

高雄榮總

2017

南台免字第2972號

中華郵政第1187號執照登記為雜誌交寄



屏東分院醫訊

(原龍泉榮民醫院)

中華民國106年12月份第84期

Merry Christmas



- 難以啟齒的小便問題~前列腺肥大
- 惱人的泌尿道感染
- 眼袋切除手術，告別老態疲憊樣
- 秋高氣爽的秋季，是進行狐臭手術最佳的季節
- 頭部外傷，「照一下」真的沒關係嗎？
- 好發於年輕人的肛門疾患~藏毛竇
- 以管窺腹內洞天，淺談微創手術

- 癌症篩檢的重要性
- 術後止痛新選擇：超音波導引神經阻斷術
- 近視知多少
- 第九屆TCHA品質指標措施暨品質持續改善海報成果發表會
- 106年志工表揚暨分享餐會



本院為無菸醫院室內外全面禁菸



屏東分院醫訊

目錄 2017 中華民國106年12月份第84期

- ◆ 難以啟齒的小便問題～前列腺肥大02
- ◆ 惱人的泌尿道感染03
- ◆ 眼袋切除手術，告別老態疲憊樣04
- ◆ 秋高氣爽的秋季，是進行狐臭手術最佳的季節05
- ◆ 頭部外傷，「照一下」真的沒關係嗎?06
- ◆ 好發於年輕人的肛門疾患～藏毛竇07
- ◆ 以管窺腹內洞天，淺談微創手術08
- ◆ 106年11月份門診時間表10
- ◆ 癌症篩檢的重要性13
- ◆ 術後止痛新選擇：超音波導引神經阻斷術14
- ◆ 近視知多少15
- ◆ 第九屆TCHA品質指標措施暨品質持續改善
海報成果發表會17
- ◆ 106年志工表揚暨分享餐會19



中華民國一百年一月創刊
 發行人：趙建剛
 社長：杜明勳
 副社長：謝鈺琦
 總編輯：黃文宏
 執行編輯：翁瑞文
 副總編輯：汪弘道
 黃森亭、黃文宏、周美嘉
 江妮娜、舒曼姝、張素惠
 郭經坤、黃岫、呂怡芬
 編輯幹事：黃鈺君

地址：屏東縣內埔鄉龍潭村昭勝路安平一巷一號
 電話：08-7704115
 網址：www.vhlc.gov.tw
 申訴專線：08-7704641
 承印廠商：巨達印刷事業股份有限公司
 電話：07-8215185
 地址：高雄市前鎮區新強路 19 號



常見詐騙案例犯罪手法及預防方式一覽表

政風室提供



詐騙犯罪手法 假賣家以“發還詐騙金額”二度詐財，被害人被剝兩層皮！

預防方式

臺北市張小姐於12月底，在○○拍賣花了2,000元購買拍立得底片卻沒收到貨。為了避免冤枉人，張小姐僅先向○○拍賣檢舉而尚未向警方報案，檢舉完隔日就接到自稱○○拍賣客服人員來電，稱先前遭詐騙金額已凍結並可以退還，行政院金管會的人將主動與其聯絡。

警方呼籲對於遭到警示之人頭帳戶，帳戶所屬銀行會依「銀行對疑似不法或顯屬異常交易之存款帳戶管理辦法」第5條規定程序，將匯入款項以退匯方式退回匯款行，絕不會由金融監督管理委員會人員出面處理，詐騙被害人如有任何相關退款問題，可逕向匯入帳戶所屬分行洽詢。如有任何疑問，最好立即撥打165反詐騙專線查證。

5分鐘後自稱金管會韓專員來電，稱將退還2,000元，並請張小姐至附近銀行提款機查詢，張小姐查詢後發現並無退款，歹徒要求張小姐依指示操作「才能進系統進一步查詢」，張小姐依指示操作，匯出2筆29,989元後，才驚覺遭詐騙報案。

【竊電檢舉管道宣導】

民眾如發現竊電行為，請向臺電屏東區營業處舉發，經查獲成案者，可獲得追償金額10分之1檢舉獎金，每筆檢舉獎金最高新台幣10萬元，檢舉人身份並依法保密，檢舉專線：08-7324243。

【反毒宣導標語】

大眾的安全靠你維護，絕不要輕易吸毒

【反貪宣導】

營造全民貪污「零容忍」，加強宣導廉政檢舉專線0800-286-586及檢舉者保護機制

【機密維護宣導短語】

洩密之害生於疏忽，保防成功在於預防

【機關採購宣導】

底價於決標前應予保密

【攜手向廉 無所不能】

法務部「我爆料廉政檢舉專線」02-23167586(惡習依舊，欺我爆料)

檢舉專線：電話為「0800-286-586」(0800-你爆料-我爆料)

輔導會政風檢舉電話：02-27571700

政風信箱：龍泉郵政二十一號信箱

高榮屏東分院政風檢舉電話：08-7704641

政風室電子郵件：ethdep@mail.vhlc.gov.tw

本院宗旨、願景、核心價值

宗旨：提供優質醫療，服務偏鄉弱勢，照顧榮民榮眷。

願景：優質健康促進醫院、實踐全人照護醫療。

核心價值：健康、共榮、品質、關懷。

一、掛號時間：

(一) 現場掛號時間表如下：

時間	上午	下午	晚上 (週一至週四)
週一至週五	掛號 07:30 ~ 11:30 看診 08:30 ~ 12:00	掛號 13:00 ~ 16:30 看診 14:00 ~ 17:00	掛號 18:00 ~ 20:00 看診 18:30 ~ 20:30
星期例假日或國定假日	急診		

(二) 人工電話門診預約服務時間：週一至週五 上午08:00~11:30 下午13:00~16:30

(三) 當天看診只能現場掛號，不接受人工電話預約，不便之處請包涵。

(四) 網路掛號與語音掛號為24小時服務 (僅複診民眾，初診民眾請至櫃台掛號。)

二、服務專線：

(一) 人工電話預約專線：(08) 770-2212 (二) 免付費電話：0800-087-181

(三) 本院網址：www.vhlc.gov.tw

惠民基金會屏東分院專戶

捐款帳號：**41036781**

戶名：財團法人惠民醫療救濟基金會屏東分院專戶

*** 路線更新 ***
搭乘民眾請留意
乘車時間及地點

※自100年4月1日起實施

榮民榮眷社區健康服務車行程表

水門線 (每週一上午)	07:30 本院出發	07:45 南三和公車站	07:50 三和村長辦公室	07:55 北三和公車站	08:00 水門車站	08:05 北葉	08:10 隘寮村順天宮	08:15 黎明村玄武宮	08:20 本院				
潮州線 (每週二上午)	07:25 本院出發	08:00 潮州新村辦公室	08:10 潮州鎮衛生所	08:30 萬巒鄉衛生所	08:40 內埔鄉公所	08:50 東勢村南北巷活動中心	09:00 東片村九龍墩伯公廟	09:10 本院					
客語就醫無障礙 客家村莊路線 (每週三上午)	08:00 本院出發	08:20 豐田	08:30 內埔中華電訊	08:35 內埔保齡球館	08:40 內埔衛生所	08:42 內埔鄉公所	08:44 內埔媽祖廟公車站	08:46 東勢南北巷	08:48 東勢村7-11	08:55 東片村伯公廟	09:00 本院		
屏東眷村線 (每週四上午)	06:50 本院出發	07:20 崇大新城	07:30 大鵬七村(凌雲二村)	07:50 麟洛鄉公所	08:00 大新村青龍宮	08:05 大新村加油站	08:10 本院						
高雄農場線 (每週四上午)	07:30 本院出發	08:05 里港鄉信國村	08:10 里港鄉定遠村	08:40 長治老人文康中心	08:45 黎明國小	08:50 本院							
麟洛內埔線 (每週五上午)	07:30 本院出發	07:40 麟洛鄉公所對面	07:45 豐田村郵局對面	07:55 內埔電信局對面	08:00 內埔天后宮媽祖廟車站	08:03 內埔鄉公所對面	08:10 學興路口7-11	08:15 燈籠花社區巧曼美髮對面	08:20 內埔福德祠老人聚會所	08:25 內埔鄉衛生所	08:30 育英國小早餐店	08:35 屏科大錦發商號	08:50 本院

屏東公車時間表

往程			返程		
屏東	內埔	龍泉	龍泉	內埔	屏東
06:50	07:10	07:25	06:05	06:20	06:40
07:45	08:05	08:20	06:25	06:40	07:00
08:30	08:50	09:05	06:30	06:45	07:00
09:30	09:50	10:05	07:10	07:25	07:45
10:30	10:50	11:05	08:20	08:35	08:55
12:30	12:50	13:05	09:40	09:55	10:15
13:50	14:10	14:25	10:45	11:00	11:20
14:30	14:50	15:05	11:40	11:55	12:15
15:00	15:20	15:35	12:30	12:45	13:05
15:10	15:30	15:45	13:40	13:55	14:15
16:25	16:45	17:00	15:00	15:15	15:35
16:50	17:10	17:25	16:00	16:15	16:35
17:10	17:30	17:45	16:45	17:00	17:20
17:50	18:10	18:25	17:30	17:45	18:05
19:10	19:30	19:45	17:45	18:00	18:20
20:10	20:30	20:45	18:10	18:25	18:45
20:40	21:00	21:15	18:45	19:00	19:20
21:45	22:05	22:20	19:45	20:00	20:20
			20:55	21:10	21:30

※最新時刻表以屏東公車站公佈為主

作者簡介

- 學歷** ▶ 國立陽明大學醫學士
國立中山大學生物科學研究所碩士
- 經歷** ▶ 高雄榮總外科部住院醫師
高雄榮總泌尿外科總醫師
高雄榮總屏東分院泌尿外科主治醫師
教育部部定講師
國立屏東科技大學講師
美和科技大學講師



外科主任

黃文宏

難以啟齒的小便問題~前列腺肥大

在泌尿科門診，有位老伯伯向醫師說：「醫師，最近我常常覺得小便變細，解得不順暢，有阻力，解完後又覺得沒有排乾淨。有時候尿完後又會滲一些尿液到褲子上，所以褲子上都會有尿騷味，平時都不敢穿淺色的褲子。有時候尿急時，還沒到廁所，會控制不住尿意。晚上也睡不好，因為每兩三個小時都要起床小便，長久下來，白天沒精神，生活品質受影響。」

泌尿科門診上了年紀的男性病人，如果有上述老伯伯相似的困擾，就要考慮是否有前列腺肥大的問題。

前列腺如核桃般大小，位於膀胱與尿道的連接處，圍繞在尿道的外圈，形成後尿道的一部份，前列腺的體積隨著年齡的增長而變大。前列腺肥大的原因至今未明，一般認為男性賀爾蒙與年齡是主要因素。

前列腺肥大的症狀，主要來自於肥大的前列腺造成尿道的阻塞。由於阻塞的關係，使得解尿變細且無力，常解解停停，常有尿不乾淨的感覺。另外，也因為肥大的前列腺刺激膀胱，造成頻尿、夜間排尿次數頻繁影響睡眠、急尿等症狀。

膀胱因為長時間的增壓而變肥厚，其容量因

而減小。當膀胱無法抵消阻塞帶來的阻力時，會出現膀胱無力，甚至會出現尿滯留，最後非要插管導尿不可。

前列腺肥大的治療，大致上分為兩大類。

一、觀察及藥物治療：

只在健康檢查中發現者，可先行觀察，無須治療。唯須定期檢查，以確定未惡化或出現癌症的變化。若已開始出現小便困難等症狀，則應進行藥物治療。

二、手術治療：

一旦藥物已無法改善症狀，且出現大量血尿，反覆發生尿滯留及尿路感染，甚至腎功能受損，膀胱結石等狀況時，應立即接受手術。

經尿道內視鏡前列腺刮除術是針對前列腺肥大最常進行的手術，具有比傳統開刀安全，流血少，恢復快等優點。近來由於醫療設備日益更新，如雷射手術等更能避免了傳統電燒切割可能併發的水中毒的風險，大大減少手術的死亡率，以及減少術後恢復的時間。

作者簡介

- 學歷** ▶ 國立陽明大學醫學士
國立中山大學生物科學研究所碩士
- 經歷** ▶ 高雄榮總外科部住院醫師
高雄榮總泌尿外科總醫師
高雄榮總屏東分院泌尿外科主治醫師
教育部部定講師
國立屏東科技大學講師
美和科技大學講師



外科主任

黃文宏

惱人的泌尿道感染

泌尿系統感染是常見的感染性疾病，尤其是急性膀胱炎最為普遍。雖然男女都有可能發生，但通常在婦女較常見，而男性則多發生在老年人身上。根據統計，每十個婦女中即有2-3個曾患有膀胱炎痛苦的經驗。

在正常的情况下，泌尿系統是無菌的，一旦受到細菌的入侵即可能引發感染而造成發炎。女性的膀胱炎大多是細菌由尿道上行入侵，與男性是由其它鄰近的器官傳染而有所不同。

膀胱炎所出現的主要症狀包含：下腹部悶痛不適、小便酸痛、頻尿、急尿、尿失禁等症狀，有些患者甚至出現血尿現象，困擾的是此病相當容易再復發。

女性膀胱炎發生原因大多與生活習慣及生理結構有關。女性尿道長度大約只有4公分，且開口在陰道及肛門附近，而肛門周圍常有大量的大腸桿菌。婦女膀胱炎百分之八十都是受此桿菌感染引起，由此可說明膀胱炎常與日常的清潔方式有密切的關係。如何預防膀胱炎，我們建議有下列各點：

一、多喝水：

正常的尿液是無菌的，但它是細菌極優良的培養場所，一旦受到細菌入侵，即可在此存活而繁殖。建議每天多喝水至少兩千c.c以上，可減少膀胱及尿道細菌入侵的機會。

二、勿憋尿：

正常的膀胱表皮黏膜有抵抗細菌感染的功能，而憋尿會使膀胱充血，因而造成細菌在此環境下有很好的增生機會。而且過度憋尿亦會造成膀胱無法完全排空，更增加了感染的可能性。

三、注意個人衛生：

女性的陰道及肛門均附生很多的細菌，因此如何減少此兩個器官上的細菌感染到尿道非常重要，因此在大便及性生活後以清水由前往後沖洗，或將衛生紙由前往後擦拭可減少將大腸桿菌帶入尿道的機會。不過如使用過多清潔液沖洗陰道反而使正常的菌落受到破壞，易造成頑強的感染疾再發病的可能。

四、避免過分勞累：

因過分勞累會引發身體的抵抗力下降，增加細菌感染的機率。

五、停經後之婦女可考慮以適當補充荷爾蒙：

更年期後的婦女因長期女性荷爾蒙不足，引發尿道黏膜萎縮變薄，對細菌的抵抗力變差而造成膀胱發炎的機會增加。如適量補充女性荷爾蒙則可改善此情況。

六、生理期的衛生保養：

女性在生理期使用衛生棉等用品比較會造成局部不透氣的情形及滋生細菌，因此勤於更換可降低感染的可能性。

作者簡介

學歷 ▶ 高雄醫學大學醫學系

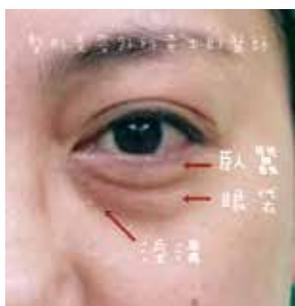
經歷 ▶ 高雄榮民總醫院整形外科總醫師
高雄榮民總醫院屏東分院主治醫師
高雄榮總美容中心特約主治醫師



醫師

黃士財

眼袋切除手術，告別老態疲憊樣



眼袋常常與淚溝如影隨行，眼袋是指眼眶下緣膨出，而淚溝是在眼袋內緣的凹陷。大大的眼袋加上深深的淚溝，常常會讓人有種老態、精神不濟，沒睡飽的感覺。在熟齡及年輕族群都有機會出現眼袋及淚溝，不過成因不太一樣。

（一）年輕型眼袋：

年輕族群的眼袋大多是源自於遺傳，但因長時間使用電腦，用眼過度加速導致下眼組織浮腫，加重眼眶筋膜及淚溝韌帶提早鬆弛。可使用眼袋內開手術來處理，效果好且持續長久。目前內開型眼袋手術，可以使用「內開式眼袋移位+筋膜修補」，其手術具有以下特點：

- （1）經結膜內開式手術，外表無切口及疤痕。
- （2）可消除眼袋，保留臥蠶，改善淚溝及黑眼圈。

（二）熟齡型眼袋：

而熟齡族則是因為下眼瞼的膠原蛋白流失及「皮膚鬆弛無力」，而造成眼袋脂肪凸出，使得淚溝更明顯。因此需使用「外開式眼袋移位+多餘皮膚切除」，其手術具有以下特點：

- （1）可同時改善眼袋及淚溝。
- （2）經下眼皮皮膚切口，一開始會紅紅的痕跡，約一個月會淡化不明顯。
- （3）有皮膚切口，可切除多餘皮膚，改善下眼皮鬆馳細紋。



另外，臨床上少數的眼袋術後併發症有以下狀況：（1）下眼瞼外翻（2）下眼瞼退縮（3）眼眶內出血血腫（4）視力下降或失明（5）術後感染（6）淚道損傷、溢淚（7）斜視、複視（8）角膜損傷（9）下瞼凹陷（10）睫毛脫落排列不整（11）疤痕明顯。

作者簡介

學歷 ▶ 高雄醫學大學醫學系

經歷 ▶ 高雄榮民總醫院整形外科總醫師
高雄榮民總醫院屏東分院主治醫師
高雄榮總美容中心特約主治醫師



醫師

黃士財

秋高氣爽的秋季， 是進行狐臭手術最佳的季節

終於又熬過了一次汗流浹背的夏季，在過去這個夏天，您是否因為腋下的異味，而不敢穿無袖洋裝或是背心呢？是否因為這樣的味道，讓你害怕接觸人群，害怕會流汗而不敢運動，而總是不敢跟別人靠的太近呢？那你是否應該把握這次即將來臨的秋天，勇敢的跟惱人的狐臭揮手說再見，讓明年的夏天再也不用躲躲藏藏遮遮掩掩了呢？一般秋天人體出汗較少，在此時進行狐臭手術，容易保持腋下皮膚乾燥，不但有利於傷口癒合，而且還能避免傷口感染；再加上這個季節穿的衣服漸漸增多，更加不易被別人察覺做了狐臭手術。

腋臭症的成因主要來自腋下的「頂漿腺」所分泌的蛋白質，經由汗水及細菌的發酵作用，產生一種特殊的味道，因為像狐狸的臭味，一般稱之為「狐臭」。其實頂漿腺一般大家都有，但有腋臭的人，在青春開始後頂漿腺會特別發達，而又因為夏天腋下容易悶熱流汗，所以在這個時候特別有味道。

目前治療狐臭的方式有許多種，包括電燒、雷射治療，還有施打肉毒桿菌都能達到治療效果，不過如果無法把頂漿腺清除乾淨，還是會持續出現異味。目前的治療主流為使用頂漿腺旋轉刀刮除手術，刮除率可達90%，算是目前清除率最高的治療方式。旋轉刀像一根細細的吸管一樣，手術時將這根吸管伸到皮下，可將皮下的頂漿腺刮下來並一併吸取出來。

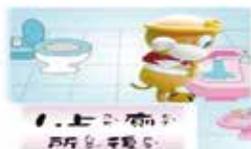
頂漿腺旋轉刀刮除手術，手術過程一般採局部麻醉：

- (1) 傷口疤痕小，藏於腋下皺折中
- (2) 可有效清除九成以上的頂漿腺，消除異味。
- (3) 術後會有短暫疼痛及不方便，約術後10天腋下不碰水。
- (4) 術後不會有代償性多汗的問題。
- (5) 術後三、四週需回復肩膀、上臂的完全活動。
- (6) 少數術後會有血腫、傷口邊緣癒合不良、傷口裂開的併發症。

健康洗手則免~556

肥皂勤洗手病毒快快走

洗手時機



2. 換衣服、擦鞋、擦錢包



4. 看醫生、接電話、出門前



作者簡介

學歷 ▶ 高雄醫學大學醫學系畢業
經歷 ▶ 高雄榮民總醫院住院醫師
高雄榮民總醫院主治醫師
急診專科醫師



醫師

吳旻浚

頭部外傷， 「照一下」真的沒關係嗎？

某日晚餐飯後，一對著急的年輕夫妻帶著一個小男生衝進急診室，慌張地說：「醫生醫生，我兒子從樓梯上跌了下來，哭了一下，頭皮腫起來，怎麼辦？」急診醫師詢問病史，是個4歲大的男童，玩耍時不慎跌倒，從床上摔了下來，撞到了頭，哭鬧了一陣，安撫後可回復安靜。醫師做了身體檢查：頭皮有一個3*4公分的紅腫，無撕裂傷，進一步的神經學檢查並無異常。於是安排顱骨X光檢查，結果並未看到明顯骨折。醫師向媽媽解釋檢查結果，但是她不放心地說：「真的沒問題嗎？要不要再照一下腦部電腦斷層檢查？」

這就是台灣民眾最喜歡的「照一下」，然而「照一下」真的沒關係嗎？文獻指出，一次電腦斷層的輻射線暴露量是X光檢查的十倍甚至百千倍。許多癌症的研究也指出了放射線與致癌的風險關聯。據統計，國內每年做電腦斷層的人數超過百萬人，且每年以10%的速度成長！

究竟如何在能正確診斷疾病的前提之下，減少民眾對輻射的暴露，是醫療專業人員努力的目標。因此，台灣神經外科醫學會所制定了台灣版的「輕度及嚴重頭部外傷治療準則」來做為指引與參考。雖然輕度頭部外傷接受電腦斷層檢查的準則目前並沒有絕對的標準程序。目前的建議，

有下列症候時可予以頭部電腦斷層檢查：

- 1.受傷後兩個小時，沒有恢復到完全清醒。
- 2.疑似有顱骨骨折的現象。
- 3.顱底骨折的癥候（腦脊髓液鼻漏、耳漏）。
- 4.局部神經學異常。
- 5.癲癇。
- 6.嚴重顏面損傷。

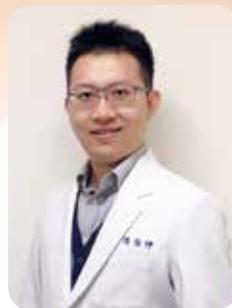
台灣神經外科醫學會也提供更多的建議，當病患有2次以上的嘔吐，年齡大於65歲或小於2歲，合併有藥物或酒精過量，持續嚴重瀰漫性頭痛，傷後失憶30分鐘以上，經歷危險的受傷機轉（例如行人被機動車撞擊、乘客被拋出車外、從大於1公尺或5個階梯以上高度跌落），凝血異常，多重創傷或開顱病史時，臨床醫師可以根據病人情形與臨床經驗來決定是否安排進一步的影像學檢查。

因此，醫師告訴這位媽媽，目前暫時不需要接受電腦斷層檢查，但是可以考慮在醫院觀察數小時，如無異樣便可以回家。回家後仍然要注意生活作息是否有變化，因為延遲出血的仍有可能，如有異常則要儘速回來就診！

作者簡介

學歷 ▶ 國防醫學院醫學系畢業

經歷 ▶ 高雄榮民總醫院外科部住院醫師
高雄榮民總醫院直腸外科總醫師
台灣外科醫學會專科醫師



醫師

陳柏仲

好發於年輕人的肛門疾患 ～藏毛竇

夏天到了，常有年輕病患到門診求診，抱怨肛門附近時有分泌物，且氣味不佳，易引起他人注意。嚴重時，局部紅腫熱痛甚至有發燒情形。在診間，可以看到病灶位於尾椎下方及肛門上方之間，擠壓可見黃色惡臭液體經小孔洞滲出。經手術治療確診為「藏毛竇」。

藏毛囊腫如無繼發感染常無症狀，只是薦尾部突起，有的感覺薦尾部疼痛和腫脹。通常主要和首發症狀是在薦尾部發生急性膿腫，局部有紅、腫、熱、痛等急性炎症特點。多自動破出流膿汁或經外科手術引流後炎症消退，少數引流口可以完全閉合，但多數表現為反覆發作或經常流水而形成竇道或瘻管。

藏毛竇靜止期在薦尾部中線皮膚處可見不規則小孔，直徑約1mm~1cm。周圍皮膚紅腫變硬，常有癍痕，有的可見毛髮。探針探查可探入3~4mm，有的可探入10cm，擠壓時可排出稀淡臭液體。急性發作期有急性炎症表現，有觸痛和紅腫，排出較多膿性分泌物，有時發生膿腫和蜂窩組織炎。

大部分診斷的方式是經由臨床症狀及手術發現確診，容易和肛門周圍皮樣囊腫（Epidermoid cyst）混淆。

藏毛竇好發於10到20幾歲的年輕人，25歲之

後的發生率會下降，在40歲之後就幾乎很罕見。

發病的平均年齡：男性21歲，女性19歲，女性發生年齡較早可能與女性青春期較早有關係。藏毛疾病的男女患病比例約為3至4:1，但在孩童恰好相反，女孩較常發生，也是4:1。

形成藏毛疾病的危險因子包括：

- (1) 毛髮：多毛、毛髮特徵（例如毛髮的卷曲度、粗糙度、生長速度）
- (2) 性別：成年男性
- (3) 職業與習慣：司機、坐著工作的人、臀部常摩擦
- (4) 較深的股溝、股溝內生長毛髮
- (5) 肥胖
- (6) 局部創傷
- (7) 個人衛生習慣
- (8) 白種人比黃種人、黑人更易發生。

據統計，罹患藏毛疾病者，有38%具有家族病史，且肥胖者較易復發。

治療藏毛竇有許多手術方法，但是沒有任何一個方法是100%有效的。大多數手術治療的成功率在90%以上，傷口再次復發率依然有10%左右。目前傳統使用Bascom博士所發表的治療方式可以得到最低的復發機會。敝人於本院服務期間亦完成兩例成功手術經驗。

作者簡介

學歷 ▶ 臺灣大學醫學系

經歷 ▶ 臺北榮民總醫院外科部住院醫師
臺北榮民總醫院一般外科住院總醫師
臺灣外科醫學會專科醫師



醫師

蔡易臻

以管窺腹內洞天， 淺談微創手術

過去的外科醫師有句名言：「Big Surgeon, Big Wound」，意指有大切口，才有足夠的視野能夠完成複雜的手術。但隨著日新月異的科技進步，微創的內視鏡手術已逐漸取代過去的大傷口，成為近代外科手術的趨勢。

醫學的內視鏡歷史其實由來以久，早在1806年時就有泌尿科醫師用燭光反射的直式內視鏡檢察膀胱，19世紀到20世紀初期也用直式的腹腔鏡至腹內做視察診斷。直到20世紀中期光纖引進，婦產科醫師Kurt Semm發展自動充氣設備及各種內視鏡手術器械，1980年代起，各種內視鏡手術有如雨後春筍般快速被各領域的醫師使用。英國醫生John EA Wickham於1984年更建立微創手術（Minimally invasive surgery）這個名詞。

所謂微創，不是創傷很小，而是使用小傷口透過內視鏡及各種影像技術的輔助，完成體內的各種手術，科技跟儀器的進步，過去各種複雜手術，許多都能在內視鏡下完成，包括肝臟切除、胰臟切除、甚至心臟瓣膜置換都有人能以微創手術執行。相較傳統手術，微創手術本身有傷口小、恢復快的特性，創傷程度減少，大幅減少

感染、疼痛及住院時間，使病患可以更快回到工作崗位及日常生活。

以腹部手術為例，在全身麻醉的情形下，醫師先在腹腔打洞，打入二氧化碳讓腹腔膨脹，再伸入內視鏡及其他器械。因內視鏡能放大影像，並直接投影在螢幕上，甚至能做到比以前更精確的切除及縫合。此外，還有腹腔鏡專用的腸道吻合器，在腹腔內也能進行消化道的切除或吻合，還有止血夾、止血釘，可以夾住血管達到類似開腹手術時以綁線結紮血管的功能。市面上還有腹腔鏡專用的超音波刀、雙極電燒等等能量器械，讓手術更迅速的進行。

近年來，還有機器人手臂輔助手術，提供高解析立體的手術影像，機器人手臂關節活動度比腹腔鏡器械更高，能進行更複雜、更高難度的手術。最早，機器人輔助手術是NASA（美國太空總署）設想太空人萬一需要緊急手術，讓醫師藉著遠距視訊操縱機器人手臂，執行萬里之外的外太空的手術，而美國國防部也想利用遠距機器人手術，來替戰地的傷兵手術，除了提高軍醫的安全，也降低戰地醫務的成本。演進至今，美國手

術中已有15%採用機械手臂，預計未來5年內將達到30%；全世界又走在美國之後，目前只有5%到10%的手術使用機械手臂執行，未來還有很大的成長空間。

不過健保的環境之下，大部分的內視鏡器械或耗材都需要病人自費，但以歐美的醫療環境來說，住院費用昂貴，內視鏡手術減少的住院時間及帶來的好處而言，整體來說還是比傳統花費還少。

然而並非所有手術皆能用微創執行，如嚴重的手術後沾黏使得手術困難、嚴重發炎導致解剖構造異常者、手術視野或角度侷限，會使內視鏡手術無法順利進行，甚至在微創手術進行時，也可能碰到不可預期的狀態，以腹部微創手術而言，如果有解剖構造異常造成大出也需改成傳統開腹手術，傳統的手術還是有其地位。如果有任何疑問，還是需諮詢相關專科醫師為佳。

勇敢吹哨
BLOW AWAY THE CORRUPTION

檢舉貪瀆是勇敢的英雄行為
We need you to fight against corruption with us.

不法 Get Out!

其他多元檢舉管道：
Multi-Channel of whistle-blowing

電話 02-2562-1156
臺北郵政14-153號信箱
傳真 gechief-p@mail.moj.gov.tw
臺北市中山區松江路318號2樓

檢舉獎金
最高新臺幣
1000萬

24小時廉政專線
24-hour Integrity Hotline

0800-286-586
The reward of whistle-blowing is up to 10 MILLION NTDS!

法務部 廉政署
MINISTRY OF JUSTICE



掛號時間：週一至週三、週五上午07：30～11：30 週四上午07：00～11：30 週一至週五下午13：00～16：30 夜診1

星期		一			二		
科別	時段	上午	下午	夜診	上午	下午	夜診
內科	內科(一診)	蘇經凱 (胸腔內科)	劉士煒 (肝膽腸胃科)		歐世祥 (腎臟科)	林偉政 (感染科)	
	內科(二診)	黃森亭 (胸腔內科)	歐世祥 (腎臟科)	黃森亭			張慧騏
	內科(三診)				蔡宇軒 (新陳代謝科)		
	內科(五診)						
外科	外科(七診)						
	外科(八診)	黃文宏	陳柏仲 (直腸外科)	值班醫師	黃文宏	陳柏仲 (直腸外科)	值班醫師
	泌尿外科(八診)	黃文宏			黃文宏		
	外科(九診)						
	骨科(七診)	陳澍群			陳澍群		
	骨科(十一診)		約診		李勝吉		
復健科	復健科(復健大樓)	周美嘉			周美嘉		
身心科	身心醫學科(十診)	汪弘道 (失智門診)	蔣淑鈺	值班醫師	彭素玲	蔣淑鈺	
	兒童心智科(十診)				彭素玲		
	身心醫學科(十一診)						
	家醫科(十三診)	陳姿君 (緩和醫療特別門診)					
	高齡醫學整合門診	陳姿君 (十三診)					
	職業醫學科(十三診)						
	婦產科(2F) 女性整合門診(2F)	吳志南				吳志南 (更年期問題門診)	
	小兒科(三診)		陳宛琳		陳宛琳 (十三診)	陳宛琳	
	皮膚科(三診)						
	耳鼻喉科(五診)					劉昱希	
	眼科(六診)				劉俊賢 (醫學美容)		劉俊賢 (醫學美容)
	一般牙科	葉丁毓	黃秀美		張哲維	黃秀美	
	家庭牙科						
	戒菸門診		黃森亭 (十三診)			林偉政 (一診)	
	營養諮詢						

一	二	三	四	五	六	日
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

★門診公告：

- ◎營養諮詢需由各科門診醫師轉介約診。
- ◎本院提供健檢服務(08-770-4115轉766)
- ◎有註記 之醫師均接受戒菸門診。

106年12月份門診時間表

*本門診表僅供參考，看診醫師以當日派診為主。

第84期

8:00~20:00門診時間：晨間上午07:30~08:30 上午08:30~12:00 下午14:00~17:00 夜診18:30~20:30

三			四				五	
上午	下午	夜診	晨間	上午	下午	夜診	上午	下午
	林偉政 (感染科)			張慧騏 (神經內科)			蘇經凱 (胸腔內科)	
劉士煒 (肝膽腸胃科)	羅崇誠 (緩和醫療特別門診)	劉士煒		黃森亭 (胸腔內科)	羅崇誠 (緩和醫療特別門診)	陳姿君	張慧騏 (神經內科)	劉政傑 (一般內科)
洪正中 (心臟內科)								
黃文宏	黃土財 (整型外科、醫學美容)	值班醫師		宋景之 (一般外科)	蔡易臻 (一般外科)	值班醫師	黃土財 (整型外科)	羅秀雄
黃文宏								
陳澍群				李勝吉	PRP再生醫學門診 (約診)(12月28日)		李勝吉	
周美嘉								
彭素玲	蔣淑鈺			彭素玲	汪弘道	值班醫師	汪弘道 (失智門診)	汪弘道
彭素玲				彭素玲	汪弘道			汪弘道
趙建剛					汪弘道 (替代療法)			
陳姿君 (緩和醫療特別門診)			劉政傑 (九診)	劉政傑 (緩和醫療特別門診)	杜明勳			
陳姿君 (十三診)				黃森亭 (二診)				劉政傑 (二診、緩和醫療特別門診)
							陳照臨	
邱士芸				吳志南			吳志南	
					陳宛琳			
				曾慧文(三診) 僅12/7及21日看診	曾慧文(五診) 僅12/7及21日看診			
							吳丕雄 (聽力檢查)	
劉俊賢 (醫學美容)				劉俊賢 (醫學美容)			劉俊賢 (醫學美容)	
黃秀美				黃秀美	林易岳 (特需口腔照護門診)		黃煜程	黃秀美
	陳惠美 (營養師)			李惠玲 (營養師)				

★駐診醫師門診時間公告：

◎牙科—葉丁毓醫師星期一上午，張哲維醫師星期二上午，林易岳醫師星期四下午2:30~5:00
黃煜程醫師星期五上午。黃秀美醫師上午限診10人、下午限診7人。
◎皮膚科—曾慧文醫師，僅星期四上下午一天(12/7、12/21)。(高雄榮總主治醫師)

★服務專線：

(一)人工電話預約專線：(08)770-2212
(二)免付費電話：0800-087-181(限上班時段)
(三)本院網址：www.vhlc.gov.tw

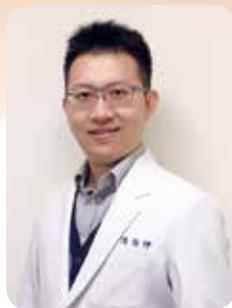
高雄榮民總醫院屏東分院看診病症參考表

科別	服務項目
一般內科	凡15歲以上感覺身體不舒服皆可看診。各種慢性疾病、中老年人疾病。常見疾病的預防與診治（如潰瘍、便秘、感冒、頭痛等）、慢性病繼續治療（如高血壓、糖尿病、腦中風、心臟衰竭）、異常檢驗結果分析及診治。
胸腔內科	咳嗽、咳血、支氣管炎、哮喘、肺癌、肺結核、肺炎、呼吸困難、肺氣腫、支氣管擴張等各種肺部疾病
心臟內科	高血壓、胸痛、呼吸困難、心律不整、狹心症、心肌梗塞、心悸、心肌病變、昏厥、心臟衰竭、水腫、血脂肪過高、先天性心臟病、冠狀動脈疾病、瓣膜性心臟病、心包膜疾病。
肝膽胃腸科	腹脹、腹瀉、腹痛、食慾不振、胃酸過多、胃潰瘍、胃出血、肝炎、肝硬化、肝癌、肝膽結石、解黑色糞便、大便不規則、吐血、吞嚥困難、皮膚發黃。
腎臟內科	尿毒症、蛋白尿、腎結石、血尿、水腫、腎臟炎、洗腎。
神經內科	腦中風、頭暈、頭痛、四肢麻木、顫抖。
家庭醫學科	整個家庭成員，無論男、女、年老、小兒、孕婦之各類疾病篩檢、診斷和治療、高血壓、糖尿病、關節炎、骨質疏鬆等老人醫學及安寧照顧；以及衛生保健預防醫學和各種身體檢查。
一般外科	一般外傷、疝氣（脫腸）、手汗症、食道疾病、消化道疾病、皮膚腫瘤、乳房檢查及腫瘤、腹痛、腹脹、嘔吐、黑便而內科治療無效者。腹部腫塊、阻塞、闌尾炎、疝氣（脫腸）、黃疸、膽結石、肝腫瘤、胰臟腫瘤、乳房疾病、甲狀腺腫塊或合併易出汗心悸等症。體表腫瘤、膿瘍、及各種傷口處理。
肝膽外科	盲腸炎、胃出血潰瘍、肝膽結石、肝膽胰腫瘤、甲狀腺硬塊、甲狀腺結節。
胸腔外科	肺及縱隔腔腫瘤、漏斗胸、肺部外傷、膿腔、血胸、氣胸及胸腔鏡手術。
大腸直腸外科	便血、內外痔、痔瘻、脫肛、便秘、下痢、腹脹、肛門腫痛、排便不規則、排便失禁、大腸癌、直腸癌、放射性直腸炎、潰瘍性大腸炎、大腸急躁症。
心臟血管外科	心臟病、高血壓心臟病、心臟衰竭、風濕性心臟病、心絞痛、及其他各類心臟血管疾病、心臟膜狹窄及閉鎖不全、狹心症、動脈瘤、動靜脈阻塞、洗腎用。
泌尿科	血尿、尿路結石、泌尿道感染、攝護腺肥大、泌尿系統腫瘤、性功能障礙、性病、疝氣、陰囊水腫、尿失禁、包皮環切。
腦神經外科	車禍腦部撞傷、脊髓脊椎外傷、背痛、腦瘤、顱內出血、多汗症、疼痛（如：三叉神經痛、坐骨神經痛）、四肢酸麻。
骨科	骨折手術、關節炎、脊椎狹窄、脊椎病變、骨質疏鬆症、關節鏡手術、人工關節置換、各種風濕症、運動傷害、五十肩、網球肘、脊椎側彎。
復健科	脊椎狹窄、關節炎、背痛、五十肩、肌腱炎、人工關節置換術後復健、各種手術後復健、手腳無力、網球肘、運動傷害、手麻腳麻、骨質疏鬆症、中風、顱內出血、腦部外傷復健、巴金森氏症、臉部無力歪斜、斜頸、扭傷、脊柱側彎、骨折後關節攣縮、內外八字、長期臥床、肌肉萎縮、腦性麻痺、小兒麻痺、早期療育、小兒生長遲緩、語言治療、吞嚥困難。
精神科	失眠、焦慮症、恐慌症、憂鬱症、情緒困擾、強迫症、適應障礙、精神分裂症、躁鬱症、藥癮、酒癮、老年精神疾病、失智症、青少年情緒問題、自閉症、注意力缺失過動症、發展遲緩。
耳鼻喉科	聽力檢查眩暈、聽力障礙、耳朵疼痛、耳癢、耳流膿、耳異物、顏面神經麻痺、鼻塞、流鼻水、鼻竇炎、喉嚨疼痛、吞嚥疼痛、打鼾、喉嚨異物感、魚刺、骨頭等硬刺喉嚨、扁桃腺病變、口腔內潰瘍、顏面及頸部腫瘤。
婦產科	子宮頸抹片檢查、男女不孕症、更年期、腹腔鏡手術、婦科腫瘤、女性腹部疼痛、產前及產後檢查、月經異常、陰道鏡檢查、尿失禁、女性結紮、優生保健諮詢、人工流產、女性泌尿道感染、陰道不正常出血及分泌物、多囊性卵巢症候群、子宮肌瘤、巧克力囊腫、子宮內膜異位症、青春痘。
小兒科	十四歲以下兒童及幼兒：發燒、咳嗽、流鼻水、氣喘、呼吸困難、肺炎、氣管炎、過敏原測試、過敏性鼻炎、鼻竇炎、中耳炎、消化不良、食慾不振、腹脹、嘔吐、腸胃炎、皮膚病、皮膚出疹、皮膚紅腫、抽筋、蕁麻疹、貧血、泌尿系統疾病及腎臟病、肥胖症、發育不良、兒童預防保健。
眼科	一般眼疾、結膜炎、角膜炎、近視、斜弱視矯正、學童視力異常、白內障、青光眼、視網膜病變、眼部整形及矯正、流淚鼻淚道問題、眼內異常、視力模糊、流淚、眼位不正常、視力矯正、驗光、眼部外傷及畸形、紅眼睛、眼睛痛、視網膜剝離、糖尿病視網膜病變、睫毛倒插、眼瞼下垂、眼瞼內外翻、眼部腫瘤、突眼症。
牙科	一般口腔疾病、拔牙、補牙、洗牙、牙周病、根管治療、牙體復形、口腔黏膜檢查
職業醫學	職場工作相關疾病、職業性下背痛、椎間盤脫出、腕隧道症候群、噪音聽力損失、職業性氣喘、塵肺症、接觸性皮炎

作者簡介

學歷 ▶ 國防醫學院醫學系畢業

經歷 ▶ 高雄榮民總醫院外科部住院醫師
高雄榮民總醫院直腸外科總醫師
台灣外科醫學會專科醫師



醫師

陳柏仲

癌症篩檢的重要性

「便秘1星期竟是腸癌阻塞/Yahoo奇摩新聞」

「每周吃3次燒烤26歲女生竟大腸癌末期/聯合新聞網」

「一周吃5天燒烤！30歲男大腸癌末期/Yahoo奇摩新聞」

「120公斤工程師1周沒便竟已大腸癌三期/蘋果日報」

是的，近年來諸如此類的新聞屢見不鮮。根據衛生福利部國民健康署最新統計資料顯示，大腸癌已連續9年蟬聯國人發生人數最多的癌症，平均每33.3分鐘就有1人被診斷為大腸癌，且佔癌症死亡率第3位。。大腸癌跟其他慢性病一樣，最常見的症狀，就是『沒有症狀』，千萬別因誤信有症狀才有病。

大腸癌篩檢方式可分為「糞便潛血檢查」及「大腸鏡篩檢」，建議2種檢查方式應相互配合進行，才能及早發現瘻肉，進而切除已有效預防大腸癌的發生。

即使沒有任何症狀或家族史之民眾，也應在50歲~75歲期間，每兩年接受糞便潛血檢查，以及早發現、及早治療。如果有任何危險因子，則篩檢頻率須再增加。

潛血反應陽性者，應接受大腸鏡檢查。根據統計，有六至八成民眾大腸內存有息肉。若曾經切除過瘻肉的民眾，仍然要定期追蹤篩檢，至少2至3年還要再接受大腸鏡的檢查。且家族中曾有

親屬罹患大腸癌或瘻肉之民眾，更應遵循醫師建議，應提早接受糞便潛血及定期大腸鏡檢查。

除了要持續定期篩檢，更需力行健康飲食習慣，即是多蔬果、少高溫烹調，少高油脂及紅肉飲食。隨時留意自己生活習慣的改變，如有腹瀉、腸胃不適、排便出血與習慣改變、體重減輕等症狀，因立即就醫了解病情，以免延誤黃金治療時間。

受科技進步之福，清腸藥物及大腸鏡儀器近年來皆有重大變革，診斷率及完成度明顯上升，病患對於大腸鏡檢查接受度也日益增加。在本人的經驗裡，大約有九成五的患者可接受完整的大腸鏡。其中有一成的患者表示非常不舒服但仍然可完成檢查。這些病患多有血壓升高、心跳加快、腦壓升高、心肺負荷增加等生理現象，嚴重者可能導致心肌梗塞、腦中風等併發症。

院方亦提供良好的麻醉藥物及設備，由專業的麻醉醫師執行麻醉技術，增進病患的安全與麻醉的效果。為回饋鄉親，本院以優惠的價格及專業的技術致力提昇醫院服務品質，讓無痛鏡檢成為畏懼腸鏡檢查患者的福音。

備註：民眾如接受糞便潛血檢查前，有出血及懷疑痔瘡發作，請先至直腸專科門診就診評估及治療，以免影響檢驗結果。

作者簡介

- 學歷 ▶ 國防醫學院醫學系畢業
經歷 ▶ 高雄榮民總醫院總醫師
高雄榮民總醫院主治醫師
台灣麻醉醫學會專科醫師



醫師
連偉宏

術後止痛新選擇： 超音波導引神經阻斷術

手術後疼痛是個非常惱人的問題，常常讓病人對於必須接受之手術望之卻步，而延遲了治療的黃金時間。手術後疼痛也會對身體造成許多不良的影響，譬如血壓升高、心臟負荷增加、失眠、腸胃蠕動變慢、免疫力下降等，甚至影響疾病的預後。

神經阻斷術是一種施行已久的麻醉及止痛方式，所謂的神經阻斷就是將局部麻醉藥注射至掌管手術部位的神經周圍，使手術傷口感覺麻木，可有效降低術後疼痛。傳統的施打方式為「盲打」，即根據解剖位置，以按壓方式定位，再憑手感辨識進針深度；但傳統施打方式的成功率以及產生併發症機率因人而異，常不盡理想。目前本院施行神經阻斷術的過程中均用超音波來輔助，可直接觀察到目標神經，以及周圍的組織構造，確定藥物打入正確的位置，可以確定神經阻斷的效果，並且避免可能發生的併發症。

以下有一些病患及家屬常見的問題以及解答可提供您參考：

- 1.神經阻斷的效果可以維持多久呢？不同的局部麻醉藥有不同長度的藥效，較長效的藥物在單次注射後，可以提供至少18個小時的效果。
- 2.神經阻斷對於病人的好處是？針對手術，神經阻斷術能提供高品質的止痛服務，能夠使病人在手術後更快下床活動。此外，由於減少嗎啡藥物的使用，亦減少藥物相關的副作用如頭暈、噁心嘔吐、皮膚發癢等等。
- 3.接受神經阻斷的安全性如何？任何的醫療處置都有相關的風險性，但是神經阻斷導致的嚴重併發症的風險非常小，如同所有的侵入性治療，注射處有局部感染或者血腫的可能，少數病人（<1%）在藥效過後仍有麻木的感覺，在數周後會自己恢復。永久性神經傷害的發生率極低（約1/5000~1/30000），目前本院使用超音波來幫助注射，已經更進一步的減少神經損傷之可能。
- 4.手術後回病房有沒有需要注意的地方？麻木感及肢體無力是阻斷後正常的情形，因此在病房需避免無痛覺的肢體受傷如重壓或者是燙傷；如果下肢接受神經阻斷，下床時需注意可能因沒有力量而跌倒。
- 5.如果阻斷後還有疼痛感呢？手術後有護理人員來評估你的疼痛狀況，如果疼痛情況嚴重，可再輔以適當的止痛藥物。

作者簡介

學歷 ▶ 國防大學醫學系畢業、高雄醫學院醫管碩士

經歷 ▶ 台北榮民總醫院眼科總醫師、主治醫師
台北關渡醫院兼任主治醫師
台灣微整型美術塑醫學會會員
大仁科技大學兼任講師



醫師

劉俊賢

近視知多少

台灣可以說是「近視王國」，不僅近視發生率高，近視年齡層也正逐年下降中。隨著3C商品的普及，不少家長將之拿來當作「電子保母」，導致門診中常見許多年僅3、4歲就罹患近視的個案，已成為防治兒童近視的隱憂！

年齡層逐年下降一旦近視無法逆轉

根據調查，2000年近視率提高為小學一年級21%，小學六年級61%，國三為81%，高中為87%（行政院委託臺大醫院對全國青少年學童之視力狀況作調查）。台灣近視率會節節高升最重要的問題是近視產生的年齡愈來愈年輕化，臺灣地區近視發生年齡有兩個尖峰期，一個是在7至8歲，另一個是在13至14歲，大多數原因與用眼過度有關。當近視產生後，會以一定的速度增加度數，平均每年約增加100度，而且是「不可逆」的。

值得注意的是，罹患近視的年紀愈小，度數加深速度愈快，未來變成高度近視的機會也愈高。高度近視容易產生視網膜破孔或剝離、黃斑部病變、白內障、青光眼等問題，得靠藥物或手術治療，後遺症不小，因此，建議3歲以上的孩子，應定期接受視力篩檢，防患於未然。

臨床上，對於近視的控制，第一線還是使用散瞳劑阿托平（Atropine）為主，它是目前唯一經多方研究及實驗證實能有效預防近視惡化的藥物。Atropine屬於長效型睫狀肌麻痺藥物，能幫助睫狀肌放鬆、調控鞏膜生長，進而達到減緩近視加深的效果。

一般而言，原本每年增加100度近視的孩子，若遵循醫囑定期使用散瞳劑，每年增加近視的度數幾乎可減半或維持不增加，使用散瞳劑常見的副作用為畏光和近距離視力模糊，在外出時應配戴太陽眼鏡或帽子，以免因點了散瞳讓瞳孔放大，受到過度的紫外線進入眼內。

搶救近視有黃金期？

所謂近視，指的是眼球構造生長的不協調，大部分是眼軸（眼球前後徑）增長太快，讓影像無法準確的投射到視網膜上，焦距落在視網膜之前，使得遠處的東西看起來模糊不清，嚴重時需要配戴眼鏡來幫忙對焦。

發現孩子的視力異常，家長必須有的態度是「少輸為贏」，早期介入、持之以恆的治療，才能幫助小朋友延緩視力惡化。有些家長不願意接受小孩近視的事實，認為「度數不深只是假性近

視，只要點點藥就會好」；或是認為「戴眼鏡會讓近視愈戴愈深」，延誤了配戴眼鏡的適當時機，一直處於看不清楚的狀態，反而會讓度數更加加深。

萬一近視如果產生，下一步就是如何避免近視度數之增加進行。目前市面上有許多種方法如：中國傳統醫學治療、藥物治療、利用光學技巧、手術療法。其中中國傳統醫學之治療如：針灸、眼球運動及按摩、全身經絡舒解運動、熱療法等。但是一般來說只是改進視力，對近視預防其增加仍無效，所以最重要的仍是“保持距離，以策安全”。另外望遠凝視運動、九陽明目功等，均無法抑制近視之進行。普通眼鏡之矯正，通常以全矯正為主，不需看遠、看近各一付眼鏡。至於雙焦或漸進多焦點眼鏡，只建議在使用長效型散瞳劑之學生使用。

假性近視--近視的警訊

「假性近視」大多是在驗光時所驗出的「假性」近視度數，可能是長時間近距離用眼，眼睛的睫狀肌太用力所造成的對焦不準，或是因為迫近電腦驗光機時睫狀肌過度用力的關係，並不是眼軸真的有增長。檢查時，可以點散瞳劑或放鬆望遠加上網膜鏡檢影法的方式來加以鑑別，如果是假性近視，在睫狀肌放鬆後，「度數」就會被消除。

然而，「假性近視」也是一種「快要近視」的警訊，倘若沒有在這個階段好好加以控制，真性近視恐怕很快會接踵而來。造成真性近視的原因除了遺傳之外，最大的因素就是長時間近距離用眼、光線不適當、缺乏戶外運動，導致眼睛不正常生長，對焦不能準確。在「假性近視」階段

就要特別小心，這個時候除了可諮詢醫師是否需要使用散瞳劑之外，也應增加戶外活動。根據澳洲的研究發現，在陽光下的戶外活動，能顯著減少近視的進行。

角膜塑型片

目前控制近視增加方式主要包括：使用散瞳劑藥水，或是在睡覺時配戴角膜塑型片。

在日本及香港近來的研究發現，角膜塑型片可減緩近視增加速度，在晚上配戴後，第二天白天可以不用戴眼鏡也能看得清楚，但一旦沒有配戴，近視度數就會恢復原狀，優點是沒有畏光、近距離視物不清的副作用。

根據衛福部規定，9歲以上的孩子才能使用角膜塑型片，並且晚上配戴隱形眼鏡感染風險較一般隱形眼鏡更高，家長在鏡片的清潔保養上要特別注意。

治療近視藥物目前慢慢開始有人研究，由這些理論我們認為可能推論將來的藥物機轉仍脫離不了：一、網膜理論，抑制網膜某些生長因子。二、鞏膜理論，抑制鞏膜的發育生長。三、調視理論，抑制調視輻轉等力量。不過在近視藥物仍未完善前，預防勝於治療，應定期每三至六個月給眼科醫師追蹤檢查。



作者簡介

- 學歷 ▶ 國立台北護專護理系
美和科技大學護理系
- 經歷 ▶ 國軍北投醫院
國軍新竹醫院
高榮屏東分院



護理師

林雅欣

第九屆TCHA品質指標措施暨 品質持續改善海報成果發表會

病人安全是全球關注的議題，以病人為中心也成為目前醫院管理被重視的課題之一。良好的醫療品質是建立以病人為中心的優質醫療及服務，並符合病人的需求—讓病人及其家屬能夠滿意，得到最佳醫療成效，且在成本與效益方面得到合理化。醫療品質及病人安全是本院重視的業務，也積極透過各式品質改善手法與全員參與，持續精進與提升醫療品質。

本院自民國90年起，辦理品管圈活動至今，皆以「病人為中心」、「病人安全」為主題選定，來進行團隊合作、改善；因為全體同仁知道提供安全及優質就醫環境是我們的責任，持續醫療及服務品質改善是我們的工作。品管圈活動是工作性質相近及相關的人，採自動自發的精神，共同組圈進行全面品質管理活動；並運用各種統計、改善手法，同仁間採集思廣益、腦力激盪方式，不斷的進行「維持」及「改善」自己工作現場的活動。

近年為符合醫院評鑑項目：分析各類品質資料和其他醫院分享成果，共同提升醫療照護品質，故積極參與院外競賽。本院於106年9月30日獲台灣社區醫院協會「第九屆TCHA品質指標措施

暨品質持續改善海報成果發表會」經營管理組銅牌一件、佳作六件及入選三件，計有10件作品在會場綻放光芒。其中，藥劑科以「運用跨團隊提升藥師於管制性抗生素審核率—以某地區教學醫院為例」榮獲經營管理組銅獎，當天由藥劑科江妮娜主任上台進行口報分享。

此次獲獎榮耀要感謝並肯定各臨床單位主管帶領全體同仁落實於平日工作流程，主動發現單位改善問題，共同組圈進行全面品質管理活動，其精神在於品質與服務的提升與改善。更要感謝趙建剛院長、杜明勳副院長、及臨床醫師的積極支持外，還需以多元化的品管工具作教育訓練，配合實際技巧運用及標竿學習，持續且有計畫的進行品質改善活動與競賽，尋求持續性的品質提升，才能落實以病人為中心的照護。



獎 項	姓 名	題 目
經營管理組銅獎	江妮娜	運用跨團隊提升藥師於管制性抗生素審核率—以某地區教學醫院為例
經營管理組佳作	賴雅屏	落實組合式照護措施降低加護病房導尿管相關之泌尿道感染
經營管理組佳作	蘇惠甘	建構QRcore查詢檢驗報告系統
經營管理組佳作	林雅欣	運用資訊系統再造提升異常事件執行成效
經營管理組入選	尤顯宇	降低復健看診路線詢問率
醫療照護組佳作	胡淨媚	提升髖關節手術護理滿意度
醫療照護組佳作	史惠春	降低急診室血液培養採檢流程錯誤率
醫療照護組佳作	石秋花	以跨團隊模式提升精神科護理之家住民團體活動參與率
醫療照護組入選	蘇榆雅	降低內科病房檢體退件率
醫療照護組入選	林美君	提升慢性精神科病人沐浴更衣完成率





戒菸救健康

你戒菸，我們都戒二手菸

戒菸好處・立竿見影

身體的好

- **20分鐘**
心跳及血壓恢復正常
- **8小時**
血液中的一氧化碳濃度減半，氧氣濃度回到正常值
- **24小時**
一氧化碳清除，肺部開始清除痰液及黏液
- **48小時**
肺功能改善，呼吸變得容易多了

- **2-12週**
血液循環大幅改善
- **3-9個月**
減少咳嗽、哮喘等呼吸問題，肺功能增加10%
- **1年**
心臟病發作機會減半
- **10年**
肺癌發生機會減半
- **15年**
心臟病發作機率和非吸菸者相同

生活的好

- **省下荷包**
一天省一包菸錢，一年可省下25,500元。
- **不皺皺眉**
這可免除身體及衣物的異味，減了口臭，對個人形象有明顯加分。
- **節能減碳**
不再釋放一氧化碳與製造廢氣，善盡地球公民的責任。
- **活得長久**
戒菸後，男性平均可多活5歲，女性可多活3歲。
- **減少菸害**
戒菸除了對自己好，更是對親友的保護，讓他們免活在菸霧的圍繞。

作者簡介

學歷 ▶ 輔英科技大學護理系
現職 ▶ 高榮屏東分院家庭暨社區醫學科護理師



護理師

吳雅婷

106年志工表揚暨分享餐會

高榮屏東分院於106年11月7日辦理健康促進工作檢討會暨志工分享餐會，邀請各社區關懷據點的志工回娘家，感念志工在社區默默付出，透過他(她)們走入社區各角落，將資源與社區民眾共享，傳遞許多健康促進的新知，讓健康促進種子在社區發芽，營造一個健康共享社區文化；相當感謝這些默默在社區貢獻之優良志工，透過工作

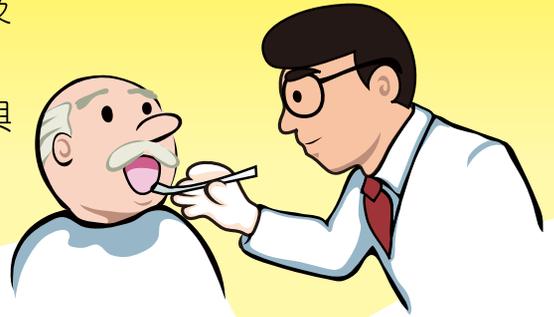
檢討會時給予熱心服務優良志工公開表揚，除肯定志工貢獻也能引起社區志工的共鳴與成就感；介紹本院日照中心服務內容與性質，社區各單位給與讚賞與支持，並邀集院部長官一同參與，針對檢討會中給予說明與討論，展望107年以長照2.0為規劃大方向，延緩失能多面向介入一同營造健康幸福共榮圈。



特需口腔照護門診服務

家中有需要長照的失能長輩，或是身心障礙病友嗎？
本院自106年9月21日起開辦【特需口腔照護門診】！

良好的口腔照護可以減少感染、發燒、以及「吸入性肺炎」發生，也能減少味覺異味、改善味覺享受、維持生活品質，促進病友與家人的社交互動。



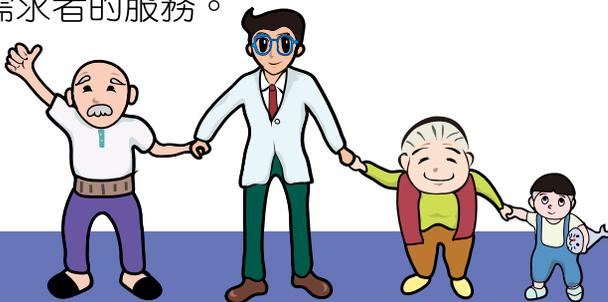
服務對象

- 發展遲緩兒童：持有政府委辦單位開具的診斷文件。
- 持有身心障礙手冊者。
 1. 輕度腦性麻痺、輕度智能障礙、植物人、失智症、自閉症、多重障礙、癲癇、罕見疾病、染色體異常（輕、中、重、極重度）。
 2. 慢性精神病（中、重、極重度）。
 3. 重度視障、肢障、重要器官失能（重、極重度）。
- 失能老人：持有長照管理中心核准函（輕、中、重度）。
- 院內醫師判定需要轉介口腔照護服務者。

*就診時，請攜帶健保IC卡與相關證明文件「正本及影本」
(若是院內醫師判定需轉介的病友，不在此限)

服務項目

- 口腔清潔衛教、塗氟、拔牙、洗牙結石、牙齒填補、根管治療、護齦套等對應特殊需求者的服務。



預約方式

門診時間：

每週四下午2:30-5:00

預約專線 (08) 770-2212

好消息!

免費4大癌症

以及健康檢查

請記得攜帶健保卡
以及身分證件

大腸癌篩檢

-糞便潛血檢查

- 50歲以上至75歲；
- 每二年補助一次。

乳癌篩檢

-乳房攝影檢查

- 45歲至69歲；
- 40歲以上有乳癌家族史，
- 每二年補助一次。

成人健康檢查

-血液及尿液檢查

- 40歲以上至64歲，每三年補助一次。
- 65歲以上，每年補助一次。
- 接受檢驗前天晚上10點後需禁食，直到早上接受抽血。

口腔癌篩檢

-口腔黏膜檢查

- 嚼檳榔或吸菸者(必要條件)；
- 且30歲以上，
- 每二年補助一次。

子宮頸癌篩檢

-子宮頸抹片檢查

- 30歲以上，
- 每年補助一次。

高雄榮民總醫院屏東分院 關心您

健康篩檢服務諮詢電話：08-7704115分機730，767

服務時間：週一至週五 8:30-12:00 13:30-17:00

院址：屏東縣內埔鄉龍潭村昭勝路安平一巷一號

檳榔本身就是致癌物 — 即使不加紅灰、白灰、荖花、荖葉，嚼它 就是會致癌



誠徵門診部分工時護理人員

具護理證書
面試即可

時薪：
護士 150 元
護理師 160 元

誠徵病房契約護理師

薪資福利優

提供單身宿舍或眷舍

年薪約60萬以上



高雄榮總屏東分院護理部

聯絡人/ 陳護理師 電話/ (08)7704115 轉 219或612

志工招募

一、招募對象

歡迎具備愛心、熱忱、主動積極且身心靈健全，並能持之以恆，願意接受專業訓練及吸取新知的特質，同時獲得家人支持的有志人士加入我們。

- (一) 長期志工：凡年滿18歲以上，未滿70歲者，願意持之以恆且穩定提供服務者，同時可接受志願服務專業訓練者。
- (二) 學生志工：凡國中畢業（15歲）以上，願意來院參與學生志工服務，歷練相關經驗，體驗志工服務的真諦者，當服務結束時，將發與服務時數證明書。

二、服務時間：周一至周五08：00-11：00、13：00-16：00

三、洽詢窗口：社工室08-7704115轉511。

「公務人員五大核心價值-廉正、忠誠、專業、效能、關懷」

- **廉正作為**-廉潔自持、利益迴避、依法公正執行公務。
 - **忠誠作為**-恪遵憲法及法律，效忠國家及人民，增進國家利益及人民福祉。
 - **專業作為**-與時俱進，充實專業職能，提供優質服務。
 - **效能作為**-團隊合作，提升工作效能，積極回應人民需求。
 - **關懷作為**-懷抱同理心，尊重多元文化，落實人權保障。
 - 公務人員應關懷弱勢族群，促進族群和諧，維護社會公平正義。
 - 公務人員應致力提供民眾優質生活環境，縮減貧富差距，營造均富安康的社會。
- 公務人員行政中立**
- (1)不分顏色，不分黨派，行政中立在於心中的那把公正尺。
 - (2)公務人員行政中立，國家進步的動力。
 - (3)行政中立，全民得益；依法行政，公平公正！
 - (4)行政要中立，國家更安定。