



245期
2月號

中華民國84年10月創刊

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。



本院春節假期，
提供醫療服務如下：

2月7日 (除夕)	2月8日 (初一)	2月9日 (初二)	2月10日 (初三)	2月11日 (初四)	2月12日 (初五)
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
門診停診			上午內、外科 門診各開一診		各科門診正常 (部份門診停診) 正常上班
急診 24小時服務					

*門診相關訊息，請參考本院網站<http://www.vhyk.gov.tw/>，由〈最新動態〉-〈門診異動公告〉查詢。

★發行人：王志龍
★社長：劉康
★總編輯：李培偉
★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

門診訊息
2/29 (一) 連續假日，本院門診停診。

您可利用自己的健保卡登入健保署網站，註冊申請「健康存摺」，即可查詢自己的健保就醫、用藥記錄及檢驗檢查報告明細，除了就醫時可提供醫師參考，更可以掌握自己的健康資訊哦。

高榮臺南分院長照單位的蛻變~ 家庭化的居住環境

臺灣自民國82年進入高齡化社會，有長期照護需求的人口快速增加，依據衛生福利部調查，國內目前有將近70萬人需要長期照護服務。因應目前人口老化，慢性病照護需求增加，如何有效運用病床，建立急、慢性完整照護體系，長輩們除延長生命之外更可享受高品質的醫療照顧，使病有所醫，老有所養，讓家屬無後顧之憂乃是本院責無旁貸之使命。

有鑑於此，本院於104年7月開始陸續將長照單位重新整修，讓住民的居住環境家庭化，將整個長照單位徹底改頭換面。整修期間，大家並未想到會有多大變化，完工後住民搬入的那一天，大家都驚嘆不已，感覺整個煥然一新，我們的住民們每一位都笑得合不攏嘴。

護理站：夢幻的圓形頂燈、明亮的色彩、無障礙的輪椅活動空間、刻意放低的檯面，一掃整修前高櫃檯的隔閡與冷漠感，圓桌的設計讓家屬及住民與護理人員的溝通沒有隔閡，彼此間的距離更貼近，更人性化，寬敞的圓桌也是長輩們最愛圍坐看報、聊天、好所在。



整修「前」的護理站



整修「後」的護理站



佛堂：一個專屬的聖地，肅穆莊嚴，讓人感受到沐浴在無邊佛法的喜悅，家屬常會到此膜拜，祈求家人早日康復，在輕盈的佛經聲中，釋放心靈的焦慮，讓情緒平和。

祝禱室：充滿聖靈的雅緻空間，安靜祥和，散發出光與愛的氛圍，讓來禱告的住民及家屬得到心靈的寄託與慰藉。

交誼廳：流線型的天花板、明亮的空間，讓人整個身心新感到非常愉悅。

昔日的擁擠已不復見，呈現在眼前的是寬敞的空間，裡面增加了整排的沙發，住民及家屬最喜歡來這裡看電視、打麻將、聊天話當年或是整理窗邊親手栽植的小植栽，看著綠意盎然的盆栽除了感受生命的喜悅，更忘了時間的流逝，交誼廳是住民談心、忘憂的好去處。



整修「前」的交誼廳



整修「後」的交誼廳



高雄榮總臺南分院 王志龍院長說：本院盡心盡力，打造全新亮麗的長照單位，除了秉持「溫馨、精緻、優質、以住民為中心」的理念外，更要營造幸福、祥和的氛圍，讓住民有家的感覺，並以優質的醫療團隊守護住民的健康，守護我們的鄉親們。

本單位全體同仁祝賀大家~身體健康 恭賀新禧

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

子宮頸抹片	大腸癌篩檢	乳癌篩檢	口腔癌篩檢
75年次(含)前出生 30歲以上婦女 每年1次	55~30年次 50-75歲民眾 每兩年1次	(1)60~36年次 (2)65~61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	75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

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
2/1	痛風之注意事項	趙玉芳護理師
2/3	健康促進活動	吳鈴鳳
2/5	一氧化碳中毒	史紫萍護理師
2/15	高血壓防治	高麗惠護士
2/17	健康促進活動	汪冠伶
2/19	保暖護心	顏菁嫻護理師
2/22	急性腸胃炎之注意事項	鄭憲慶護理師
2/26	中醫養生保健	葉雅文護理師



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 專戶捐款戶名錄

謝康 捐款1000	葛 邵 捐款300
吳仁博 捐款1000	劉宇祥 捐款300
陳進達 捐款1000	林雅靄 捐款300
李尹晴 捐款500	王嘉育 捐款300
吳明瑞 捐款500	彭冰潔 捐款200
葉麗玉 捐款500	趙佳惠 捐款200
陳進旺 捐款500	施鳳娥 捐款200
李學真 捐款500	陳麗萍 捐款200
郭立智 捐款500	黃翠華 捐款200
吳貞慧 捐款500	古麗芬 捐款200
曾翠琦 捐款300	黃世芳 捐款200
羅宏斌 捐款300	康麗鳳 捐款200
張開賢 捐款300	張麗娟 捐款200
李煥傑 捐款300	張麗芬 捐款200
	陳登岳 捐款200

捐款100元名單

王朝慶	曾士峰	田維維	蘇淑芬	崔學明
陳東海	陳品輝	王志毅	江淑芬	林錦鐘
林秀雅	邱雅華	孫佳麗	陳美津	林錦鐘
潘以勤	陳恩華	向祥庭		

淺談兒童職能治療

職能治療師 郭正源



11歲的陳小弟是頭部外傷的小朋友，在車禍受傷時，醫師判定為植物人，在昏迷3個月後轉院至高榮臺南分院復健科接受復健治療，經兒童職能治療師評估觀察，為了讓陳小弟能有正常動作發展，職能治療師利用一些神經發展理論中的抑制手法，去抑制其不正常的肌肉張力及動作習慣，並誘發正確的自主性動作出現，經過一段時間的訓練後，陳小弟已回到學校就讀，並在門診時段繼續接受復健治療。

兒童職能治療介入兒童復健治療的方式主要是將各種理論架構融合到各種活動及遊戲中，強調遊戲及實際生活經驗的重要，從遊戲的設計當中加入許多“感覺因子”及“動作要求”，因為對於小孩來說，他們的職責就是從遊玩當中來探索、學習、激發、累積各種日後所需的能力，希望能在最自然愉快的情境下，提升小朋友各項能力，直接應用到實際生活裡。

兒童職能治療所針對的問題及處理方式有：

- 1.粗大動作的發展及協調：促進姿勢的控制及平衡反應的發展。
- 2.精細動作/手功能的發展及協調性訓練：職能治療針對手部精細動作發展、能力及靈巧度，都可分別加以評估及訓練。
- 3.認知訓練：有些兒童常因缺乏其探索環境及累積經驗的能力，這直接影響他們智能的發展，而職能治療都能做適當的介入及幫助，來健全他們的感覺和知覺系統，使智能的發展能符合實際年齡的需求。
- 4.自我照顧能力評估及訓練：職能治療必需做全面性評估，了解孩童功能障礙的程度後加以訓練，使其降低依賴的程度。
- 5.輔具之諮詢、轉介、設計、製作及改造：輔具的種類有很多，對於這些有功能障礙的兒童來說，藉由輔具獲得幫助，來維持最大獨立性。職能治療可依實際需求給予輔具諮詢、轉介服務、個別設計、製作及改造適當之輔具，以符合個案的需求。
- 6.感覺統合評估及訓練：感覺統合障礙是指因為腦部區域的受損，造成同時在感覺及動作上有缺損，或根本缺乏某些動作經驗而影響到小孩的“感覺輸入”，包括不正確的本體及運動覺回饋，導致影響到肢體形象概念、動作計劃、認知發展、情緒控制及和環境互動的能力，故職能治療會針對這類型孩童進行感覺統合評估及訓練。

本文另刊於“高雄榮總醫訊”104年12月)



抽血服務時間



地點	室別	服務時間	注意事項
醫療大樓一樓	病理檢驗科	週一至週五 07：30~16：00 周六08:00~10:00	需禁食者，請空腹8小時以上(急診例外)

政風專欄



踐行廉政倫理 推動行政透明

「公務員廉政倫理規範」與「行政院及所屬機關機構請託關說登錄查察作業要點」第2點之適用對象說明

「公務員廉政倫理規範」第2點第1款規範之對象，為「適用公務員服務法之人員」，按公務員服務法第24條所稱適用對象為「受有俸給之文武職公務員及公營事業機關服務人員」，應包括服務於行政機關及公立學校之職員（含聘用人員聘用條例及行政院暨所屬機關約僱人員僱用辦法進用之聘僱人員）、公立學校兼任行政職務之教師、警察、現役軍（士）官、依法令從事公務之義務役士兵、公營事業機關服務人員（含受有俸給代表民股之董事或監察人，惟不包括純勞工），以及擔任政府投資民營事業機構且受有俸給之官股董事等。

而本要點第2點所規範對象為「各機關適用公務員服務法之人員及代表政府或公股出任法人之董事、監察人、經理人。」除涵蓋「公務員廉政倫理規範」之適用對象外，尚包含代表政府或公股出任法人之董事、監察人、經理人，其規範對象範圍較廣。（摘錄自「行政院及所屬機關機構請託關說登錄查察作業要點」問答輯）

高榮臺南分院交通圖



如何預防

失智症



精神護理之家 高滿護理長

根據國際失智症協會估計，2050年全球失智症人數將增加至1億3千5百萬以上；而臺灣65歲以上民眾失智症盛行率為4.97%，平均每20個老人就有1個罹患失智症，如何讓自己免於失智症的威脅，是刻不容緩的議題。

失智症從發病到死亡，一般病程約8至10年，甚至有長達15年以上，每個人都可能會得到失智症，例如美國前總統雷根、英國前首相柴契爾夫人或者是你周遭的親戚朋友，甚至是你自己。

《失智症的類型分為》：

- 一、退化性失智症：又細分為(一)阿茲海默症、(二)額葉型失智症、(三)路易氏體失智症。
- 二、血管性失智症：因中風；慢性血管病變引起。
- 三、其他：缺乏葉酸、vit12、腦部腫瘤、創傷、藥物、酗酒等。

《失智症的預防》：

「多動腦、多運動、多社交」等三原則，有助於降低罹病風險。養成少油少鹽少紅肉等地中海飲食習慣，增加蔬菜、穀類、橄欖油及適量堅果海鮮等食物。控制三高（高血脂、高血壓、高血糖）定時定量服用藥物，定期回診。參加社交活動；打麻將、唱歌、與人互動聊天，也可以常逛菜市場或超市，坐大眾運輸工具，讓大腦不停的接受外來刺激，不要每天待在家裡看電視。活到老學到老，建議也可以多利用社區老人大學或參加社區社團活動。

下表是預防與延緩失智症的計畫書，提供大家參考，「多動腦、多運動、多社交」，讓自己的生活更多彩多姿，增強失智症的防禦力。

▼▼預防與延緩失智症健康生活行動計畫書（資料來源：天主教失智老人基金會）

計畫內容	做什麼	做多少	何時做	一週幾次
體能活動 健走、慢跑、運動，每週至少150分鐘				
休閒活動 植栽、看電影、旅遊				
認知活動 閱報章雜誌、讀書、寫書法、繪畫				
地中海飲食 多蔬菜、穀類、橄欖油、適量海鮮及堅果				
社交活動 家屬或病友支持團體、做志工、社區學院				

你有 成信心完成自我管理？

(0 = 沒有信心；10 = 充分信心；建議要有7成以上的信心執行) 並請保持彈性，隨時檢視與修正。



鄭育容醫師 簡介

- 【學歷】：慈濟大學醫學系89級
- 【經歷】：佛教慈濟綜合醫院醫院內科部住院醫師
高雄榮民總醫院感染科總醫師
台灣內科醫學會會員
台灣感染症醫學會會員
台灣感染管制學會會員
- 【專長】：一般內科疾病、感染科

關於流行性感冒的常見問題集

高榮臺南分院 感染科主任醫師 鄭育容

每年入冬便是流感開始盛行的季節，關於這個每年都會出現的疾病，請試著回答下列這些常見的問題，看看您對它的了解有多少？

1. 流行感冒是由什麼病原體所引起的？怎麼傳染？

流行感冒是由流感病毒所引起，經飛沫和接觸途徑來傳染。咳嗽和打噴嚏的動作都會噴出帶有病毒的飛沫，而這些病毒可以在物體表面存活數小時，一但摸到帶有病毒的物品（常見如電話話筒、手機、門把等），再來接觸口鼻眼睛等有黏膜的地方，就有可能會感染流感病毒。

2. 一般感冒和流行感冒有什麼不同？

這兩者都是由病毒所引起的。一般感冒是由鼻病毒、冠狀病毒等所引起，有超過200種的病毒都可以造成感冒的症狀。流感症狀和一般的感冒差不多，但比較容易發高燒，燒的時間也比較久，疲勞痠痛的感覺可能會比較明顯，得到一般感冒也許還能繼續工作，但得到流感就可能兵敗如山倒，只能躺在床上休息了。此外，流感爆發疫情的速度快、散播範圍廣泛，「一人得病、全家中獎」的情況很常見，後續的併發症通常也比較嚴重。

3. 流行感冒會有什麼症狀？有哪些可能的併發症？

常見的症狀有發燒、頭痛、肌肉痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛以及咳嗽等，另外大約有十分之一的病患會有噁心、嘔吐以及腹瀉等腸胃道症狀，這些症狀通常會在2到7天內康復。罹患流感的人，從發病前1天到發病後的3到7天，都有可能傳染給別人，所以生病的患者最好能在家休息，少在公共場合走動，以免疫情擴大。流感併發症以肺炎最為常見，其它如中耳炎、腦炎、心肌炎、週邊神經炎等都有可能發生，一但產生併發症，死亡率可高達五成。容易產生併發症的族群有老年人、嬰幼兒、有心、肺、腎臟及代謝性疾病等慢性病患者，或免疫功能不全者，因此建議高危險族群每年都要施打流感疫苗。

4. 流感疫苗含有什麼成分？打了疫苗就不會得流感了嗎？

現行的流感疫苗有三價和四價的區分，三價疫苗包含兩種A型流感和一種B型流感病毒株，四價則包含兩種A型和兩種B型。至於要挑出哪些病毒株來做疫苗，則是依據世界衛生組織每年公布的預測內容來選擇，每年流行的病毒株都不一樣，加上疫苗的保護效果在6個月後會逐漸下降，所以流感疫苗每年都要接種一次，因為疫苗的製作是根據人為的猜測，會有可能沒猜中今年流行的病毒株，所以即使接種了，還是有可能會得到流感，再者，流感疫苗只能預防流感，對於一般感冒是沒有預防效果的喔！

5. 除了接種疫苗，流感流行期間，我們還可以怎樣保護自己？

雖然冬天是典型的流感季節，但其實一年四季都可能會有流感的疫情，請大家要養成平時勤洗手，生病時自動戴上口罩的好習慣，尤其是觸摸口鼻前後，因為呼吸道分泌物的病毒濃度很高，所以一定要洗手。口罩最好用拋棄式的，一但被口水或鼻涕沾濕，就要更換。在家盡量打開窗戶保持環境通風，流行期間避免出入公共場合。如果感冒，請盡量和身邊的人保持一公尺以上的距離（為什麼是一公尺呢？因為這是口水鼻涕等細小飛沫最容易散播的範圍），以免傳染給他人。

以上題目您答對了幾題呢？希望這些知識能對您及身邊的家人有幫助。只要做好洗手和咳嗽禮儀，希望大家都能平平安安地度過每年的流感疫情！

