



中華民國84年10月創刊

「為配合推動分級醫療政策，請民眾多加利用轉診單就醫，可享有部份負擔差額優惠」。

本院為地區教學醫院，包含各專科，提供全民健康保險與各項體檢業務。

不限榮民，所有民眾皆可到院就診。

最新消息

有職榮民就醫提醒

●若您為有職榮民（健保卡未註記無職榮民），為維護您的就醫權益，敬請於每次就醫時，主動出示您的榮民證，未出示者當次就醫以一般健保身份辦理，當次門（急）診後不受理補件。

★發行人：王志龍
★總編輯：黃春男
★執行編輯：楊惠珠
★出版者：高雄榮總臺南分院

代表線：(06)3125101
院址：71051臺南市永康區復興路427號
門診預約：(06)3124790
網址：www.vhyk.gov.tw
病患服務中心：(06)3139210

●自7/1起周四上午【皮膚科】門診＜停診＞。
●自8/1起周一【泌尿科】夜診門診停診。
●自8/1起每周一＜新增＞【骨科】陳建宏醫師夜診門診。
●自8/1起每周二上午＜新增＞【婦產科】門診。
●自8/1起每周四上午、周五下午＜新增＞【腸胃內科】門診。
●自9/1起新增中醫二診。
●自9/1起營養諮詢門診異動，如門診時間表。

本院新進·中醫部馮瀟儀醫師簡介

- 學歷：中國醫藥大學中醫學系學士
- 經歷：臺中榮民總醫院傳統醫學科住院醫師、總醫師
- 主治：關節痛、腦中風及腦外傷、頭痛頭暈健忘、神經痛與麻痺、腸胃功能障礙、過敏性鼻炎

- 門診時間：自9/11起開始看診
- 上午：周三、五
- 下午：周二、四、五

本院新入口



本院護理部主任 王素琴 榮獲大臺南護理師護士公會106年度長期照護特殊貢獻獎

本院護理部王主任協同本院團隊經營社區健康促進活動多年，也配合政府長照2.0政策，成立居家服務業務，輔導社區關懷據點轉型成為C級長照巷弄站。

王主任與本院護理同仁致力提升住院病人的照護品質，更以跨團隊整合照護理念，提供無縫接軌的病患出院後之連續性照護。也拿下輔導會第一個榮醫醫院辦理居家照護服務，以五心級恆久守護-創新建構全人、全家、全隊長期照護架構，榮獲SNQ國家品質標章及高齡友善機構認證之肯定，也讓本院護理之家自96年至今，均保持評鑑全國「優等」佳績。

王主任帶領本院護理之家團隊榮獲，如：101年國際發明銀獎之「高齡背部乳液擦拭輔助器」、103年社團法人臺灣護理之家協會全國創意競賽，取得全國第1名「搖

床定位儀」等...。也和遠東科大建教合作設計「背部乳液擦拭輔助器」，該設計作品榮獲2012年南韓國際發明展銀牌獎，以及2013年社團法人臺灣護理之家協會照護創意比賽第2名。

▼護理部王主任（左五）與照護團隊



護理部王素琴主任與院長王志龍合影

本院新進 陳紘騰 腸胃內科醫師簡介

學歷 ■ 國防醫學院醫學系畢業
經歷 ■ 臺中榮總實習醫師
臺中榮總內科部住院醫師
高雄榮總胃腸肝膽科總醫師
中華民國內科醫學會專科醫師
臺灣消化系內視鏡醫學會
主治 ■ 胃腸肝膽疾病，消化性潰瘍，大腸癌篩檢，B型肝炎，C型肝炎

臺中榮總畢業後一般醫學訓練
高雄榮總醫院內科部住院醫師
高雄榮總重症醫學中心總醫師
臺灣消化系醫學會會員
中華民國重症醫學會會員

門診時間
周四上午（內科三診）
周五下午（內科一診）

退休？選擇服務人群



劉宇祥顧問 接受陸軍38期 同學會表揚

本院前藥劑科主任劉宇祥樂當志工，榮獲陸軍官校第三十八期同學會組團蒞院表揚。



四大癌症 免費 篩檢服務

服務時間：週一至週五08：00~16：30
 服務地點：癌症防治諮詢室（醫療大樓一樓第一診區）
 諮詢電話：06-3125101轉1106
 攜帶證件：本人健保卡

門診團體衛教及健康活動



地點：第一候診區 時間：08：10

日期	活動內容	主講人
9/1	消化性潰瘍	徐仁愛護士
9/4	預防跌倒	李壽美護理師
9/6	健康促進活動	林樹如
9/7	胰安善注射液(人類GLP-1)類似物注射液介紹	林亞波醫師、鄭曉芬藥師
9/11	疥瘡防治	吳徽玲護理師
9/15	胃食道逆流症	徐立彥護士
9/18	疥瘡防治	吳徽玲護理師
9/20	健康促進活動	劉秀鳳
9/22	肝炎的照護	王筱鳳護理師
9/25	口腔照護	余全玄護理師
9/29	認識及預防肝炎	洪慧鈺護士

子宮頸抹片	大腸癌篩檢	乳癌篩檢	口腔癌篩檢
76年次(含)前出生 30歲以上婦女 每年1次	56~31年次 50-75歲民眾 每兩年1次	(1)61~37年次 (2)66~62年次 (1)45-69歲之婦女，每兩年1次 (2)40-44歲二等親內曾罹患乳癌者，每兩年1次	76年次(含)前出生 30歲以上吸菸或嚼檳榔(含已戒檳榔者)，每兩年1次

2017 106年 7月 惠民基金募款辦法

請以匯款單填寫
 帳號：41036781
 戶名：財團法人惠民醫療救濟基金
 通訊欄內請註明【臺南分院專戶】

惠民基金臺南分院專戶 捐款芳名錄

卓見麗/卓曉玉 捐 20,000	蘇靖友 捐 300	王朝慶 捐 100	曾士峰 捐 100	田維謙 捐 100	蘇淑芬 捐 100	湯以勤 捐 100	陳東海 捐 100
劉慶 捐 1000	蔡麗玉 捐 200	邱雅華 捐 100	孫佳韻 捐 100	江淑芬 捐 100	陳美津 捐 100	林秀慧 捐 100	陳思華 捐 100
吳仁博 捐 1000	鄧冰潔 捐 200	陳建達 捐 1000	趙佳惠 捐 200	王秀敏 捐 100	周明華 捐 100		
李尹璿 捐 500	施夙娥 捐 200	李尹璿 捐 500	陳麗萍 捐 200				
吳明瑞 捐 500	黃翠琴 捐 200	陳進旺 捐 500	古慧卿 捐 200				
李壽美 捐 500	黃世芬 捐 200	鄭立智 捐 500	康銀麗 捐 200				
劉佳雯 捐 500	陳麗娟 捐 200	劉捷好 捐 500	張麗娟 捐 200				
謝淨琦 捐 300	張麗娟 捐 200	譚宏軍 捐 300	陳登岳 捐 200				
張開賢 捐 300	向森庭 捐 200	羅 邵 捐 300	許任正 捐 200				
林雅惠 捐 300	陳登岳 捐 100	王嘉菁 捐 300	楊惠宜 捐 100				

捐款100元名單
 王朝慶 曾士峰 田維謙 蘇淑芬 湯以勤 陳東海
 邱雅華 孫佳韻 江淑芬 陳美津 林秀慧 陳思華
 崔學明 林錦絨 王秀敏 周明華

骨科主治醫師 陳建宏

學歷■國防大學國防醫學院醫學系
 經歷■高雄榮總外科部住院醫師
 高雄榮總骨科部住院醫師
 高雄榮總骨科部臨床研究員
 高雄榮總急診外傷科臨床研究員
 日本奈良縣立醫科大學足踝科臨床研究員
 專長■一般骨科(骨折創傷、外傷處理、關節置換)、老年骨科(退化性關節炎、骨質疏鬆、跌倒風險評估與預防)、足踝病變(運動傷害、大腳指外翻、扁平足)

Sunshine 陽光是最好的防腐劑

拒絕紅包文化

公務部門致力處理各項公務、提升行政效率、簡化與透明行政程序，係屬對人民之承諾。因此，本署呼籲民眾於洽辦公務時，依相關行政作業程序申請即可，「不必送」也「不能送」紅包或其他不正利益給公務員，以免反而誤觸法網，得不償失。

足踝扭傷，怎麼辦？

骨科主治醫師 陳建宏

前言
 下肢運動傷害中，足踝扭傷是臨床中最常見的肌肉骨骼傷害之一，大約佔了所有運動傷害的四分之一。不管男女老少，幾乎所有人都有過不同程度的慘痛經驗。

當我們的腳踝往內或往外過度彎曲時，容易造成肌肉或韌帶處於一定的張力，造成結構的受損、斷裂、甚至撕裂性的骨折。其中有一定比例的足踝扭傷，是因足內翻而傷到外側腳踝韌帶，也就是連接距骨跟腓骨的前距腓韌帶。

原因
 因為先天結構的差異，內踝比起外踝骨頭長度較短，內側的三角韌帶比起外側韌帶較為強健，所以足踝比較容易向內彎。而當足踝內彎過度的時候，外側韌帶就容易受損。

等級及症狀
 依照嚴重程度，可以分成三級：

一、**第一級扭傷**：前距腓韌帶受到拉扯，但是尚未斷裂，患者會有輕微的疼痛腫脹感，但是無功能喪失或關節的不穩定。醫師在理學檢查時做前拉測試為陰性反應，X光檢查無明顯異常，在臨床上也是相對較常見的扭傷。

二、**第二級扭傷**：前距腓韌帶有部分斷裂，有中度的疼痛腫脹感，伴隨著部分功能喪失及關節的不穩定。醫師在理學檢查時做前拉測試為陽性反應。

三、**第三級扭傷**：前距腓韌帶完全斷裂及跟腓骨韌帶損傷，病患會有嚴重的疼痛腫脹感，伴隨著明顯的功能喪失及關節的不穩定。醫師在理學檢查時做前拉測試及內翻測試均為陽性反應。有時，X光檢查會發現撕裂性骨折。

診斷
 由於大部分的足踝扭傷屬於韌帶及其周圍軟組織損傷，常規X光檢查未必能發現的異常。適時的尋求骨科醫師協助，做適當的理學檢查，必要時配合著超音波或是核磁共振，會是較好的診斷工具。

治療
 治療區分為急性及慢性期(含亞急性期)兩種，最主要還是在避免二度傷害及功能的恢復。

一、**急性期治療**：與一般的外傷急性處理相同。黃金五字訣 - PRICE (Protection保護、Rest休息、Ice冰敷、Compression壓迫、Elevation抬高患肢)。



Protection保護：保護受傷關節，避免進一步傷害。

Rest休息：適時的休息，停止受傷關節所從事的活動，像是負重走路，必要時可以使用柺杖或輪椅輔助。

Ice冰敷：在受傷的前三天，可以使用塑膠袋裝填冰塊，以毛巾包裹敷在受傷的部位，造成局部血管收縮，減少血液釋放發炎物質及軟組織腫脹反應，一次十五至二十分鐘，一天可做四至六次。

Compression壓迫：用彈性繃帶做環狀包紮，從腳趾末端開始往上至小腿中段，促使血液及淋巴液回流，以達到消腫的目的。在包紮的狀況下，還是要記得冰敷受傷的部位。

Elevation抬高患肢：抬高的定義是高於心臟位置，幫助血液及淋巴的回流，也可以避免腫脹的惡化。像是睡覺時在患側下方墊個枕頭。

二、**慢性期治療**：此時期的照護重點以復健為主，像是電療、熱療、超音波等。有需要可以配合拉筋舒展運動，加強足踝小腿周圍肌肉群的訓練，尤其是在小腿後側的阿基里斯腱，有時會因長時期的固定造成不同程度的肌肉萎縮及關節僵硬。

不論是在急性或是慢性期的照顧，當疼痛程度影響到生活或是睡眠，就有需要與醫生討論是否該配合使用止痛藥或是局部注射減少暫時的嚴重不適感。

後續追蹤
 過了慢性功能恢復期(受傷後2至3個月)，持之以恆的復健訓練是很重要的，另外像是本體感覺訓練、單腳站立平衡訓練、動態肌力訓練也都可重建下肢的精細動作反射及平衡控制。

經過如此的治療，如果疼痛或是鬆弛的感覺仍然持續，就需再循求骨科醫師複診，是不是有潛在病因沒有發現或是需要做手術重建受傷的韌帶，已儘早恢復既有的功能及穩定的關節。

預防
 腳踝扭傷的預防也是很重要的，從基本合適鞋子的選擇、良好的場地、適當的腳踝保護、及日常生活小腿肌肉的訓練，這些看似簡單的原理原則其實都是預防足踝扭傷的不二法門。

結論
 引用西方的諺語：「one sprain, always sprain. (一次扭傷，一直扭傷)」看似平凡無奇的足踝關節，一個不經意的小扭傷，可能就會帶來持續或是長期的不適感，導致連基本的走路都會不舒服。當有疑似足踝扭傷的情形發生時，五字訣 - PRICE和及早就醫是基本觀念。當然，預防永遠是最重要的。

(本文曾刊於高榮社區健康簡訊第66期，並已於105年新聞稿發表、刊載)

保健新良方，讓您美美一夏

★ 社工室資料提供 陳珮芸

高榮臺南分院中醫部提供消暑良方～暑氣不上身

夏日炎炎高溫，而在追求清涼消暑的狀況下，很多人往往會選擇於三餐飯後，來杯冰涼的手搖杯飲品降火，更甚者直接將豆花、刨冰、冰淇淋等夏日甜品取代正餐，但站在中醫的立場，冷飲只會讓健康每況愈下。

本院中醫部黃川鐘主任說：長時間曝曬於豔陽下，容易因流汗過多，引起中暑、脫水等情形。而一般民眾喜歡藉由食用冷飲、冰品等來消暑解熱，黃主任說，市售冷飲不僅無法有效補充流失的水分，也容易引起筋骨關節方面的疾患，對於有鼻過敏及氣喘的患者而言，更是雪上加霜。

不能喝冷飲，是否有其它方法可以緩解高溫及大量流汗所帶來的不適？黃主任說：針對每日工作會大量流汗者，或需要長時間講話，如老師、歌手、主持人等，他建議，夏日煮一壺「生脈保元湯」來當茶飲，因其不但可生津止渴、補充水分，更有補氣及預防中暑的良效。

「生脈保元湯」是由生脈飲及保元湯兩個方子合併而成，其組成為：西洋參3錢或用黨參1兩、黃耆1兩、麥門冬5錢、五味子2錢、甘草2錢、清華桂5分、烏梅2-3顆。據李東垣（金元四大家）謂：「夏月服生脈飲，加黃耆、甘草，名生脈保元湯，令人氣力涌出」，可見生脈保元湯於夏日之效。黃主任說：另外要補充營養成份者，可酌加枸杞子或紅棗，也可加白木耳及冰糖煮成甜湯當夏日甜點來食用，端看個人喜好。

本院王院長強調，生脈保元湯是一般人的飲品，若本身有過寒或燥熱體質，應由中醫師針對個人適度的調整。一般人因為忙碌沒時間煮湯，本院也可針對個人需要與體質，調配成具有「生脈保元湯」功效的中藥粉，適合外出服用。另外王院長也提醒，中藥藥材品質良莠不齊，民眾應慎選商譽良好中藥商，或透過醫院調配，可避免中藥材含鉛等重金屬危害人體的健康。高榮臺南分院中藥材係經過國家品質認證，守護民眾健康。



▲黃醫師為民眾把脈、問診



▲「生脈保元湯」當茶飲，補氣又防中暑

積極醫療是救命？還是延長痛苦？

★ 社工室資料提供 陳珮芸 ★

談論死亡，在傳統文化下是個禁忌的話題，對於生命徵象尚穩定的病人，當醫療人員討論急救與否，多少都會讓家屬感到觸霉頭、不吉利。而對於病人簽署安寧緩和醫療，那種焦慮、無助、無望、心痛等不安的情緒，難免湧上家屬心裡。

王老先生，93歲、喪偶，育有2子1女，被診斷為直腸癌，不料術後又發現直腸末端有腫瘤，病人拒絕再次手術，因症狀加劇，被送至急診室，經醫師確認病人病情已進展至末期，為病人插上鼻胃管減壓，惟病人自覺病情已惡化，多次自行拔管。儘管病人已簽署預立選擇安寧緩和醫療意願書，不料，家屬卻要求醫護人員將病人四肢約束並囑咐全力搶救，醫護人員看著病人神情痛苦的緊閉著雙眼，眼角卻留下兩行淚。

為解除病人身心承受痛苦，化解病人與家屬間矛盾情結，本院啟動了安寧醫護團隊，召開多次家庭會議，由主治醫師耐心向家屬解釋病人「生命自主」的意願，病人病情已是不可治癒，死亡已是不可避免，諸多的治療不是在救命，而是在延續瀕死的痛苦。該團

隊護理師提供末期病人的照護技巧，以舒緩病人疼痛；另社工師及心理師也一路陪伴病人，輔導家屬正向看待生命與善終的意義。對於醫護團隊的用心、努力與陪伴，家屬終於同意用最好的揮別方式，讓病人善終。

本院家醫科及安寧照護中心主任曾淨琦醫師強調：身為醫護人員應充分尊重病人之「生命自決權」，在有限的時間內，盡全力協助病人及家屬肯定生命，並將瀕死階段視為人生自然歷程，不加速也不延長。她說：「生命自決」是人性尊嚴的核心，病人對即將接受的醫療照護，應保有「自主」與「自決」的權利。

本院王院長重申我國安寧緩和醫療條例，其立法精神在尊重末期病人醫療意願，並保障其權益。院長強調，安寧療護是末期病人醫療的主流，安寧團隊是由一群專業人員運用專業知識與技術，為末期病患及家屬提供身、心、靈的「全人、全家、全隊、全程、全社區」的整體照護，讓臨終病人及家屬對於生命與死亡有新的詮釋。

本院呼籲，希望民眾為自身之醫療選擇預做規劃，並與親人充分溝通、討論，讓死亡不再是禁忌話題，同時也讓人生走到暮年時，可以和親人完成「道歉、道別、道謝、道愛」的四道人生。

有關預立選擇安寧緩和醫療同意書，可逕洽本院一樓服務臺或急診室索取。若民眾想進一步瞭解相關資訊，亦有專人服務，可電話洽：06-3125101轉7207、7239或7247黃世芬護理長。



▲本院安寧照護團隊



▲團隊照護、關懷癌末病患



Main table containing medical department names, time slots, and doctor names for each day of the week.

高雄榮民總醫院臺南分院 接受成大/奇美醫院 急診轉診優惠說明

- 轉診優惠措施
1.凡由成大、奇美醫院轉入本院急診病患，免收救護車費用。
2.優先安排二人床，不收病房費差額。
3.轉入病患一律不收急診掛號費120元。

- 注意事項
1.轉診病患請於掛號時出示『轉診單』，並於完成掛號後交給急診室護理人員。
2.本院地址：臺南市永康區復興路427號。
3.聯絡窗口：06-3125101轉1609(急診室) 或06-3132400

掛號服務方式

- 現場掛號：
●服務時間：週一至週五 上午 07:30~11:00 下午 13:00~16:30
●初診掛號：請先至服務中心填寫『初診單』，再至掛號櫃檯前機抽取號碼牌等候叫號。
●所需證件：健保IC卡。

- 預約掛號(人工專線)：
●電話：06-3124790
●服務時間：週一至週五 上午 8:10~11:30 下午 1:30~4:30

- 自動掛號機：
●服務時間：週一至週五 上午8:00~下午5:00

- 網路掛號：
●網址：http://reg.vhyh.gov.tw/start.asp

- 電話語音掛號：
●電話：06-3125101轉8977或8978(請使用按键式電話)；24小時受理預約

- 門診看診時間：
●週一至週五 上午 08:45 開始 下午 14:00 開始

- 一般勞工體檢：
●每週一至週四上午現場辦理。
●攜帶身分證、健保IC卡及2吋照片至服務中心填寫『勞工體檢表』，再抽號碼牌隨機辦理掛號。(榮民請攜帶榮民證)

- 急診掛號優先處理
●不需抽號碼牌(急診請先至急診室由急診護理師評估後持牌至掛號室掛號)。

備註：
健保IC卡註記有無職榮民或遺眷者，享有遺眷會在就醫方面醫療補助，免繳掛號費及健保部份負擔費用；其他有職榮民請攜帶榮民證掛號，免掛號費，依等級收取健保部份負擔費用。

急診 全日24小時服務
請至醫療大樓一樓西側急診室
電話：06-3125101轉1609