradaxa…
抗血小板製劑	伯基Bokey、保栓通Plavix 百無凝Brilinta 利血達Licodin…

金龍賀歲保健康

文 / 北醫附醫 健康管理中心 劉亭君

農曆春節將至，闔家團聚氛圍烘托下常會不自覺攝取過量高熱量的食物，造成三高風險上升，且易加重消化系統的負擔，無形中增加罹癌風險。

腸胃道相關疾病高風險族群

大腸癌已連續蟬聯15年癌症之首，根據109年癌症登記資料顯示，平均每天有47人罹患大腸癌，且好發年齡為50歲以上的族群。如為「外食族」、「應酬聚會」頻繁或是有「腸胃道相關疾病家族史者」，更應維持正常飲食與作息，並定期規劃健康檢查，避免檢查呈現異常數值，才能邁向更健康的人生。

建議健康檢查專案

北醫附醫健康管理中心提供無痛無感內視鏡檢查食道、胃、十二指腸及全段大腸是否有病變，在新春時刻邀請您與親朋好友安排完整型健康檢查，一同為新年儲備衝刺的動力！

【尊榮防癌健檢專案】

以「全身腫瘤磁振造影」及「低劑量肺部電腦斷層」有效偵測頭部、頸部、胸縱隔腔、肺部、腹部、骨盆腔等部位腫瘤，同時搭配完整的血液檢驗、超音波與無痛胃鏡及全大腸鏡檢查，提供欲評估罹癌風險者完整精確的健檢專案，給您和家人全方位的健康守護。

【標準防癌健檢專案】

提供無痛胃鏡及全大腸鏡檢查，搭配頸動脈超音波篩檢頸部血管健康狀況以評估腦血管疾病的風險，另含腹部超音波、男性攝護腺超音波、女性婦科檢查及乳房超音波，完整呵護您的健康。

【健康自由配—外食族健檢專案】

內含無痛胃鏡及全大腸鏡檢查、C13尿素呼氣幽門桿菌檢查，幫助您掌握腸胃道健康狀況。

健康檢查預約專線：

(02)2737-2181

分機8325#322-323

(詳細活動內容請洽詢本中心，本中心保有修改活動內容之權利)
北醫附醫健康管理中心 關心您

元宵吃湯圓 營養師小叮嚀

文 / 北醫附醫 營養室主任 蘇秀悅

湯圓可分成包餡及沒包餡兩種，包餡的湯圓依其包的餡，如紅豆、花生、芝麻肉等，一顆的熱量可從60-80大卡。沒包餡的小湯圓，10顆約70大卡，雖然不高，但因小湯圓多會與紅豆湯或花生湯，一碗紅豆小湯圓，熱量一定超過一碗飯(280大卡)。

因此在冬至或元宵節，想吃一碗熱熱的湯圓，要做食物熱量代換，才不會熱量超標。例如：當您想吃2-4顆包餡湯圓，可在吃湯圓前的餐，少吃半碗到1碗飯；若您吃的是小湯圓，會建議用桂圓、紅棗或薑熬湯，可以吃

15-20顆，同時餐前少吃半碗飯。因湯圓是糯米製品，支鏈澱粉高，血糖容易讓上升，所以在吃湯圓的季節裡，提醒糖尿病及高脂血症的病人，一定要做代換，並限量食用。

另外，因糯米不易消化，對有消化不良及胃食道逆流的病人，應謹慎食用。湯圓黏性高，老人家及小孩在吃的時候，若不小心一口吞下去，噎到無法呼吸時，可立即進行哈姆立克急救法，並送醫院處理。有戴假牙或牙齒搖動的民眾，也要謹慎食用，避免誤吞。吃完湯圓後，建議大家外出散步，幫助腸胃蠕動，增加熱量消耗。

新任主治醫師介紹



傳統醫學科醫師
郭博元

現職

臺北醫學大學附設醫院傳統醫學科專任主治醫師

學歷

中國醫藥大學中醫學系醫學士

主治專長

- 呼吸道疾病：感冒過敏、新冠後遺症、氣喘、鼻炎、咽喉炎等
- 中醫內科：疲勞、胃食道逆流、便秘、頭頸癌輔助治療、水藥治療等
- 骨傷疾病：針灸、小針刀治療、運動傷害、肩頸痛、腰腿痛等
- 神經疾病：中風後遺症、頭暈頭痛、顏面神經麻痺、坐骨神經痛等

門診時間：週一下午/夜間、週二下午、週三上午/夜間、週五上午/下午、週六上午

經歷

- 臺北醫學大學附設醫院傳統醫學科總醫師
- 臺北醫學大學附設醫院傳統醫學科住院醫師



皮膚科醫師
賴俊佑

現職

臺北醫學大學附設醫院皮膚科專任主治醫師
臺北醫學大學附設醫院美容醫學中心專任主治醫師

學歷

臺北醫學大學醫學士

主治專長

- 青春痘、酒糟、雄性禿、落髮、濕疹、脂漏性皮膚炎、白斑
- 異位性皮膚炎、蕁麻疹、藥物疹、乾癬
- 帶狀疱疹、病毒疣、足癬、股癬、灰指甲
- 皮膚良惡性腫瘤診斷及手術切除、雷射美容及微整形

門診時間：皮膚科→週一下午、週二上午、週三夜間、週四下午；美容醫學中心→週二夜間

經歷

- 國立臺大醫院皮膚部臨床受訓
- 臺北醫學大學附設醫院皮膚科住院醫師/總醫師
- 北海道大學醫院皮膚科見習
- 東京聖路加國際醫院皮膚科見習



質子治療 點亮兒童的希望之光

文 / 北醫質子中心主治醫師 **王威鈞**

小小鬥士，大大勇氣

台灣兒童10大死因排名中，兒童癌症仍高居第二名。在台灣地區年齡介於0到17歲的兒童中，每年約有500名左右罹患癌症。其中，血癌佔大宗，依序則是神經腫瘤（腦及脊髓腫瘤）、淋巴瘤、骨癌、神經母細胞瘤、生殖母細胞瘤、軟組織肉瘤等等。我們常說癌症是隨著環境以及時間，細胞產生變異癌化的疾病。但是兒癌有別於我們常聽到的成人癌症（例如大腸癌，乳癌，肺癌等），兒癌即使是常見的兒癌，都是相對非常罕見的癌症。這跟兒癌細胞的源起有所相關，生命的小鬥士照顧起來也需要加倍細心，我們都需要更多的勇氣。

治的好，還要健康長大

根據中華民國兒童癌症基金會的調查報告，台灣兒癌五年的存活率可以達七成以上。「抗癌鐵三角」包括手術、放射治療及藥物治療，其中質子治療是放射治療的最新趨勢，全球目前已有超過100家質子治療中心投入臨床服務，近25萬人接受質子治療。傳統的放射線治

療，除了照射腫瘤外，也會在照射腫瘤的路徑上，對於其他正常組織產生不可忽視的破壞與影響。質子治療最大特色就是他的物理特性”布拉格峰”，宛如深水炸彈般，將放射線劑量精準集中在腫瘤部位，高劑量消滅腫瘤，且幾乎不會對照射路徑上的健康組織造成傷害。智能受損，內分泌功能不全，兒童發育遲緩，或者產生第二個癌症的考可能性，以上這些放射線治療可能產生的後遺症，透過質子治療也將大幅減低。我們的希望就是這些小鬥士未來的路，能夠走的遠，並且也走的好。

一起做夢，夢會成真

北醫的質子治療機是全國第一的超導型質子治療機。加上精準科技的軟硬體設備，在在提高腫瘤治療效果；更特別的是北醫坐落在都會區，克服層層困難，開創了全球少見的全地下化質子機，不但安全實用，更重要的是讓病友們能有交通更便捷的抗癌治療，免於舟車勞頓之苦！

北醫質子中心第一例病例的治療是一位八歲小孩，脊髓部位有一個罕見惡性腫瘤，既無法手術，而且藥物治療無效，唯一能做的是放射治療，但是利用傳統的放射線治療，未來會有高比率造成併發症及生長受阻，這時候質子是治療這個小孩最好的選擇。經過醫療團隊的完整評估以及家庭會議討論，我們也非常振奮及感動，成功的利用質子射束治療這位8歲孩童。搭配多項兒童友善醫療設施以及慈善基金，在北醫，我們一起作夢，在北醫，夢會實現，夢會成真。

傳統光子放射線治療與 先進粒子放射治療比較

光子	粒子
光子治療最大的缺點為「剝不住車」，當X光對腫瘤造成傷害後，它仍會穿透腫瘤並對腫瘤後方的正常組織造成劑量。	具有布拉格峰的特性，可以最大程度保護正常組織。帶電且具質量之粒子，需要配合昂貴且精密的設備才可進行治療。

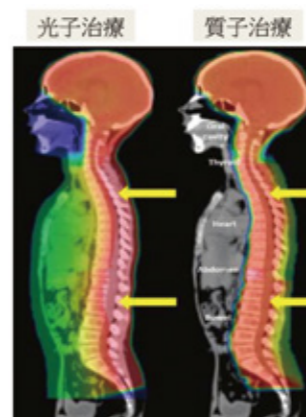
放射治療比一比

	一般放射治療	粒子放射治療
	光子	質子
物理特性(布拉格峰)	無	有
生物效應(相較於光子)	1	1.1-1.7倍
適應症	一般放療適應症	逐漸涵蓋一般放療適應症
療程	多為5-7週	和一般放療相當或略短
費用	多有健保給付	自費
優勢	配備普及率高	最大程度降低副作用

兒童腦瘤放射治療




質子治療之優點:

- ▶ 保護全身重要內臟器官
 - 口腔
 - 甲狀腺
 - 心臟
 - 肺部
 - 腹部(胃、肝、腸)
 - 骨盆(腸、膀胱、生殖器官)



質子治療降低兒童癌症放射治療副作用風險

適用於約六成的兒癌患者

 神經損傷	 生長遲緩	降低7成急性副作用 降低8成晚期副作用 降低9成二次癌風險
 內分泌異常	 二次癌症	



▲ 真實案例放射劑量比較圖



孩童嘔吐 不止是腸胃炎 勿輕忽延誤就醫

口述、審定/北醫附醫 兒科部主治醫師 **簡睦叄**
採編、撰稿/北醫大 醫學系五年級1081級實習醫學生 **許可風**

小禾是八歲的男孩。某天吃完午餐後，出現輕微噁心、嘔吐，醫生初步判斷為急性腸胃炎。服藥後嘔吐改善，但仍有些微噁心不適感，因無其他明顯異常，並未繼續就醫。一個月後，小禾突然因癲癇發作緊急送至急診。醫生診視後安排電腦斷層掃描，赫然發現腦部有一顆腫瘤，原來它才是幕後元凶。

聽到這個案例，您可能會擔心該如何判斷孩子的不適症狀是否也潛在著某些不易察覺的健康問題？會不會因輕忽而錯失了最佳黃金治療時機？本文將帶您了解兒童急性與慢性嘔吐的各種原因以及需積極就醫的警訊。

急性嘔吐原因

急性嘔吐最常見的原因就是腸胃炎。當腸胃道黏膜發炎時，會釋放訊號，刺激腦部的嘔吐中樞，引起噁心的感覺乃至於觸發嘔吐反射。其中以病毒性腸胃炎為大宗，如流行於冬季的諾羅病毒與輪狀病毒。還有由細菌引起的腸胃炎，像大腸桿菌、沙門氏菌和金黄色葡萄

萄球菌，這些常與食物中毒相關，常發生在夏季。腸胃炎通常會伴隨腹痛和腹瀉的症狀，只要注意補充水分，秉持少量多餐、清淡飲食的原則，減少腸胃負擔，在一週左右幾乎都能自行康復。

人體嘔吐中樞接收的訊號來源非常廣泛，意味著還有許多各式各樣的疾病都可能引起嘔吐。部份兒童在上呼吸道感染時會有嘔吐的症狀；罹患肺炎時，因咳嗽太劇烈也會觸發嘔吐反射；還有其他消化器官的感染，如闌尾炎、肝炎、膽囊炎、胰臟炎都可能以嘔吐症狀表現；相對少見卻非常緊急的腦炎和腦膜炎，也會因發炎以及顱內壓的升高造成急性嘔吐。

慢性嘔吐原因

慢性或週期性嘔吐的原因就更複雜了。一兩個月的嬰幼兒如常有噴射狀嘔吐，而且吐完會想再吃東西，有可能是嬰兒肥厚性幽門狹窄。幼年的孩童若嘔吐物可見膽汁染色或伴隨排便減少，就需擔心是否有腸道阻塞的問題，如腸套疊、十二指腸狹窄、腸扭轉、巨結腸症

等疾病。學齡兒童或青少年嚴重、持續的嘔吐則可能是腦部或內分泌問題所引起的，如第一型糖尿病發生酮酸中毒、腦部外傷或腫瘤引起阻塞性水腦。

還有一種稱為週期性嘔吐症候群的功能性腸胃疾病。這類病患發作時會噁心嘔吐數小時或數天，之後卻沒有任何不舒服，隔幾週又再發作，如此間歇性嘔吐長達數個月以上。

嘔吐的就醫警訊

- ▶ 嘔吐頻繁，持續超過24小時，或出現脫水跡象，例如口乾、哭時無淚、超過六小時不排尿。年齡較小的孩童，擔心其脫水，需要點滴或止吐針來緩解症狀。
- ▶ 嘔吐物不正常，帶著黃綠色（膽汁）或紅棕色的物質（血），可能表明存在腸道阻塞，需進行X光或超音波檢查。
- ▶ 發高燒超過三天。
- ▶ 腹痛劇烈或出現明顯腹脹。
- ▶ 同時有嚴重的頭痛、意識混亂、頸部僵硬、皮膚上有紅疹或瘀斑，可能是中樞神經受損的跡象，需進一步評估以排除腦部問題的可能性。
- ▶ 長期、週期性嘔吐或治療後病況沒有改善，需要檢驗電解質濃度、肝腎功能、氣血分析等，以確定是否存在代謝問題。

孩童的成長歷程，難免有些病痛，平時多關心他們的身體變化、聆聽他們對身體的感受，若有任何疑慮，尋求醫療專業人士的建議和協助。及時的診斷和正確的治療才能幫助孩童早日恢復健康。

推文

發現小朋友嘔吐背後的故事：不僅僅是腸胃炎，急性和慢性嘔吐有更多的可能原因。讓我們一起了解區辨它們的關鍵，在注意到出現不尋常症狀的時候，及時就醫，幫助孩子獲得早期診斷和適當治療，盡快恢復健康。

參考資料

1. Nelson Textbook of Pediatrics, Edition 21, Chapter 332

嘔吐
發現這些情形請儘速就醫

劇烈嘔吐，超過24小時

脫水跡象

- 口腔乾燥
- 哭時無淚
- 超過六小時未排尿

嘔吐物顏色帶綠或紅

伴隨

- 意識不清
- 高燒3天

慢性嘔吐

- 症狀週期性出現
- 治療一週完全沒有好轉

- 劇烈頭痛
- 頸部僵硬
- 皮膚不正常斑點
- 嚴重腹痛、腹脹
- 血便

兒童嘔吐的就醫警訊



113 腦賦能整合課程

(維護認知，預防衰退)



台灣老人罹患失智症盛行率接近 8%，13人即有1人罹患。您想知道如何預防失智或延緩退化，維持良好的生活品質嗎！？我們引進日本腦科學專家之腦力訓練系統，並透過專業人員帶您一起對抗認知退化，課程涵蓋肌力訓練、有氧運動、各式認知訓練項目等，透過肌力套組課程與科技腦力訓練，共同對抗身體衰退。

主辦單位 臺北醫學大學附設醫院—北醫石頭湯

參加對象 凡有興趣學習皆可參加

活動地點 台北市信義區和平東路3段341巷10號

活動費用 \$2,500元

活動報名 1. 現場報名
2. 官方LINE@報名

**每週2次課程，
每梯次共計16堂**

北醫石頭湯



ID: @131siqey

立即掃描加入好友

課程方針(詳請參閱課表)

每週三 10:00-12:00	延緩失能運動A班 /腦賦能訓練	物理治療師
每週五 10:00-12:00	延緩失能運動B班 /腦賦能訓練	體適能講師



※備註：
1. 於實際開課日前因故通知無法參加學費退九成；實際開課日後未逾1/3者，學費退五成；實際開課日後已逾1/3(含)者，不得退費。
2. 如遇天災等不可抗力因素，人事行政局公佈停止上班上課，即停課乙次不另通知，另擇日補課。

病人自主權利法

臺北醫學大學附設醫院
預立醫療照護團體諮商活動

當有一天來不及說再見時，
選擇最美姿態有尊嚴的走到終點站



符合五種特定臨床條件之一

- 末期病人
- 不可逆轉昏迷
- 永久植物人
- 極重度失智
- 其他經政府公告之重症

依自己預立醫療
決定接受或拒絕

- 1 是否維持生命治療？**
任何可能延長病人生命的措施
- 2 是否人工營養及流體餵養？**
透過導管或侵入性措施餵養食物與水份

參加對象 須為成年且具完成行為能力者，
至少邀請一位二親等家屬參與及一位見證人

地點：臺北醫學大學附設醫院
(第三醫療大樓11樓會議室)

報名方式：掃描QR code報名



報名QR Code



* 諮商當日請務必攜帶健保卡及身分證
* 團體諮商活動請預留半天時間
* 各場次名額有限 (每場報名人數須達20人以上才成行)

趕快加入我們的LINE社群吧!!

預立醫療照護諮詢專線 02-27372181轉5131游小姐





講題 糖尿病的過年飲食

日期：2024年02月02日(五) 下午13:00-13:30
地點：第三醫療大樓1F(藥局前)
講者：李嘉珮 營養師

講題 安寧療護宣導

日期：2024年02月21日(三) 下午13:10-13:50
地點：第三醫療大樓1F(藥局前)
講者：李爭伶 安寧居家護理師

講題 春節廢棄用藥檢收及慢性病旅遊用藥提醒

日期：2024年02月26日(一) 下午13:10-13:40
地點：第三醫療大樓1F(藥局前)
講者：張心倫 藥師

講題 口腔潔牙保健

日期：2024年02月26日(一) 下午15:00-15:30
地點：第一醫療大樓2F牙科候診大廳
講者：蕭禾言 醫師

課程名稱 北醫石頭湯113-T1居家照護技巧系列課程(免費)

日期：2024年02月20、27日(二) 上午10:00-11:30
地點：台北市信義區和平東路3段341巷10號1樓(北醫石頭湯)
講者：專業團隊

※講座將視疫情狀況採滾動式調整，造成不便請見諒。

小兒科健兒門診 疫苗注射

卡介苗預防注射時間：星期一下午/張家堯 醫師

疫苗注射公告：

- 1.為因應衛生局疫苗管控，施打卡介苗(BCG)者，一律採集中施打方法。(時間如上公告)
- 2.卡介苗有2小時的時效性，新生嬰兒會優先安排看診注射，欲施打其他針劑者，為避免久候，建議改掛它日健兒門診時間，以節省您寶貴的時間。

諮詢電話：(02)2737-2181分機8253

2024年2月偏鄉巡迴醫療門診表

偏鄉居民醫療諮詢 24H
☎ 02-21765226

*2/8-2/16, 2/28 偏鄉門診休診 *依健保署規範:全民健康保險西醫醫療資源不足地區改善方案/人事行政總處/當地里辦公處

時段	週一	週二	週三	週四	週五
上午 9:00 12:00	石碇區光明里 市民活動中心 (光明路12號) 2月5日(腎)、月19日 家醫科 林章賢醫師 腎臟內科 林彥仲醫師	平溪區平湖里 市民活動中心 (大湖10號) 2月6日、2月20日 泌尿科 張景欣醫師	石碇區豐田里 無極真道觀 (碇坪路2段17號) 2月7日 2月21日 家醫科 林章賢醫師	石碇區永安里 辦公處護安宮 (北宜路6段小金瓜寮3號) 2月1日、2月29日 家醫科 林章賢醫師	石碇區格頭里 市民活動中心 (北宜路5段3號) 2月2日、2月23日 小兒科/急診科 李逢卿醫師
	石碇區中民里 市民活動中心 (靜安路1段183號) 2月26日 消化內科 張甄醫師	平溪區東勢里 市民活動中心 (竿蓁林62-1號) 2月6日、2月20日(腎) 2月27日 家醫科 林章賢醫師 腎臟內科 林彥仲醫師	平溪區新寮里 里辦公處 (新寮13-1號) 2月7日、2月21日 神經外科 吳忠哲醫師	石碇區彭山里 彭山天后宮 (崩山33-3號) 2月22日 家醫科 李欣岱醫師	平溪區望古里 望古車站望古棧 (望古坑橋26-1號) 2月23日 消化內科 張甄醫師

2023年12月份捐款芳名錄

項目	補助對象	補助金額
醫療補助	財團法人麥當勞叔叔之家慈善基金會	1,125,072
	ABUNDANCE INTERNATIONAL LIMITED	1,000,000
	鄭萬來、孫玲瑩、張育芬、伍秀娟、張君照財團法人新北市私立領航社會福利慈善事業基金會	500,000
	方建富、朱咸文	288,750
	財團法人台聚教育基金會	100,000
	陳淮舟、梁白玲、財團法人台北行天宮	80,000
	財團法人南山人壽慈善基金會	66,000
	林小英	60,000
	許淑羣	50,000
	郭瑞嵩、郭吳如月	30,000
	歡樂慈善會	20,000
	吳榮娟、葉王愛、陳照姬	
	重症加護型 新生兒保溫箱*貳台	
	陳國鼎	10,800
	黃重榮、謝瓊雲、黃培城	10,000
陳泰民	7,000	
陳彥愷	6,000	
王金巡、郭瀚豐、台兒診所	5,000	
無名氏、曹麗卿、十方方法界眾生 昌御企業有限公司	3,000	
說事實國際有限公司	2,000	
無名氏	1,800	
妙音居士	1,500	
林信忠、蕭奈良、陳順發	1,000	
羅華美	600	
陳萱、曾思敏、張瑞傑、黃政照 陳磊、潘思樺	500	
陳炬秀、陳盈臻、陳昌逸、楊菘苑、李青純	300	

2023年12月份社工基金補助徵信錄

項目	補助對象	補助金額	項目	補助對象	補助金額	項目	補助對象	補助金額
醫療補助	李○樂	1,000	醫療補助	洪○彤	36,000	急難救助	林 ○	275
	劉○橙	1,000		郭○勳	36,000		陳○湊	275
	李○福	1,130		游○諺	36,000		林○苡	1,775
	李○亮	15,862		陳○伶	36,000		陳○卉	275
	李○福	30,000		蘇○如	36,000		廖○筵	275
	葉○龍	7,000		戚○發	36,000		陳○樂	275
	邱○琴	4,800		張○方	10,107		莊○扉	1,316
	王○國	20,000		林○峰	44,000		吳○睿	1,657
	林○福	13,000		林○語	198,940		蔡○竹	2,076
	鐘○林	35,000		張○達	7,500		謝○宸	2,700
	林○均	15,000		張○方	32,500		高○熙	2,950
	顏○池	6,000		陳○卿	10,200		王○橙	5,000
	吳王○桃	4,900		吳王○桃	14,400		蔡○茹	2,500
	陳○綸	10,000		沈○卉	275		鐘○茗	2,500
	賴○樂	25,000		蕭○沂	275		合計	44人次


捐款管道 【親洽社工室】歡迎您親至第三醫療大樓1樓社工室或來電詢問捐款方式
【銀行匯款】臺北醫學大學附設醫院社工基金
1.銀行：永豐商業銀行三興分行 (代號807)
2.帳戶：臺北醫學大學附設醫院
3.帳號：147004-000-32002


聯絡方式 社工室 (02) 2737-2181 分機8154 傳真電話 (02)6636-9030
※臺北醫學大學附設醫院於收到善款後將寄發收據給您，以茲誠信與感謝；敬請捐款人於匯款同時備註捐款人姓名、連絡電話以利連繫作業，感謝您！




臺北醫學大學附設醫院
TAIPEI MEDICAL UNIVERSITY HOSPITAL



 110301 台北市信義區吳興街252號

 (02)2737-2181

 <http://www.tmuh.org.tw>