



社區 ♥ 健康簡訊



本期內容

01 淺談代謝症候群飲食

09 社區活動剪影



04 淺談COVID-19長期後遺症之中醫調理

11 社區關懷健康服務行程

07 高榮醫療群簡介

12 111年12月份門診表

發行人：林曜祥
編輯部：家庭醫學部
執行編輯：陳如意、潘湘如、洪麗如、黃韋綸
補助單位：國軍退除役官兵輔導委員會
中華民國94年4月創刊

電話：(07)3468351 / (07)3422121轉74907
網址：<http://org.vghks.gov.tw/fm>
E-mail：[wwwfm@vghks.gov.tw/](mailto:wwwfm@vghks.gov.tw)
政府出版統一編號：GPN 2009405227
本期印刷2000份·免費贈閱



代謝症候群飲食

營養室 / 營養師 謝博丞

代謝症候群是一種疾病的前哨站，需要盡快處理，否則將比一般民眾增加6倍得到糖尿病的風險、4倍高血壓風險、3倍高血脂風險、2倍心臟病及腦中風風險，最終變成慢性病患者。依據世界衛生組織指出，罹患慢性疾病每年造成全球約4100萬人死亡，相當於全球死亡人數的71%，因此不得不慎。

★ 代謝症候群·判定標準 ★



五項組成因子，符合三項(含)以上即可判定為代謝症候群。



1 腹部肥胖

男性腰圍 $\geq 90\text{cm}$ (35吋)
女性腰圍 $\geq 80\text{cm}$ (31吋)



2 血壓偏高

收縮壓 $\geq 130\text{mmHg}$
或舒張壓 $\geq 85\text{mmHg}$
或是服用降血壓藥物



3 空腹血糖偏高

空腹血糖值 $\geq 100\text{mg/dL}$
或是服用降血糖藥物



4 空腹三酸甘油酯偏高

$\geq 150\text{mg/dL}$ 或是
服用降三酸甘油酯藥物



5 高密度脂蛋白膽固醇偏低

男性 $< 40\text{mg/dL}$
女性 $< 50\text{mg/dL}$

★ 腹部肥胖 ★

根據2022年9月，歐洲糖尿病學會最新研究指出，下列三項指數與死亡率之間雖然皆有相關性，但其中以WHR與死亡率的相關性最強，尤其男性更勝於女性。

身體質量指數

BMI：體重/身高平方(kg/m²)

脂肪質量指數

FMI：全身脂肪量/身高平方(kg/m²)

腰腎比

WHR：腰圍/臀圍(cm/cm)

另外，有鑑於BMI無法區分皮下脂肪、內臟脂肪、瘦體組織等，因此建議應優先設定健康的WHR目標更勝於BMI。

腰腎比測量方法及步驟

01

以皮尺保持水平測量腰圍及臀圍，測量腰圍以經肚臍的外圍為準。



02

測量時保持自然呼吸，請勿故意吸氣或吐氣，測量二、三次取最大值。

理想參考數值：
男性小於0.92
女性小於0.88

★ 三高(高血壓、高血糖、高血脂)預防 ★

1 少調味

減少沾醬、醃漬物、沙茶醬等含鈉量高的烹調手法，可善用天然香辛料，如蔥、薑、蒜、醋、檸檬汁、花椒、八角等，為菜色增添風味，代替高鈉醬料。

2 少加糖

避免含糖飲料及糖醋、糖蜜等加糖烹調手法。

3 少油脂

減少攝取飽和性脂肪(如奶油、烘焙類食品)、動物性脂肪，適量使用不飽和性脂肪的植物油(如：橄欖油)，盡量去除肉眼可見的油脂，避免油酥、油炸等高溫烹調方式。

4 多高纖

鼓勵至少1/3以上為未精緻全穀雜糧類，天天蔬果579。



5 良好生活作息：



抽菸易引起心血管疾病、中風等危險因子，即使是二手煙亦有危害，世界衛生組織亦表示，與吸菸者同住，得到肺癌的機會比一般民眾高出20%~30%。



建議男/女性每日攝取量

男性勿超過2酒精當量

女性勿超過1酒精當量

(1酒精當量相當於15公克酒精)

1酒精當量約相當於

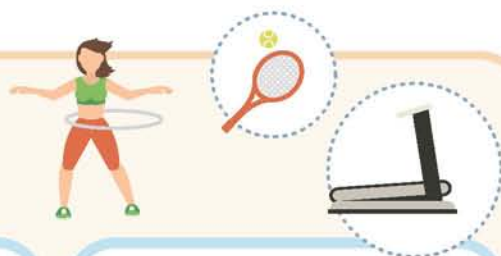
啤酒375 cc	酒精濃度4%
水果酒150 cc	酒精濃度10%
白蘭地40 cc	酒精濃度40%
高粱酒30 cc	酒精濃度53%



研究指出習慣早起用餐者族群和習慣晚起用餐者族群的熱量攝取及活動消耗量即使雷同，與習慣早起用餐者族群相比，習慣晚起用餐者的族群呈現BMI更高、三酸甘油酯濃度更高、胰島素敏感性更低、早上的飽腹激素瘦素濃度較高、每週的減重受阻的機率更高的表現，因此良好生活型態有助健康。

★ 運動 ★

運動有助於促進新陳代謝及提升高密度脂蛋白膽固醇，因此養成規律運動習慣，是相當重要的。



一般成人

建議每週運動目標設定達
150分鐘的中度身體活動
或
75分鐘的費力身體活動
即可達到基本的健康效果

體能較好成人

建議每週運動目標設定達
300分鐘的中度身體活動
或
150分鐘的費力身體活動

兒童與青少年

根據世界衛生組織建議
每日運動目標可設定達
中度身體活動60分鐘以上



參考資料：

- 1、衛服部國健署慢性病防治專區、健康體能促進專區網站
- 2、歐洲糖尿病學會 2022年9月研究報告
- 3、文獻：Late eating is associated with cardiometabolic risk traits, obesogenic behaviors, and impaired weight loss、Kelsey A Schmidt、et al,2021

淺談 COVID-19 長期後遺症之中醫調理

傳統醫學科 / 主任 邱鎮添

根據資料統計，在新冠肺炎疾病後期，幾乎有超過一半以上的確診者，在染疫康復後都會伴隨一些後遺症。這些症狀皆可透過中藥調理、氣功導引、職能復健、體質衛教以及保健茶飲等方式來促進健康。



不過上述這些症狀還不一定算是長新冠，那什麼叫做長新冠呢？
長新冠又可稱為**新冠肺炎長期後遺症 (Post COVID-19 Syndrome)**

— WHO對於長新冠的定義為 —

- ✓ 可能或確診的SARS-CoV-2感染病史
- ✓ 該症狀在確診後三個月內持續出現
- ✓ 該症狀持續至少二個月
- ✓ 其他診斷無法解釋該症狀

常見症狀包括疲勞（15~87%）、呼吸急促（10~71%）、胸悶（12~44%）、嗅覺障礙（10~13%）、認知功能障礙（30~40%）以及其他會影響日常功能的症狀。

新冠肺炎長期後遺症 (Post COVID-19 Syndrome) 的成因仍未完全解答，目前僅知後遺症可能來自於病毒雖從病人身體大部分器官清除，但仍潛伏在人體的某些角落，比如腸道、肺部或神經系統；再者，病毒肆虐期會直接感染人體多種細胞，並引發過度活躍的免疫反應，經過一段時間急性症狀減低，但整體發炎尚未完全平復，因而造成長期後續症狀。

若是急性感染期症狀越明顯、年紀大、女性與肥胖病人，更容易有新冠肺炎長期後遺症。由於各方面的身體與心理層面的症狀，容易造成病人跨多科就醫、出現社會功能退縮，對個人、家庭、工作等各方面造成負面影響。

中醫依體質開處方，幫助您緩解新冠肺炎長期後遺症

因病毒、細菌等致病物質感染，於中醫觀點統稱為「風」，又因個人體質偏寒、偏熱、偏濕，偏瘀，導致罹病後症狀與證型的變化，所謂同病異治、異病同治，中醫根據不同的體質和證型，給予相對應的藥物。常見分類與生活建議如下：



01 脾肺氣虛

常見症狀：

疲倦乏力、食慾不佳、腹部脹氣、解便無力、便軟稀溏。舌色淡、苔白滑。脈細弱。

建議處方：

參苓白朮散、七味白朮散合生脈飲加減。

生活起居：

睡眠充足、稍作午休、柔和運動、躲避風寒。飲食清淡，可酌量加服黃耆、黨參、山藥、茯苓、芡實、白扁豆、蓮子、薏苡仁、大棗等。

02 肝鬱氣滯

常見症狀：

情志抑鬱、憂鬱、焦慮、失眠、胸悶、腹脹、咽梗感。脈弦或澀。

建議處方：

加味逍遙散、柴胡龍骨牡蠣湯加減。

生活起居：

作息有節，緩緩深呼吸，柔和運動。可服用疏肝解鬱茶飲，如薰衣草、玫瑰花、陳皮、佛手等。

03

清氣不升

常見症狀：

注意力不集中、腦霧、認知功能下降、記憶衰退、視物不清、困倦乏力、食後欲寐。脈弱或虛。

建議處方：

益氣聰明湯、升陽益胃湯、補中益氣湯加減。

生活起居：

勿過勞過累。飲食清淡，可酌量加服黃耆、黨參、山藥、茯苓、蓮子、薏苡仁、大棗等。

04

氣陰兩虛

常見症狀：

疲倦乏力、口乾咽乾、心悸、胃口不佳、乾咳少痰、自覺低熱。舌略紅、苔少。脈微細或脈沉弱。

建議處方：

沙參麥冬湯、清燥救肺湯、百合固金湯加減。

生活起居：

切忌熬夜，勿過度運動大汗出。飲食清淡，可酌量加服百合、木耳、茯苓、芡實、白扁豆、蓮子、薏苡仁、大棗等。

透過中藥調理，可早日平衡病毒感染後的人體紊亂，恢復健康。除此之外，中醫也建議搭配：

職能復健

氣功導引

八段錦

太極拳

都是很好的方法



在生活、飲食方面，平時要保持良好的作息和生活習慣

✓ 多喝水、保持充足睡眠，多進行緩和伸展運動，不做高強度劇烈運動。

✗ 飲食避免燒烤、油炸、辛辣食物，避免攝取過量甜食、冰品，不要飲酒等。



在後疫情時代，仍要落實戴口罩、勤洗手、不群聚，並運用保健防疫茶飲進行預防保健，藉以達到保健防疫、身心平衡的健康目標。

高榮醫療群
郭士彰耳鼻喉科診所

郭士彰 醫師

專長	耳鼻喉治療
學經歷	台北醫學院醫學士 高雄長庚醫院耳鼻喉科主治醫師 長庚兒童醫院兒童耳鼻喉科主治醫師 中華民國耳鼻喉科專科醫師 中華民國腫瘤醫學會專科醫師 美國南加大HOUSE耳科中心研究
現任	郭士彰耳鼻喉科診所院長
診所資訊	地址:高雄市楠梓區後昌路862之1號 電話:(07)368-3235



溫馨小故事

早上一對夫婦先生陪同太太於診所就醫，因病患3天來流鼻水、鼻音很重、聲音沙啞症狀有加劇。進診間時請郭醫師看診，看診中病患先生一直嚼著檳榔、嘴唇紅通通。病患先生與郭醫師討論說明太太病況後，郭醫師告知病患先生，可否順便一起看口腔檢查；先生接受口腔檢查後，發現口腔右側面黏膜有白色斑點，告知：「你需要轉診喔！你的問題比太太還棘手，快去醫院做切片檢查」，病患先生很生氣說我又沒怎樣啊，幹嘛檢查，郭醫師不斷跟病患先生說明，情緒仍是很生氣。之後郭醫師開立轉診單，聯絡高雄榮總醫療群執行中心協助轉診說明與照護。經電話說明先生答應轉診至高榮進一步檢查。高榮耳鼻喉科醫師看診後告知病患，可能是口腔癌，早期做切片治療追蹤即可。住院返家後，倆夫婦事後至郭醫師診所致謝並道歉，很感激郭醫師及高雄榮總醫療群執行中心的執著與照護，讓先生早期發現早期治療。



高榮醫療群
福山診所

鍾昆融 醫師

專長 腸胃科/家醫科/耳鼻喉科

學經歷 中山醫學大學醫學系
高雄長庚急診部醫師
高雄長庚內加護病房主任
郭士彰耳鼻喉科主治醫師
台灣內科醫學會專科醫師
台灣急診醫學會專科醫師
台灣重症醫學會專科醫師
高雄市糖尿病共照網醫師

現任 福山診所院長

診所資訊 地址:高雄市左營區重愛路218號
電話:(07)348-2323

溫馨小故事

黃昏時從診所門口外，傳來某老太太急促叫喊聲，走向診所跟鍾醫師說：「我肚子一直都很痛，腰後也很酸痛，有去醫院看過，痛還是沒停過」，眼神無奈看著鍾醫師，鍾醫師仔細問診後幫老太太做腹部超音波檢查，一邊檢查一邊詢問，老太太是否多日未排便、腹部脹氣很嚴重，肝膽交接處影像模糊看不清楚，但影像看起來怪怪的；要求老太太兒子立刻轉診大醫院腸胃科進一步檢查。當天鍾醫師電話連絡高雄榮總醫療群執行中心，立刻進行轉診至高榮並協助陪同於診間共同照護。經轉診高榮蔡醫師檢查後為總膽管癌症，蔡醫師隨即安排住院檢查與治療。老太太經治療後症狀漸進改善而出院。病患兒子非常感激鍾醫師仔細的發現問題，於醫院出院後，都定期於診所進行追蹤與治療。



10/05

流感疫苗注射-三民家商



10/07

社區衛教講座【銀髮族養生飲食】-橋頭區教會



10/16

癌症篩檢-燕巢區衛生所



10/04

流感疫苗注射-宏南里歌友會



10/05

流感疫苗注射-三民家商



10/06

流感疫苗注射-新莊天后宮前方廣場



10/07

流感疫苗注射-新上里里長辦公處



10/11

流感疫苗注射-永清國小



10/13

流感疫苗注射-光輝里里長辦公室



10/14

流感疫苗注射-福山里活動中心



10/14

流感疫苗注射-新祥和山莊



10/15

流感疫苗注射-崇實自助里活動中心



10/17

流感疫苗注射-新莊國小



10/18

流感疫苗注射-新上國小



10/19

流感疫苗注射-明德國小



10/20

流感疫苗注射-新光國小

近期社區關懷 健康服務行程

時間	地點	主題
11/7、12/5 (週一 早上8:00~10:00)	左營區 光輝里里長辦公處 (後昌路643巷21號)	血壓、血糖、 膽固醇檢測
11/1、12/6 (週二 早上8:00~10:00)	楠梓區 宏南里歌友會 (後昌路546巷14號)	血壓、血糖、 膽固醇檢測
11/2、12/7 (週三 早上8:00~10:00)	左營區 富民長青中心 (左營區富民路435號)	血壓、血糖、 膽固醇檢測
11/3、12/1 (週四 早上8:00~09:30)	左營區 廊南里里長辦公處 (左營區廊後街81號)	血壓、血糖、 膽固醇檢測
11/4、12/2 (週五 早上8:00~10:00)	左營區 合群里里長辦公處 (左營區緯六路268號)	血壓、血糖、 膽固醇檢測
11/8、12/13 (週二 早上8:30~10:00)	左營區老人活動中心 (左營區蓮潭路30號)	血壓、血糖、 膽固醇檢測
11/9、12/14 (週三 早上8:00~09:30)	左營區 崇實里里長辦公處 (左營區先鋒路293號)	血壓、血糖、 膽固醇檢測
11/10、12/8 (週四 早上8:00~10:00)	三民區 鼎泰里里長辦公處 (三民區寶鼎街50號)	血壓、血糖、 膽固醇檢測
12/9 (週五 早上8:00~10:00)	仁武區 大灣里綜合活動中心 (仁武區 大豐街35號)	血壓、血糖、 膽固醇檢測
12/20 (週二 早上8:00~10:00)	左營區 明建里里長辦公處 (左營區 海明街65號)	血壓、血糖、 膽固醇檢測
11/26、12/24 (週六 早上8:00~11:00)	本院門診癌症篩檢站 (婦產部門診-門診大樓1樓)	1.子宮頸抹片檢查 2.乳房攝影 3.糞便潛血檢查 4.口腔黏膜檢查 5.骨質密度檢查

*若遇特殊狀況暫停活動。以現場公告為主。洽詢電話:07-3468351

Calendar grid showing dates from 4 to 31.

111年12月份 門診時間表

網路掛號 www.vghks.gov.tw 預約電話專線: (07) 342-6000

門診詢問服務電話: (07)342-2121轉75304,75308 本門診時間表僅供參考, 看診醫師以當日派診為準 人工台: (07)350-7701

Main table with columns for Department (科別), Code (代號), Time (時段), and Day (星期). Rows include various medical specialties like Internal Medicine, Cardiology, Neurology, etc.

門診大樓一樓 心臟血管聯合診區

六樓

高齡醫學大樓

一樓

1-22診在門診大樓一樓, 23-72診在門診大樓地下一樓

科別	代號	時段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	地點	
骨科	56	上午	06盧逸超07林冠宇 08黃富鼎15唐逸文	05楊善為06周怡君 07林冠宇16陳啟輝	06盧逸超07李宜軒 08周怡君	06楊善為08任振輝 15李宜軒16姚智康	05林楷樞07陳淑群	1-22診在門診大樓一樓，23-72診在門診大樓地下一樓	
	28	下午	05許建仁06黃鳳銘11唐逸文	05陳俊宇11宋玉祥15姚智康	05許建仁06陳啟輝	08黃富鼎16陳俊宇	05倪培倫(停至12月)08黃鳳銘		
兒童骨科	28	下午	03張維寧					註：限18歲以下病人。	
●創傷骨科：林楷樞、楊善為、宋玉祥、陳俊宇、黃富鼎 ●一般骨科：張維寧、陳淑群、宋玉祥、曾那凱 ●足踝外科：周怡君				●關節疾病/骨質疏鬆：任振輝、盧逸超、楊善為、陳俊宇、李宜軒 ●運動醫學：盧逸超、林冠宇、黃富鼎 ●勞務外科：許建仁、陳啟輝、宋玉祥、姚智康、李宜軒		●骨痛症：楊善為 ●兒童骨科：張維寧、姚智康 ●手外科：唐逸文、陳俊宇			
一般外科	78	上午	56蘇錦哲 57蔡忠育	56周維華57劉潤元 58劉家顯	55陳以書 57陳玉佳	07蔡正中 56劉家顯	53梁宗榮56魏繼備 57顧家聖58洪繼謙	門診一樓婦科診區	
	20	下午	12蔡正中52莊榮芳 57郭良維	51梁宗榮56康壽翔 57何國宏	09顧家聖50蔡忠育 63盧怡吟	05康壽翔12陳盛世 26王國強50周維華	11唐耀均 57許家源		
●肝臟移植手術：陳玉佳、康壽翔、王國強、顧家聖 ●疝氣外科：陳以書、蔡正中、周維華、張博閔、梁宗榮、蔡忠育、王國強、康壽翔、顧家聖、洪繼謙、許家源 ●肝、膽、胰、腸外科：陳以書、蔡正中、周維華、陳玉佳、張博閔、梁宗榮、蔡忠育、王國強、康壽翔、顧家聖、洪繼謙、許家源、蘇錦哲				●創傷外科：劉潤元、陳盛世、盧怡吟、康耀均、郭良維、何國宏 ●減重外科手術：陳盛世、康耀均、莊榮芳 ●甲状腺門診(內分泌外科)：梁宗榮、劉家顯					
乳房門診	78	上午						57顧家聖	
	20	下午			09顧家聖				
	78	上午	01曾憲敦	01張博閔	01張博閔(限女性)	01張宏豪*(限女性)09曾憲敦(限女性)	01陳玉佳		
假日西醫特診	111	年度：12/24	註：子宮頸抹片檢查、乳房攝影檢查、糞便潛血檢查、口腔黏膜檢查；採預約方式，全程免費，預約請撥07-3422121轉78230						
婦產科	40	上午	02蔡瑞文03蔣安仁 05侯詠齡07崔冠濠	02陳昱堯03蔣安仁05林立德 06卓福男07蔡瑞文	02林佩萱03陳昱堯05林鈺維 06陳其誠07林立德	02蔡祥維03蔣安仁 05劉文雄07崔冠濠	02資深醫師03陳三農05陳其誠 06卓福男07蔡瑞文	除6、7診在醫療大樓三樓，其餘診間在門診一樓婦產科	
	41	下午	02林佩萱05蔡祥維 07蔡瑞文	02趙正欣03蔡祥維05劉文雄 06侯詠齡07陳昱堯	02侯詠齡03陳三農05李麗宏 06陳其誠07林立德	02許力權03方紹軒05劉文雄 06卓福男07林立德	02蔡祥維03陳三農05廖正義 06陳昱堯07林佩萱		
	H5	約診	女性整合門診	女性整合門診	女性整合門診	女性整合門診	女性整合門診	女性整合門診	
			註：李如悅醫師門診停診至112年3月。						
產檢夜間門診*	42	夜間	註：看診地點：醫療大樓三樓產房；看診時間：17:30-20:00，限預約，當日不接受掛號。						01陳三農
不孕症夜診*	42	夜間		07林佩萱	07崔冠濠	07陳昱堯			
			註：當日掛號至16:00，17:00開始看診；看診地點於醫療大樓三樓生殖醫學中心，不孕症門診諮詢專線：07-3468231						
●婦科腫瘤：劉文雄、蔣安仁、廖正義、蔡瑞文 ●產科/產前檢查/高層次超音波：卓福男、李如悅、陳其誠、侯詠齡 ●經期內視鏡：劉文雄、廖正義、陳三農、侯詠齡				●婦女泌尿：蔣安仁、陳三農、許力權、侯詠齡 ●海美刀及內視鏡：崔冠濠、林佩萱、陳昱堯、侯詠齡		●內分泌失調：蔡瑞文、林立德 ●遺傳諮詢/高危險妊娠：卓福男、李如悅 ●生殖內分泌不孕症：崔冠濠、林立德、蔡瑞文、林佩萱	●更年期/骨質疏鬆：劉文雄、崔冠濠、林立德 ●陰道雷射：侯詠齡、陳昱堯		
兒童外科	81	上午		09王國強					
	27	下午			09王正斌	王國強(一般外科26診)			
兒童皮膚科	65	下午			03呂穎怡				
一般兒科	50	上午	01鄭至暉02陳珠璣 03劉伯彥09洪鈞廷	01劉伯彥02邱寶琴 03洪鈞廷	02陳珠璣03鄭名芳 05馮文彬	01蔡克堯03何瑞瑜 09葛文銓	01方乃文02陳珠璣03洪鈞廷 05蔡克堯09謝明芸	除六、七診在醫療大樓三樓	
	51	下午	02邱寶琴03謝明芸 05張振宗	01王曉萍03黃仕儒 05蔡克堯09蔡克堯	01林芳至02馮登芝	01王曉萍02張振宗 03劉伯彥09楊智家	01蔡克堯02王曉萍 03馮登芝05張振宗		
兒童神經科/兒童發展	50	上午	02陳珠璣	03黃仕儒	02陳珠璣	09葛文銓	02陳珠璣	其餘診間均位於門診一樓小兒科	
兒童腸胃科	50	下午	09洪鈞廷	03洪鈞廷		03何瑞瑜	03洪鈞廷		
兒童血液腫瘤科	50	上午			01謝明芸(約診)		09謝明芸		
	51	下午	03謝明芸						
青少年特別門診/兒童新陳代謝/兒童內分泌科	50	上午		02邱寶琴	09蔡克堯	02邱寶琴(遺傳諮詢約診)			
	51	下午	02邱寶琴*	05蔡克堯			01蔡克堯		
			註：邱寶琴醫師週一門診採流水號制，無當日現場保留號；遺傳諮詢專線07-3422121轉75023。						
兒童感染科	50	上午	03劉伯彥	01劉伯彥	03鄭名芳	01蔡克堯	05蔡克堯	(兒童疫苗注射請預約下午預防注射門診；卡介苗注射請預約週四下午)	
	51	下午		09蔡克堯	02馮登芝	03劉伯彥	03馮登芝		
新生兒科/早產兒搶救門診/健兒門診(預防注射)	51	下午	01林芳至 05張振宗	01王曉萍(母乳諮詢)	01林芳至	01王曉萍(母乳諮詢) 02張振宗09楊智家	02王曉萍(母乳諮詢) 05張振宗		
過敏原與免疫風濕科/兒童過敏科	50	上午	01鄭至暉	05邱益焯(約診)	05馮文彬	05邱益焯			
	50	上午		05邱益焯(約診)		05邱益焯	01方乃文		
兒童腎臟科	51	下午			(約)邱益焯(每月第一週於醫療大樓一樓護理室看診)				
兒童心臟科	52	上午	06林竹川	06盧文憲	06翁根本	06翁根本07盧文憲(胎兒心臟約診)	06黃大誠	門診大樓樓	
	89	下午	06陳昱堯07林竹川(約診)	06盧文憲	06翁根本	06黃大誠	06黃大誠(成人先天性心臟病特診)		
眼科	70	上午	02施放播03陳俊良05吳安宇 08畢勇賢09龔雅欣10王佐文 11吳宗典	02郭恩好03程謙霖05彭凱鈴 08陳世洲09林曉秋10賴筱羽 11曾垂鍊	02楊子萱03陳俊良05陳瑛瑛 08畢勇賢09龔雅欣10施放播 11吳宗典	02施恩源03李孟謙05彭凱鈴 08陳世洲09吳安宇10陳逸珊 11吳宗典	02楊子萱03程謙霖05陳瑛瑛 08周俐娟09林曉秋10賴筱羽 11曾垂鍊		
兒童視力保健	92	下午			05施放播(單數週)賴筱羽(雙數週)				
耳鼻喉科	1診	77	上午	林明毅(全日門診)	蘇性豪(全日門診)	李清池	林明毅	廖柏皇	
				耳鼻喉、小兒耳鼻喉	鼻科、打鼾、頭頸腫瘤、口腔癌	鼻咽喉、頸部腫瘤、口腔癌、扁桃、鼻科	耳鼻喉、一般科	鼻科、頭頸腫瘤、口腔癌、扁桃	
				林虞軒	張庭碩	林虞軒	張庭碩(約)	張庭碩	
				鼻竇炎、口腔癌、喉癌、下咽癌	音聲、呼吸道疾病、喉科、頭頸腫瘤	喉癌、下咽癌、鼻竇腫瘤、鼻竇炎、鼻咽癌、顛底腦瘤	音聲特約門診	音聲、呼吸道疾病、喉科、頭頸腫瘤	
				張國平(全日門診)	余筠瑩(約)	康柏皇(第1、3週)	張國平	蘇性豪	
				鼻科、頭頸腫瘤、口腔癌	(雙數週)甲狀腺	頭頸腫瘤、口腔癌、腮腺	喉科、頭頸腫瘤、口腔癌	喉科、打鼾、頭頸腫瘤、口腔癌	
	5診	75	下午	張耿銘		余筠瑩	洪壽仁	邱靖晴	
				一般科		甲狀腺、鼻科、一般科	一般科	一般科	
				林陞權	劉昱希	林陞權	劉昱希	林明毅	
				暈眩特別門診	暈眩、耳科、鼻科、頭頸腫瘤、耳咽管	暈眩、耳科、鼻科、頭頸腫瘤、耳咽管	暈眩特別門診	暈眩特別門診	
				李清池	林麗祥	林麗祥	廖柏皇	廖柏皇	
				咽喉癌、頭頸腫瘤、口腔癌、腮腺、鼻科	鼻科、喉科、音聲、頭頸腫瘤、甲狀腺	鼻科、喉科、音聲、頭頸腫瘤、甲狀腺	鼻科、頭頸腫瘤、口腔癌、扁桃	鼻科、頭頸腫瘤、口腔癌、扁桃	
2診	75	下午	卓富方	張庭碩	林虞軒	蔡鴻銘	蔡鴻銘		
			一般科	音聲、呼吸道疾病、喉科、頭頸腫瘤	喉癌、下咽癌、鼻竇腫瘤、鼻竇炎、鼻咽癌、顛底腦瘤	耳鼻喉、一般科	耳鼻喉、一般科		
					林陞權		廖敏敏		
					暈眩、耳科、鼻科、頭頸腫瘤		一般科		
			張耿銘	邱怡蓁(單數週)	余筠瑩		余筠瑩		
			一般科	一般科	甲狀腺、鼻科、一般科		腮腺、頭頸腫瘤		
6診	75	下午	蔡鴻銘						
			一般科						
			註：林麗祥醫師每月第4個週四停診。						

★約診科一律由該診醫師自行約診，請勿直接掛號 ★科別或醫師名字後如顯示*則表示該門診為預約制，類滿無保留號設置。

科別	時段	代號	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	地點
牙科	上午	80	01宋宜駒02張欣如	02楊正熾	01張皓智02蘇聯明	01李續揚02吳紹南	01陳書瀚02陳啟西	門診地下一樓
	下午	57	02傅瑋茹		02郭孟修	(約)潘遠宜01陳獻仁*		
	上午	80		01陳慶輝				
	下午	79	01李致方		01陳慶輝		02李致方	
	下午	H6	蔡祿儀(約診)	傅瑋茹		傅瑋茹	陳啟中(約診)	
	牙科特診							
●特殊需求者係指1.持有身心障礙手冊者、2.發育遲緩之兒童。 ●本門診無開放當日預約掛號，為免您來院久候，完成掛號後請務必於上班時間(上午8點至12點；下午1點30分至5點30分)電洽07-3468213、3468214，由專人為您安排到診時間！								
●齒顎矯正科：蘇聯明 ●兒童牙科：傅瑋茹			●口腔修復/牙齦整形：張欣如、陳岱西 ●家庭牙科：蘇聯明、張欣如、楊正熾、張皓智、郭孟修			●口腔顎面外科(含口腔癌、頭頸部腫瘤及正顎手術)：陳慶輝、李致方		
●牙周病科：吳紹南、陳書瀚			●牙體病科：楊正熾、陳獻仁、宋宜駒、張皓智					
醫師門診(約診)	上午		胸腔科(門診一樓)	胸腔科(門診一樓)	胸腔科(門診一樓)	胸腔科(門診一樓)	胸腔科(門診一樓)	高齡大樓
	下午			慢性腎衰竭(門診一樓) 高齡醫學科(高齡一樓)	高齡醫學科(高齡一樓)	心衰竭(門診一樓) 高齡醫學科(高齡一樓)	慢性腎衰竭(門診一樓) 高齡醫學科(高齡一樓)	
放射腫瘤	上午	54		01劉文山02黃俞憲	01黃俞憲02林裕為05胡淪昌	01劉文山02簡茹君	01林裕為	醫療大樓地下一樓
放射腫瘤約診	下午	45		01黃偉倫05黃俞憲	01簡茹君02黃偉倫	01簡茹君05胡淪昌	01黃偉倫	
核子醫學科	下午	73			16謝鴻達			1-22診 在門診一樓
營養諮詢(自費)	上午	67	23陳美吟	23顧銘成	23林建宇	23吳美媚	23楊瑞欣	
疼痛門診*	下午	55	09連偉宏			09曾莉雅/賴怡慎		23-65診 在門診B1
職業醫學科	上午	99	63陳照臨		31張朝煜(雙數週)		02祝年重(心內診室)31葉文彬(雙數週)	
皮膚科	上午	84	01洪千惠02呂穎怡03魏楷哲	01張喬勝02呂穎怡03游偉雯	01張喬勝02魏楷哲03許漢銘	01張喬勝02洪千惠03許漢銘	01游偉雯02呂穎怡03顧育達*(雙數週)	
	下午	65	01游偉雯02曾慧文	01洪千惠02吳冠榮*03許漢銘	01潘柏仰02魏楷哲	01游偉雯02吳介山03魏楷哲	01張喬勝02吳冠榮(約)教學門診	

科別	時段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六 時段8:00-12:00	地點
重建整形外科	上午	劉文忠、薛榮華	陳理維	黃士財				門診一樓 藝文大廳旁
	下午	李時雨			魏楷哲			
皮膚科	上午	洪千惠	呂穎怡	張喬勝	侯詠齡	游偉雯	主治醫師輪值	
	下午	呂穎怡	游偉雯					
婦女泌尿	上午		李如悅			陳昱蓁		
下午		蔡曉文						
口腔外科	下午		陳慶輝					美容醫學中心 預約方式：自費 預約專線(07)346-8080
心臟外科	下午			林俊堯				
耳鼻喉科	上午							
減重門診	下午		陳盛世					
中醫美顏	下午				鄭祥丞			

●微整注射：陳理維、黃士財、何彥儒、張喬勝、魏楷哲、畢永賢、謝宇軒
 ●拉皮手術：黃士財、薛榮華、何彥儒
 ●乳房重建：劉文忠、何彥儒、謝宇軒
 ●隆乳/縮乳/提乳手術：黃士財、何彥儒、薛榮華
 ●女性私密處手術：陳昱蓁、何彥儒
 ●皮膚光療：洪千惠、張喬勝、魏楷哲、呂穎怡、游偉雯
 ●拉提雷射：張喬勝
 ●陰道雷射：李如悅、蔡曉文、陳昱蓁、侯詠齡
 ●鼻/下巴整形：黃士財、廖佩洵
 ●疤痕整形/狐臭手術：黃士財、何彥儒、薛榮華
 ●靜脈曲張注射/手術：林俊堯
 ●抽脂/自體填脂：黃士財、薛榮華、何彥儒
 ●正顎手術：陳慶輝
 ●中醫美顏：鄭祥丞
 ●眼周手術：陳理維、黃士財

科別	時段	代號	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	地點
傳統醫學科	上午	96	01蕭韻文06林琬玲 07邱鎮添09鄭祥丞	01林琬玲03陳建智 09鄭祥丞	01蕭韻文03蕭韻文 06林琬玲09鄭祥丞	01蕭韻文03陳建智 06林琬玲07邱鎮添 09鄭祥丞	01蕭韻文03吳斯盛 06張那敏07邱鎮添 09鄭祥丞	01蕭韻文03陳建智 06林琬玲07邱鎮添 09鄭祥丞	醫療大樓一樓
	下午	97	01蕭韻文03陳建智 06林 董	01蕭韻文03吳斯盛 06陳力暉07吳暹暹 09蕭韻文	01張那敏03陳建智 06林 董09吳昱銜	01蕭韻文 03郭哲彰(單數週) 陳力暉(雙數週)	01蕭韻文03陳建智 06林 董09林琬玲		
●過敏性鼻炎：林董、蕭韻文、林琬玲 ●中醫內科：鄭祥丞、蕭韻文、林琬玲 ●中醫一般科：林董、吳斯盛、王那那、陳力暉、張那敏、吳暹暹、吳昱銜 ●腦中風特診：邱鎮添、陳建智、鄭祥丞、蕭韻文、蕭韻文 ●中醫內科：邱鎮添、蕭韻文、蕭韻文 ●中醫婦科、孕產照：鄭祥丞、林琬玲 ●中醫針灸科：邱鎮添、陳建智、鄭祥丞、蕭韻文、蕭韻文 ●癌症特診：邱鎮添、蕭韻文 頭康特約門診(全額自費) 預約專線：(07)3422121轉74909、手機直撥0978-466-078									

科別	時段	代號	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	地點
高齡醫學	上午	90	20梁志光(記憶約診) 21徐盈欣	20廖美珍 21周明岳	20沈秀祝(高齡腦血管) 21徐盈欣(記憶約診)	20黃寶雅 21王郁鈞	20林育德(記憶約診) 21廖美珍	高齡大樓一樓
	下午	91			20王郁鈞(長照醫療特診) 21周明岳	20徐盈欣(含失智症篩檢)	20許潘琳 21彭鈺婷	
神經內科	上午	05		05林育德		03沈秀祝		門診一樓
下午	47				07沈秀祝(約診)			
家庭醫學	上午	58	18潘湘如19薛光傑	18王復維19黃寶雅	18陳如憲19陳弘哲	18陳如憲19王復維	18黃寶雅19薛光傑	
	下午	60	18楊皓宇		18沈均儒	18潘湘如19林佩萱		

科別	時段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
慢性病整合門診 (限內科病人掛號)	上午	家醫科18、19診	家醫科18、19診	家醫科18、19診	家醫科18、19診	家醫科18、19診
	下午	家醫科18診	家醫科18診	家醫科18診	家醫科18、19診	家醫科18、19診
骨質疏鬆 特別門診	上午		陳啟輝(骨科) 莊瑋琦(新陳代謝)	莊瑋琦(新陳代謝)林立德(婦產科) 李宜軒(骨科)陳弘哲(家庭醫學)	任振輝(骨科)李宜軒(骨科) 許培強(復健科)	劉亦修(復健科) 姚智國(骨科)
	下午	楊皓宇(家醫科) 許建仁(骨科)	姚智康(骨科)陳俊宇(骨科) 吳育倫(神經外科)	許建仁(骨科)陳啟輝(骨科) 林立德(婦產科)	陳俊宇(骨科) 林立德(婦產科)	許潘琳(高齡醫學) 吳育倫(神經外科)

科別	時段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
登革熱責任門診	上午	蔡宏津(感染科)	王永興(一般內科)李欣華(感染科) 施正雄(感染科)曾鈺婷(感染科)	曾鈺婷(感染科)王典順(感染科) 李欣華(感染科)周雅儀(感染科) 蔡宏津(感染科)	周雅儀(感染科) 陳吉生(感染科) 陳瑞光(感染科)	施正雄(感染科) 陳瑞光(感染科)
	下午	家醫科18診	家醫科18診	家醫科18診	家醫科18診	家醫科18診
代謝減重中心	上午	潘湘如(家醫科)				
下午					潘湘如(家醫科)	
減重手術	下午	莊瑋琦(一般外科)			陳盛世(一般外科)	康龍均(一般外科)

教學門診(僅供網路掛號)
 教學門診目的為教學，會限制掛號人數。看診時由一位臨床經驗精良之主治醫師主持，會有住院醫師或實習醫學生在場，且由學生先診視病人，再由主治醫師親自示範診治。如您不同意如此看診方式，請勿掛號。感謝您的配合，也向您對醫學教育的貢獻致敬。

科別	時段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	地點
骨科	上午		12/13 72姚智康				門診大樓 地下一樓

高雄榮民總醫院 假日免費癌症篩檢

1 子宮頸抹片檢查
年1次 30歲以上
(女醫師檢查)

2 糞便潛血檢查
年1次 50-75歲

2 口腔黏膜檢查
年1次 30歲以上
(有吸菸或嚼檳榔.含戒檳者)

2 乳房X光攝影檢查
年1次 45-69歲

篩檢時間
10:30前
完成報到

• 每月第四週六上午8:00-11:00
• 3/18、4/22、5/27、7/22、
• 8/26、9/16、10/28、11/25、12/23

112年

篩檢地點

• 門診大樓(婦產科)一樓

預約專線

• 07-3422121 轉 78230
• 週一至週五 08:00~12:00,13:30~17:00

攜帶證件

• 健保卡及身分證



免費檢測

• 足部骨質密度檢測



高雄榮民總醫院 關心您

