與您共築「好活」人生

時常身邊有許多事業有成、家庭幸福的朋友，在接受別人欽慕眼神的時候卻悠悠地說＂健康才是真的＂。是的，＂健康是最受用的財富＂。人生有許多值得追求的夢想，但不一定要＂賣命＂追求。＂健康＂不單是一種價值，他更是一種＂態度＂，甚或一種＂信念＂。

但是，＂真正健康＂的人大約祇有 5%，而＂疾病＂狀態的人大約 20%，大部分的人是＂亞健康＂的族群。＂亞健康＂的人也許沒有什麼不舒服，但也因此疏忽了這個潛在的風險。當然，＂有病治病＂天經地義，但到了這個階段常要＂與藥為伍＂，日常的習慣，甚或享受，都必需被限制，犧牲的是生活品質。如果您有＂健康＂的態度，藉由我們的協助，發現自己處於＂亞健康＂的風險中，我們可以一起來做＂健康管理＂，藉此可積極往＂健康＂的路邁進，再不然也可以延緩走向＂疾病＂的不堪裏。

我們最怕好朋友說「沒問題啦！我壯得像頭牛。」，終日勞碌，沒有規律的生活，沒有適當的飲食。殊不知＂壯＂和＂肥＂是截然不同的樣子，＂肌肉＂和＂脂肪＂是朋友和敵人得差別。(或許是“肥得跟豬一樣”，玩笑話)。抽個血立馬分曉，您有必要排斥嗎？＂代謝症候群＂普遍存在我們周遭的人身上，我們能不提高警覺嗎？

拜科技之賜，許多高階的儀器和檢驗，可以敏銳且精準地找到病兆，早期治療而一勞永逸。眾所皆知的肺部低劑量電腦斷層，在極低的輻射量下找到非常早期，以往 X 光檢查無法偵測的病兆，再加上胸腔鏡微創手術來切除這些早期病兆，免去晚期肺癌必需施予的化學標靶治療。如此病人免受後續治療之苦，也節省＂大筆＂健保支出。＂早期診斷，早期治療，絕佳預後＂，病人之福，也是樽節健保支出的良方。

＂健康＂是一種＂狀態＂，＂健康管理＂是持續落實的＂策略＂，也是我們奉行的＂生活規範＂。我們自詡是＂健康銀行＂，您們儲蓄健康資料在我們這裏，我們有優質的團隊做您的理財專員，為您量身訂製專屬的＂健康管理專案＂。我們陪您＂上山下海＂＂飛天遁地＂過＂好活＂人生。

作者介紹

院本部

陳以書 副院長

【現 職】
- 高雄榮民總醫院副院長
- 台灣內視鏡外科醫學會榮譽理事長
- 教育部部定副教授

【經 歷】
- 高雄榮民總醫院健康管理中心主任
- 高雄榮民總醫院一般外科主任

【學 歷】
- 國立陽明大學醫學士

【專 長】
內視鏡手術 / 肝膽外科 / 消化系外科 / 內分泌外科 / 乳房外科 / 營養治療