

郵

國內郵資已付  
板橋郵局許可證  
板橋字第1279號



# 榮總人

Taipei Veterans General Hospital Bulletin

# 438

109年11月號

臺北榮民總醫院  
慶祝109年醫師節暨優良醫師表揚大會

2020

本院慶祝109年醫師節暨優良醫師表揚大會於日前舉行，由李發耀代理院長主持，退輔會馮世寬主任委員、衛福部石崇良次長等貴賓均親臨致詞頒獎，對醫師們不畏新冠肺炎病毒挑戰，妥採各項防疫及檢疫措施，保障國人健康，且不受疫情影響，仍提供國人和友邦最優質的醫療服務，充分體現「TAIWAN CAN HELP, TAIWAN IS HELPING」，表達感謝暨最高敬意。



## 榮總人月刊社組織

發行人：李發耀

社長：黃信彰

副社長：向為平

總編輯：許淑霞

副總編輯：

王嚴鋒 陳寶民 游君耀

執行編輯：

魏子鈞 桑穎穎 吳建利

編輯委員：

王馨慧 王彥博 王郁雯

江怡雯 李政源 何沁沁

吳飛逸 吳博貴 吳姿瑩

林熙 林釀呈 林智偉

林士傑 林佩欣 周睿信

胡瑜峰 胡力予 柯博仲

桑穎穎 曹彥博 陳克華

陳威任 陳正翰 張揚楷

張軒侃 黃祥芬 黃煦晴

黃安君 黃貞瑜 黃宣恩

曾偉誠 楊振昌 廖文傑

廖文輝 莊天佑 葉奕廷

鄭厚軒 劉瑞瑤 鄧惟濃

賴姿妤 戴玲真 簡宏哲

顏厥全 蘇建維 蘇郁文

攝影：

編輯助理：朱坤臨

行政助理：王治雁

印刷：湯承科技印刷(股)公司

新北市中和區立德街148巷50號4樓

電話：02-3234-6666

# 目錄 Contents

## 醫師節特別報導

109年醫師節暨優良醫師表揚大會 2

優良醫師代表致詞 5

退輔導會優良醫師、本院績優醫師得獎名單 6

## HOT 醫新聞

首開邊境 5歲妹來臺捐髓 移工莉娜新生出院 8

病理檢驗流程AI化 門急診住院檢查五星級服務 11

專訪病理檢驗部主任周德盈教授 15

## 要聞 風向球

「全聯之愛在榮總」慈善捐贈 17

南山基金會慈善捐贈 嘉惠北榮弱勢病癌友 17

李政家、楊懷哲醫師等獲中華民國專利 18

## 良醫訪談錄

肌肉攸關人體健康 北榮研究揭奧妙

—高齡醫學科彭莉甯主任專精研究

致力幫助老人更強壯 19

## 家庭醫療寶鑑

別再睡出一身病-淺談睡眠呼吸中止症 21



## 願景／全民就醫首選醫院，國際一流醫學中心

### 生活最健康

認識蕁麻疹 23

### 護師齊把關 全民保健康

冬天的隱形殺手-淺談不典型急性胸痛就醫照護注意事項 25

### 藥安全藥健康

您知道偏頭痛也有預防用藥嗎？ 26

### 營養專欄

抗炎飲食加運動 退化關節少疼痛 27

### 惠眾基金會捐款芳名錄

109年9月捐款芳名錄 28

# 宏揚醫德 樹立楷模

## 109 年醫師節前夕表揚優良醫師



▲圖：李發耀代理院長致詞感謝醫師們的付出貢獻和卓越表現。



▲圖：馮主任委員親蒞致詞。

109 年國軍退除役官兵輔導委員會北區醫療及安養機構優良醫師表揚大會暨臺北榮總醫師節慶祝大會，於 11 日上午假臺北榮總致德樓第一會議室舉行，由本院李發耀代理院長主持，衛生福利部石崇良次長、國軍退除役官兵輔導委員會馮世寬主任委員親臨致詞頒獎。為提高醫療水準及服務品質，保障民眾健康，本院每年醫師節前夕均舉行優良醫師表揚大會，頒發退輔會「優良醫師獎」、臺北榮總「醫教奉獻獎」、「醫師創新(改良)獎」、「醫師學術論文獎」、「臨床教學績優醫師獎」、「住院醫師杏林獎」等六個獎項，以宏揚博愛精神、樹立醫師楷模、激勵工作士氣、砥勵醫德。

退輔會馮世寬主任委員嘉勉每位得獎醫師，並對各榮總協助 12 家分院建置完善的防疫措施，表達感謝，同時讚揚臺北榮總不受疫情影響，仍提供最

優質的醫療服務。如成功挽救紐西蘭毛利國王將截肢的腳，並大幅改善國王的健康，使其重新視事並成功訪問教廷，毛利國王除於國際場合公開讚揚，更多次派遣使團進行交流。另迅速安排越南風濕性二尖瓣狹窄生命垂危患者遠距確診，並協助來臺就醫等，充分展現臺灣優異堅強的醫療實力。此外，北榮建立了臺灣首套臨床人工智慧自動判讀轉移性腦瘤系統，並成功將 AI 技術建置



在臨床場域試用，大幅縮短醫師人工判讀的時間；眼科部林佩玉醫師發展微創角膜內皮後彈力層移植手術，兒醫部鄭玫枝醫師傑出的臨床教學研究等各項優異表現，都令人印象深刻。

衛福部石崇良次長首先對於全國醫療人員齊心努力，讓臺灣獲得優異防疫成果表達誠摯感謝，並提及臺北榮總在疫情期間三項關鍵超前部署，讓他印象深刻。首先在疫情初期，全國新冠病毒檢測量一天僅 500 人，北榮醫檢部門立即購置設備擴充檢驗量，也因為這樣的帶頭作用，目前全國檢測量可達一天 8 至 9 千人；第二是設置專責病房並向全國醫院示範，教導如何分艙分流，規劃動線，有效降低新冠病毒院內感染的發生。第三是北榮桃園分院協助支援集中檢疫所。榮總退輔體系為國家十分重要的防疫機制，在疫情動員當中，也給予極大的支持協助。石次長表示，除各醫療人員齊心努力，更希望國產疫苗能早日研發成功，請各醫院協助招募



▲圖：石崇良次長致詞。

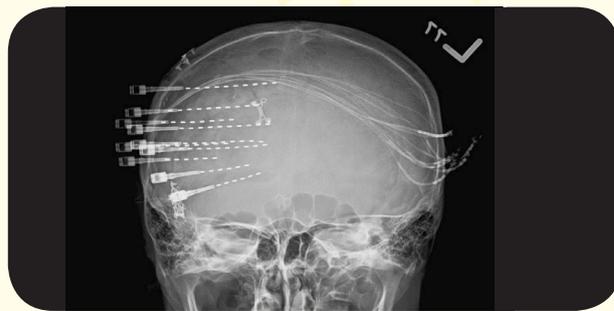
第二期臨床試驗 3500 位受試者，才能盡早終結這場疫情之戰，幫助國人及全世界的人民，印證「TAIWAN CAN HELP, TAIWAN IS HELPING」。



▲圖：李發耀代理院長致詞。

李發耀代理院長則表示，臺北榮總為國家級醫學中心，需要教學、研究及服務並重，感謝所有醫師無怨無悔的付出，讓本院能成為全民就醫首選醫院，國際一流的醫學中心。目前，興建中的新醫療大樓預計於 110 年 2 月完工啟用，手術室翼樓興建及長青樓改建都在陸續規劃進行中；而臺灣第一座也是全世界第十三座的重粒子癌症治療中心，也將於 110 年開始提供臨床服務。展望未來，精準醫學、次世代基因定序、智慧醫療研發及大數據應用；與陽明大學合作新冠病毒檢測及疫苗的研發，以及配合新南向政策，深化與越南及新南向國家合作交流等，都是本院發展的重點，更展現出北榮追求卓越、永續經營的決心，期望全體同仁齊心努力，讓臺灣的醫療在世界發光。

此外，榮獲醫師創新（改良）獎第一名的「為立體定位腦電波設計之大腦結構自動定位系統」受到各界矚目；大部分的癲癇病人在發作時有一定的臨床發作型態，為找出致癲病灶，醫師進行「立體定位腦電波電極置放術 (SEEG)」時，會將多支的深部電極，放在腦部的目標核區，精確記錄腦部任何異常放電，了解每位病人癲癇發作的所受影響的網絡、範圍大小及病灶深度。但僅憑醫師或研究人員肉眼判讀上百個電極位置、訊號及長時間的腦波記錄，找到放電手術位置，不僅耗時費



力，更可能造成人為判讀誤差。有鑑於此，本院神經醫學中心癲癇科及功能性神經外科影像研究團隊，特別與交通大學合作，研發出在找到異常癲癇放電的手術位置後，能自動定位腦功能區，精準標定手術範圍，讓癲癇手術更安全。  
(報導 / 公關組 吳建利)

## 花絮



▲圖：主辦單位 - 骨科部主承辦同仁。



▲圖：貴賓蒞臨會場。



◀◀圖：慶賀獲表揚優良醫師。



## 【醫教奉獻獎】教學部：陳明德科主任



▲圖：教學部教師培育科陳明德主任代表獲獎醫師致詞。

榮獲年度「醫教奉獻獎」的教學部教師培育科陳明德主任，為神經外科醫師，專精顱底手術與神經電生理學，不斷汲取新知精進手術技巧，更因材施教，指導後進不遺餘力。陳主任除接受表揚，並代表獲獎醫師致詞。

陳明德主任表示，從事醫療工作以來，均以「做中學」精神傳承神經外

科博大精深之優秀內涵，也因手術個案質量俱優，讓本院神經外科多年來成為住院醫師訓練首選醫院，更是實習醫學生最佳外科學習環境。調至教學部負責全院醫師及各醫事職類教師發展與培育後，體會到教學工作更深一層的價值與意義。

陳主任強調，將不斷追求創新突破，引進各種新進、具創意教學課程，或教材設計，致力教學方式多元化，實體與數位化課程並重。如小班互動式教學，師生角色互換「翻轉教學」，以及短時間與不同對象討論激盪出創新思維，避免自我盲點的「世界咖啡館」等，兼顧全人醫學教育，致力培養與時俱進新世代的優秀醫師。

(報導/公關組 吳建利)



優良醫師獎-蘇宇平主任

醫教奉獻獎-陳明德主任

醫師創新(改良)獎-陳瑞裕醫師

醫師學術論文獎-吳俊穎主任

臨床教學績優醫師獎-林怡君醫師

住院醫師杏林獎-林詠萱(神內)

## 國軍退除役官兵輔導委員會 109 年優良醫師

### 臺北榮總

內科部劉嘉仁醫師、余文鍾醫師、蘇建維醫師；外科部黃建勝醫師、王心儀醫師、張效煌醫師、林春吉醫師；神經醫學中心李怡慧科主任；口腔醫學部楊淑芬科主任；放射線部賴亦貞醫師；胸腔部周昆達科主任、骨科部周伯鑫醫師、蘇宇平科主任；兒童醫學部顏秀如醫師；急診部陳正翰醫師；麻醉部丁乾坤科主任；眼科部林佩玉醫師；婦女醫學部洪煥程科主任；耳鼻喉頭頸醫學部趙勻廷醫師；腫瘤醫學部劉裕明醫師；家庭醫學部陳育群科主任；泌尿部林子平科主任、病理檢驗部陳志學科主任、復健醫學部邱然偉醫師；醫學研究部江晨恩科主任；皮膚部吳貞宜科主任；核醫部李哲皓醫師；重症醫學部黃柏勳科主任；教學部陳明德科主任；傳統醫學部龔彥穎科主任

**臺北榮總蘇澳分院** 內科部許立明主任、陳秀婷醫師

**臺北榮總員山分院** 內科部朱豐沅醫師、李彩慎醫師

**臺北榮總桃園分院** 放射線科李國維醫師、內科部劉震龍醫師

**臺北榮總新竹分院** 骨科部莫凡慶主任、內科部黃政斌主任、外科部蘇鍾毓科主任

**臺北榮總玉里分院** 精神部王鈺淵醫師、林知遠醫師、胸腔內科楊崇德主任

**臺北榮總鳳林分院** 醫療部王尚焜醫師、內科部高文光醫師

**臺北榮總臺東分院** 精神科林文斌醫師、內科張慶宏醫師

**臺北市立關渡醫院** 內科部段大全主任

## 109 年「醫教奉獻獎」

教學部教師培育科 陳明德主任

## 109 年「醫師創新(改良)獎」

**第一名** 神經醫學中心 李政家 / 周建成 / 尤香玉醫師

主 題：為立體定位腦電波設計之大腦結構自動定位系統

**第二名** 耳鼻喉頭頸醫學部鼻頭頸科 藍敏瑛主任

主 題：矽基多層次奈米化平台偵測鼻咽癌循環腫瘤細胞及 EBV DNA

**第三名** 外科部一般外科 陳瑞裕醫師 / 葉奕廷醫師

主 題：經口甲狀腺手術的安全裝置

**佳作** 口腔醫學部家庭牙醫科 吳政憲主任

主 題：結合 3D 列印導航技術客製化重建眼眶 - 顴顱骨複合區缺損

**佳作** 胸腔部臨床呼吸生理科 彭殿王主任 / 邱華彥醫師

主 題：利用脈衝震盪肺功能早期診斷小呼吸道疾病

**佳作** 內科部心臟內科 陳嬰華醫師

主 題：根據心室膜性中隔長度量身打造主動脈瓣植入深度可以大幅減少經導管主動脈瓣植入術 (TAVI) 後心臟傳導障礙的發生及永久性心律調整器的植入率

## 109 年「醫師學術論文獎」

### 第一名 腫瘤醫學部藥物治療科 楊慕華主任

論文題目：Snail 透過誘發 claudin-11 表現產生腫瘤細胞群聚移動以促成癌症惡化

### 第二名 內科部血液科 劉嘉仁醫師

論文題目：無症狀華氏巨球蛋白血症疾病進展的風險評估

### 第三名 皮膚部皮膚診斷科 陳志強主任

論文題目：機械應力誘發巨噬細胞活化進而促進毛髮再生

### 第三名 耳鼻喉頭頸醫學部鼻頭頸科 藍敏瑛主任

論文題目：可捕捉鼻咽癌循環腫瘤細胞及偵測 EBV DNA 之雙功能奈米結構平台

### 第三名 內科部心臟內科 趙子凡醫師 / 陳適安副院長

論文題目：心房顫動病患使用新型口服抗凝血劑來預防腦中風的年紀閾值

### 第三名 醫學研究部 王岡陵醫師

論文題目：減低劑量的新型口服抗凝劑在心房纖維顫動病患的安全性與有效性－  
統合分析研究

### 佳作 醫學研究部 吳俊穎醫師 / 杜培基醫師

論文題目：以功能性核磁共振影像找出四種主要精神疾病共同神經網路連結異常

### 佳作 教學部 鄭浩民醫師

論文題目：上升的夜間脈搏壓的血壓波動可以預測洗腎病患的長期的死亡風險

### 佳作 內科部腎臟科 黎思源醫師

論文題目：DNA 甲基化抑制轉位子表現 促成腎臟幹細胞發育

## 109 年「臨床教學績優醫師獎」

口腔醫學部林怡君、謝春怡醫師；內科部莊喬琳、林亮羽、王彥博、余文鍾、蕭樑材、李懿成、曾偉誠、陳夙容、孫易暄、林炯熙、蔡維禎、王宇平醫師；外科部陳瑞裕、林春吉、陳正彥、葉奕廷、吳思賢、洪榮志醫師；皮膚部吳貞宜醫師、耳鼻喉頭頸醫學部王懋哲醫師、兒童醫學部洪妙秋醫師、放射線部黃宣恩醫師、泌尿部林志杰醫師、急診部張家瑜醫師、重症醫學部黃柏勳科主任、家庭醫學部許若嵐醫師、核醫部姚珊汎醫師、病理檢驗部王蕾琪醫師；神經醫學中心神經內科林恭平醫師、神經外科楊懷哲醫師；胸腔部劉永揚醫師、骨科部林希賢醫師、高齡醫學中心林明憲科主任、婦女醫學部葉長青醫師、眼科部蔡傑智科主任、麻醉部王審之醫師、復健醫學部蔡泊意科主任、傳統醫學部張清賢醫師；腫瘤醫學部陳三奇醫師、精神醫學部劉英杰醫師

## 109 年住院醫師「杏林獎」

精神醫學部黃茂軒醫師、家庭醫學部李蕙君醫師、  
神經醫學中心（神經內科）林詠萱醫師

## 首開邊境 五歲妹來臺捐髓 北榮成功搶救 移工莉娜喜迎新生



23 歲印尼移工莉娜，罹患嚴重型再生不良性貧血，經本院 9 個月的治療順利康復出院，家人將於近期返國，莉娜及媽媽、二個妹妹特別出席慶生記者會，對於疫情嚴峻各國國境封鎖之際，臺灣各界不因為她是移工，仍願伸出援手積極搶救她的生命，表達由衷誠摯的感謝，除再次證明我國堅強的醫療實力，更印證大愛無國界，大愛更無國籍之分。

### 出現嚴重病癥 尋求救助

印尼移工莉娜自 108 年 11 月開始出現數個月經血不止，每次長達 20 天，合併暈眩、疲憊、發燒等症狀，109 年 2 月於外院住院檢查懷疑為再生不良性貧血，被雇主解雇，並自行尋求臺灣國際勞工協會 (TIWA) 幫忙。該協會輾轉連繫向本院兒童血液腫瘤科顏秀如醫師尋求協助。109 年 3 月入住本院並確診為「嚴重型再生不良性貧血」，急需接受異體造血幹細胞移植。顏秀如醫師表示，一般而言，兒童或年輕人罹患此病，經由兄弟姐妹捐贈之異體造血幹細胞移植其痊癒率高達 8-9 成；若經由非親屬之幹細胞移植成效較差，約 7-8 成。



▲圖：移工莉娜感謝本院顏秀如醫師的熱心搶救。



▲圖：小妹妹向媒體表示，只要能救姐姐，她不怕打針。

### 各界積極協助 突破疫情隔閡

由於 COVID-19 疫情嚴峻，莉娜的家人遠在印尼鄉下、加上語言隔閡、印尼醫療不便（連檢測移植配對都無法如期進行），以及家庭經濟狀況不佳，家人於印尼配對一事遲遲未能進行。在等待移植的過程中，莉娜只能依賴每周輸血，維持正常的血球數量；但白血球數量逐周下降，隨時有嚴重感染機會發生，隨輸血次數增加，移植成功的成效亦變差，能否盡速移植成為重要關鍵。在 TIWA 積極協助下，醫療團隊多次和病患本人、遠在印尼的雙親及翻譯視訊會談病情，迅速確立了治療方向：安排家人盡快至臺灣進行配對檢測，同時配對慈濟骨髓庫尋求可能的移植備案。由於疫情因素，抵臺居家隔离、看診、配對、等報告、等排隊進無菌室，耗時太久，在 TIWA 努力，洪申翰立委積極協調、疾管署及機場檢疫單位等多方的配合下，母親及二位妹妹於 6 月 2 日夜

間終於抵達臺灣，下機後直驅北榮急診部，於發燒篩檢站迅速進行 COVID-19 初篩及相關 HLA 檢測後，二日內迅速確認五歲的妹妹與莉娜的配對完全相符，再經由居家隔离 21 天後，三人於 6 月 24 日二篩陰性，莉娜住院開始移植前檢查。

### 全方位專業醫療施救 幼妹救姊成功

顏秀如醫師特別指出，五歲妹妹相對年幼，體重只有 14 公斤，莉娜為成人體型 50 公斤，如何順利安全捐贈且幹細胞足夠，會是一大難題。所幸，本院輸血醫學科及兒童加護病房醫護同仁收集體重小於 15 公斤之年幼兒童幹細胞作為幹細胞移植經驗十分豐富，在醫療團隊齊心照護下，妹妹的造血幹細胞收集圓滿順利。6 月 28 日莉娜開始隔離，進行高劑量化療，7 月 8 至 10 日輸注幹細胞，白血球及血小板亦順利植入，8 月 6 日平安出院。移植後，莉娜曾短暫出現 EB 病毒及巨細胞病毒的感染，

但經由藥物控制下，目前已痊癒。另持續追蹤檢查，白血球及血小板數量已與正常人無異，然因二人血型不同，仍有輕微貧

血現象，仍需持續觀查。

(報導/公關組 吳建利)

## ※ 認識「再生不良性貧血」

再生不良性貧血 (Aplastic anemia) 是一種罕見的後天疾病，其誘發原因眾多，藥物、毒物、感染、基因遺傳等都有可能導致再生不良性貧血，但是多數病人的疾病仍就原因不明。以臺灣而言，約莫每年每十萬人中有一人會罹患再生不良性貧血。因為骨髓裡的造血細胞不正常死亡而導致紅血球、白血球與血小板出現不足的現象。在臨床上，則觀察到病人出現貧血造成的倦怠、臉色蒼白、體力變差；血小板缺乏所導致的瘀青、出血點、紫斑或其他凝血問題；以及白血球缺乏導致的免疫低下，使得病人容易罹患各種感染，甚至因為嚴重的感染而引發敗血症。雖然一部分病情較為輕微的病人可以用輸血和藥物治療處理，但罹患嚴重型再生不良性貧血的病患可能就需要接受異體造血幹細胞移植，或是高強度免疫抑制劑治療。

整體而言，在接受適當的治療後，再生不良性貧血的預後比起以前，已經有長足的進展。從 1960 年代高達 80-90% 的死亡率，直至今日，病人五年至十年的存活率已經可以達到 80-90%。

## 預防 COVID-19 (武漢肺炎)

進入機構  
務必佩戴口罩



進入機構時務必主動告知  
最近 14 日內之旅遊史、職業別、  
接觸史以及是否群聚 (TOCC)



\*請有發燒/呼吸道症狀/具有 COVID-19 感染風險人員勿進入機構



專題報導：病理檢驗部

## 病理檢驗流程 AI 化 門急診住院檢查五星級服務



▲圖：本院病理檢驗部是一支實力堅強的醫療團隊。

### 從民眾需求角度檢視 貼心規畫

不少人都有過這樣的難忘經驗，就診後需要做進一步抽血或尿液檢查，檢驗大廳卻擠滿長長的排隊人龍。為避免民眾久候，並提供更貼心完整的高品質檢驗服務，臺北榮總病理檢驗部 3 年前精心規劃「AI 自動化智慧病理檢驗系統」與「門診抽血空間整建」計畫，打造如同五星級飯店般舒適貼心的檢驗環境與服務流程，大幅縮短民眾等待及檢驗作業時間。

### 病人從擠爆大廳到有條不紊 從抱怨到滿心感謝

臺北榮總是國內首屈一指的醫學中心，每日門診與急診的就醫患者就將近萬人，不少民眾就診後還需要進一步抽血或做尿液等檢驗，單是門診

每天平均即有 2400 人次需要抽血檢查。病理檢驗部周德盈部主任表示，過去門診抽血櫃檯只有 11 檯，以每人抽血時間 2 到 3 分鐘計算，門診抽血平均每人等候 33.1 分鐘，尤其每天上午 8 時到 11 時的抽血檢查尖峰時段，更完全超出檢驗人員的最大工作負荷量，即使全員出動、火力全開，平均等候時間可達 42 分鐘；一旦遇到連假前後期間，最長等候時間甚至可達 2 小時以上，讓不少患者抱怨連連。

周德盈主任指出，過去因為只有 11 檯抽血檯，抽血室內部空間最多只能同時容納 30 人，民眾一早報到後，必須在檢驗大廳等候叫號，再自己去找抽血檯，造成現場混亂。即使等到所抽號碼，待醫護人員確認民眾身分後，

再依檢驗單項目開始準備抽血試管，導致候檢時間拉長。為了提升檢驗流程效率，病理檢驗部著手規劃「AI 自動化智慧病理檢驗系統」，將門診、急診、住院及中央實驗室生化免疫檢測設備等全面升級，連同檢體傳送動線及分類分流、電腦自動化定位與檢體儲存、大樓空間整建等也一併設計考量，長達 3 年的精心規劃，全新 AI 自動化抽血及檢驗系統也在 2019 年 12 月正式啟用，讓民眾享受高品質及舒適的檢驗服務。

周德盈主任表示，現在有了全自動化智慧檢驗流程，不僅等候時間縮短，降至 10 分鐘以內，急作檢驗更是於檢體簽收後 30 分鐘內發出報告；他笑著說：「以前經常收到民眾和同仁抱怨，現在卻是經常收到患者滿滿的感謝。」

### 門診檢查體貼溫馨 檢體直送免沾手 降低感染風險

以門診為例，現有抽血檯已由 11 檯擴增至 18 檯，其中 3 檯為輪椅無障礙抽血檯。在自動化病理檢驗系統正式啟用後，民眾到了檢驗大廳只要在報到機插入健保卡或掃描檢驗單，報到手續即自動完成，電腦自動備管系統也會立即啟動，並依據現場等候人數由電腦自動智能派號到最快的抽血檯，讓抽血檢驗分派更有效率。

令人驚豔的是，民眾到了抽血檯，此時電腦早已完成備管，並透過自動傳輸軌道送到指定分派的抽血檯，經抽血醫護人員與讀取健保卡雙

重確認病患身分後，就能立刻抽血，而抽血完後的檢體也會透過電腦軌道自動匯集分類，並直接氣送到中央實驗室的檢體前處理系統，經掃描試管上條碼 (Bar Code) 自動簽收及智能分類，進行快速檢測並核發報告。

中央實驗室位於本院中正樓 3 樓，周德盈部主任說，雖然跟門診大樓分屬在不同建築物及不同樓層，但門診與急診的檢體皆能透過自動化傳送系統，直接傳送至中央實驗室。他解釋，門診非急件檢體主要用「砲彈方式」，一次累積 20 個檢體以自動卸載氣送到中央實驗室，平均 5 分鐘可送達；急件檢體為了搶時效性，則透過「超高速連續式試管傳遞系統 (Tempus)」，單次檢體採集後就立刻傳送，平均 1.5 分鐘即可送達中央實驗室；至於住院病房檢體，則由本院勤務人員親送至中央實驗室櫃檯，

### 自動化傳送系統 超高效率 不影響人員動線。

基本上，中央實驗室櫃檯收到檢體後，經檢體自動分類機自動分類，並透過經由天花板的梯階軌道自動傳送到相對應的檢體前處理系統，進行後續的檢測分析，完全不會影響到人員走動的工作動線。厲害的是，電腦能精確地將檢體智慧化自動分配到各自對應的生化免疫檢測軌道，進行血液離心、試管拔蓋、生化與免疫檢測等作業，而這些流程皆於同一條作業線上。如同工廠 AI 智能化生產線，所

有流程一清二楚，檢驗人員不僅透過電腦螢幕就可以直接監測每個細部環節，一旦發生異狀還能立即清查是哪個環節出問題；且所有過程完全自動化，同仁完全不會碰觸到檢體，避免人員接觸感染，並降低檢體污染風險。

「急診檢體 18.5 分鐘出報告，門診檢體 30 分鐘內出報告。」周德盈部主任說：相較以往的門診急作 1 小時、一般案件 4 到 8 小時，「自動化智慧病理檢驗系統」大幅提升了檢驗效率與服務品質，且檢驗報告修改率更是低於百萬分之一以下。

### 自動定位冰存檢體 加作檢驗超 easy

不止檢體蒐集、檢驗流程自動化與智慧化，就連檢體儲存也有電腦精準定位，使用機械手臂直接將檢體自動排位冰存。一旦醫師認為有需要再加作其他檢驗項目，這時電腦即可根據精準定位系統，自動快速找到檢體，並進行後續加作項目的檢測分析。

值得一提的是，考量到民眾隱私與檢體採集的便利性，門診檢驗大廳的洗手間也全面改建，並設計了貼

心的尿液檢體傳送系統，廁所裡透過電腦螢幕簡單操作就可以直接將檢體自動傳到檢驗室。現在民眾直接在廁所內掃描條碼，就能完成姓名資料確認，尿液檢體直接透過軌道系統傳送，避免不慎溢撒及尿液接觸污染。

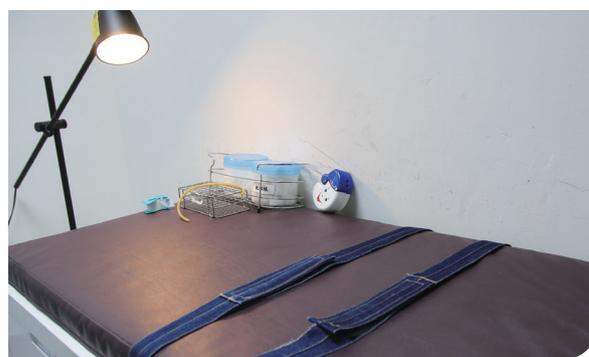
### 自動、智能、快速、精準

周德盈部主任說，AI 自動化智慧病理檢驗系統的設計建置，配合門診大樓、急診室與中正樓的空間整建作業，不只大幅減少民眾受檢等待時間，檢驗大廳的空間環境也變得更舒適貼心，而且所有檢驗流程與動線設計也更方便且有品質，中央實驗室的檢體櫃檯收受簽收、檢測分配作業與電腦定位冰存也更快速與精準。如同北榮一貫的信念宗旨，配合國家醫療政策，提供榮民、榮眷及一般民眾最優質的醫療服務。歷時 3 年的門診、急診與住院的病理檢驗自動化流程動線與服務改造計畫，可說是一項民眾服務的很好投資。未來，本院病理檢驗部也將持續突破象限、智慧領航，為醫療服務做最大貢獻。

(採訪報導 / 特約記者 張嘉芳)



▲圖：輪椅無障礙抽血區友善便民。



▲圖：嬰幼兒抽血室加裝蛇燈和固定帶。

本院引進建置「AI 自動化智慧病理檢驗系統」，並配合抽血空間整建，有效提升病理檢驗效能。



## 小檔案

### BOX1：無障礙抽血檢驗

針對行動不便民眾，本院特別設置「輪椅無障礙抽血區」，並設置 3 檯獨立抽血櫃檯。有別於檢驗大廳的 15 個一般抽血櫃檯，無障礙區的抽血檯不僅各自搭配獨立的電腦備管系統，而且抽血檯還能配合輪椅高低而自動調整高度，讓行動不便的人都能享有舒適貼心的友善便民檢驗服務。

### BOX2：嬰幼兒抽血室

針對孩童與嬰幼兒，本院檢驗大廳也特別規劃了一個專屬的「嬰幼兒抽血室」，不僅室內牆壁皆裝置隔音海綿，避免孩童抽血哭鬧而打擾到其他民眾。另外，由於孩童的血管較薄，為方便檢驗人員抽血作業，嬰幼兒抽血室也加裝蛇燈、固定帶與行動工作檯，讓寶寶及幼童都能順利完成抽血檢驗。

## 專題報導：病理檢驗部

# 防疫最前線 打造醫學中心最佳檢驗量能

## — 專訪病理檢驗部主任周德盈教授

專訪 / 特約記者 張嘉芳



### 周德盈醫師檔案

- 現職：**1. 臺北榮民總醫院病理檢驗部主任  
2. 國立陽明大學臨床醫學研究所教授  
3. 臺北榮民總醫院分子病理科主任
- 學歷：**1. 國立陽明大學醫學系畢業  
2. 美國 Johns Hopkins 大學醫學院生物化學博士  
3. 國立臺灣大學管理學院碩士在職專班 (EMBA)
- 專長：**胸腔病理、分子病理、肺癌的侵襲和轉移、醣生物學、精準醫學。

2020 年，全球籠罩在新冠肺炎疫情 (COVID-19) 衝擊。國內的防疫成就在這波疫情下受到世界各國肯定，成功背後原因跟國內快速精準的檢驗量能與完善確實的公共衛生防疫策略有關。本院病理檢驗部耗資 6 千多萬元，3 年前精心規劃 AI 自動化智慧病理檢驗系統與門診抽血空間整建工程，打造五星級檢驗服務，2019 年底正式營運，今年初迎戰新冠肺炎襲擊，不僅有效提升國內整體的檢驗量能、幫助個案快速確診，在防疫最前線下，充分發揮一流醫學中心的核心價值與防疫領頭羊責任。

病理檢驗部周德盈部主任表示，為改善本院檢驗量能，讓民眾擁有舒適溫馨的檢驗環境及高品質服務，3 年前開始規劃 AI 自動化智慧檢驗系統與流程、中央實驗室生化免疫自動檢測軌道

系統、門急診空間整建工程，設計項目包括檢驗大廳的自動報到機、電腦備管系統、智能派號、檢體自動傳送軌道到中央實驗室、電腦簽收分類、檢測作業站分流、檢體定位冰存等，光是軟硬體自動系統部分就花費 4 千多萬元，另配合檢體軌道傳送的門診檢驗室空間整建工程也耗資 2 千多萬元，各項提升民眾服務品質的投資，恰巧在這波新冠肺炎疫情上及時發揮作用。

2020 年上半年正是 COVID-19 疫情嚴峻時刻，前院長張德明醫師早有先見之明，今年 1 月就已指示盡速建立「檢驗平台」。周德盈部主任說，病理檢驗部一個星期內迅速完成 COVID-19 的病毒檢測作業流程設置並持續優化，將原本的人工方式改成自動化儀器檢測，不僅提升檢驗量能及品質，降低人

為錯誤機率，更大幅縮短檢測時間。以「病毒核酸檢測」為例，過去必須人工先做核酸萃取，再做「即時聚合酶鏈鎖反應 (Real Time Polymerase Chain Reaction, RT-PCR)」，整個流程需花費 6 小時。自動化檢驗平台建置後，即可由機器自動萃取核酸，並由全自動儀器進行病毒核酸偵測，取代以往的人工操作；從檢測到報告核發由過去的 6 小時，縮短至約 3 小時，且每日檢驗量能最高可達 1200 件。

此外，透過新冠肺炎的血清抗體檢測，即可得知是否曾經罹病。周主任表示，本院中央實驗室生化免疫檢測軌道系統有 6 台機器可做血清抗體檢測，一台機器每小時可處理 300 例檢體，北榮 6 台機器每小時可完成 1800 例血清抗體檢測，檢驗量能為全國醫學中心翹楚，足以隨時支援衛生福利部與中央流行疫情指揮中心的需求與機動調度，只要國家防疫政策有需要，臺北榮總義不容辭，隨時可為防疫工作投入最大心力。



## 去醫院時我該注意甚麼？

- ◆ 有症狀才需就醫
- ◆ 主動告知醫師旅遊史、職業史接觸史及群聚史(TOCC)
- ◆ 由醫師依專業判斷是否篩檢



## 「全聯之愛在榮總」 慈善捐贈



財團法人全聯慶祥慈善事業基金會「全聯之愛在榮總」醫療物資捐贈儀式，於10月21日上午10時假臺北榮總舉行，由財團法人全聯慶祥慈善事業基金會張宜君執行長代表捐贈，高壽延副院長代表本院受贈。高副院長對於全聯慶祥慈善事業基金

會的長期善行義舉表達由衷感謝，張宜君執行長表示，藉由北榮共同灌注愛心，讓社會救助網更健全完善。

本次捐贈醫療耗材物資包括780包成人紙尿褲、1080包看護墊、1,800包濕紙巾、540包紙尿片，及亞培安素、倍力素營養品等共計3,690罐，市價將近62萬元。

財團法人全聯慶祥慈善事業基金會於95年3月成立，捐贈本院13年，累積物資市值逾6千萬元，嘉惠超過6萬人。充分實踐了揚善惠眾的助人理念（報導/公關組 吳建利）

## 南山基金會慈善捐贈 嘉惠北榮弱勢病癌友



財團法人南山人壽慈善基金會弱勢醫療救助暨癌友物資捐贈儀式，10月21日上午於臺北榮總舉行，由南山慈善基金會周佳蓉執行長代表捐贈，高壽延副院長代表受贈。高副院長對於南山人壽慈善基金會的長期善行義舉表達由衷感謝；周執行長則表示，藉由北榮這寶

貴平台，攜手關懷貧病弱勢族群，希望能幫助更多的病人安心就醫。

南山慈善基金自102年起持續捐贈臺北榮總就醫病人醫療急難救助金及癌友康復用品。109年1至9月，共有8名病人及家庭獲得21萬餘元醫療、看護及生活費用補助，其中接受「龐大醫療費用救助專案」的急重症病人，濟助金額高達10萬元，大為減輕病家沉重負擔。另同時捐贈5萬元購買頭巾、頭巾帽等康復用品，表達對癌症病友的貼心關懷。

（報導/公關組 吳建利）



# 李政家、楊懷哲醫師等人 獲中華民國發明專利

神經醫學中心李政家、楊懷哲醫師等人，長期鑽研醫學領域相關研究，日前以【基於磁振造影分析腦組織成分的系統與方法】研發成果，獲得中華民國發明專利，另在美國申請專利中。

專利內容為基於磁振造影分析腦組織成分的系統，包含記憶體以及處理器、記憶體儲存指令。

處理器用以存取並執行指令，以自複數正常受試者的複數腦部磁振造影影像萃取出複數組織圖譜，根據正常受試者的數量平均化該些組織圖譜，以產生對應於不同組織成分的複數參考組織圖譜，接收具有標定區域的腦部磁振造影樣本，以及根據該些參考組織圖譜與標定區域分析腦部磁振造影樣本以產生分析結果，其中分析結果指示腦部磁振造影樣本中的標定區域的組織成分比例。

(報導 / 公關組 吳建利)



## 秋冬防疫專案-邊境檢疫

2020/12/1-2021/2/28

入境及轉機登機前須附

### 3日內COVID-19核酸陰性報告

- ❖ 報告內容須含：  
登機者護照姓名、出生年月日(或護照號碼)、採檢日及報告日、疾病名稱、檢驗方法及判讀結果等。

- ❖ 日期以報告日及工作日計算，不算入當地國定假日可為紙本正/影本或電子報告，內容應清晰辨識，且項目完整

中央流行疫情指揮中心

2020/11/18

## 秋冬防疫專案-社區防疫

2020/12/1起

### 出入八大類場所應佩戴口罩

- ❖ 醫療照護、大眾運輸、生活消費、教育學習、觀展觀賽、休閒娛樂、宗教祭祀治公機構等場所應佩戴口罩
- ❖ 未佩戴口罩且勸導不聽者，由地方政府裁罰新臺幣3千元以上1萬5千元以下罰鍰

中央流行疫情指揮中心

2020/11/18

## 秋冬防疫專案-醫療應變

2020/12/1起

### 加強通報採檢、訂定獎勵指標

- ❖ 醫療院所落實法定傳染病通報義務
- ❖ 加強門急診社區感染肺炎病人篩檢
- ❖ 加強醫療照護人員健康監測
- ❖ 加強住院病人篩檢

中央流行疫情指揮中心

2020/11/18

# 肌肉攸關人體健康 北榮研究揭奧妙

## —高齡醫學科彭莉甯主任專精研究 致力幫助老人更強壯



### 彭莉甯醫師檔案

專訪 / 特約記者 陳麗婷

現職：1. 臺北榮總高齡醫學中心高齡醫學科主任  
2. 國立陽明大學醫學系副教授

學歷：1. 台北醫學大學醫學系畢業  
2. 國立陽明大學醫務管理所碩士  
3. 國立陽明大學公共衛生研究所博士

專長：高齡醫學、肌少症、老年症候群。

門診時間：星期二上午第 3608 診間  
星期三下午第 3608 診間

全球許多國家均面臨人口老化的問題，要如何增加平均餘命的同時也預防長衰弱及失能的發生是醫療照護的挑戰，而肌少症是造成高齡長者逐漸步向衰弱及失能的關鍵因素。本院高齡醫學中心高齡醫學科主任彭莉甯醫師表示，過去很多人都以為肌肉量單純地僅與活動功能及肌力有關，但近年來許多研究已發現，肌肉會分泌出許多的肌肉激素(myokines)，肌肉激素會與許多器官發生交互作用如骨、腦、胰臟、皮膚等，當肌肉量逐漸減少，血糖控制、骨質疏鬆、認知功能甚至皮膚老化等都可能受到影響。在眾多的肌肉激素中，myostatin 就是近來最常被研究之肌肉激素之一。

過去研究發現，當 myostatin 基因產缺陷，許多物種，如牛、羊、狗以及老

鼠等之肌肉會變得更為壯碩，此現象在人類身上也有類似的結果。Myostatin 由肌肉分泌但作用在肌肉上會抑制肌肉生長，讓肌肉不會無限增生或肥大，因此，很多人認為，若能有效地抑制 myostatin 是否可以逆轉肌肉流失的問題，對於瘦弱、肌少症之年長者而言，若能逆轉肌肉流失的問題，老年人肌肉量不足所引發之相關健康照護問題將可能因此獲得改善。然而，遺憾的是，截至目前諸多藥廠在此領域的臨床試驗及藥物開發皆未有成功的案例。許多過去研究顯示，血清中之 myostatin 會隨著年齡增長而增加。Myostatin 扮演著抑制肌肉生長的角色，因此，對肌肉量較少的高齡長者而言，血清中 myostatin 的量應該是高或低，過去少有研究深入探討此研究議題。



# 別再睡出一身病—淺談睡眠呼吸中止症

文／家庭醫學部住院醫師 鄭以信



## 鄭以信醫師檔案

現職：臺北榮總家庭醫學部住院醫師  
學歷：國立陽明大學醫學系畢業  
醫療專長：家庭醫學、預防醫學

您是否總覺得怎麼睡都睡不飽？明明睡眠時間不短，早晨起床卻仍然頭痛，甚至白天出現注意力低下、日常工作易打瞌睡、情緒易怒的情況？晚上睡覺時被枕邊人抱怨鼾聲如雷，自己卻常睡眠中斷、淺眠、常起床上廁所？小心！您有可能患有「睡眠呼吸中止症」。一般所稱的睡眠呼吸中止症大多屬於「阻塞型睡眠呼吸中止症」，是一種常見的慢性病況，主要是因為睡眠時上呼吸道反覆塌陷，造成淺呼吸或呼吸中止重複發生，而引起上文所描述的相關症狀。罹患此疾病者，發生重大心血管疾病（例如高血壓、冠心病、心律不整、鬱血性心衰竭、及腦中風等），慢性阻塞性肺疾病、精神疾患及代謝症候群的風險都會增加。要診斷此疾病的標準檢查為「多頻道睡眠

檢查」。檢查須至本院的睡眠醫學中心執行，於睡眠檢查室睡眠一整夜以記錄睡眠時呼吸、心跳、血氧飽和度、鼻腔氣流、腦波、肌肉收縮等資訊。當睡眠呼吸中止指數\*（AHI）大於5分以上即可確認診斷，而其嚴重程度也隨AHI數值的增加而上升。阻塞型睡眠呼吸中止症的治療需根據多專科的專業評估，確認病因後，依據每位病人的情況安排合適的治療。主要可分為以下幾個部分。

1. **生活行為調整**：減重、戒菸、調整睡姿盡量避免仰睡。
2. **醫療介入性裝置**：利用不同形式的口腔矯正器，以防止呼吸道在睡眠時因舌根往後倒，及鄰近組織的塌陷而導致阻塞。

3. **連續性正壓呼吸器**：在呼吸道施加壓力的人工呼吸器，其目的在於藉由持續將空氣打入呼吸道所產生的風壓，來防止呼吸道在睡眠時因周遭肌肉及其他組織的塌陷而阻塞。

4. **手術**：切除造成上呼吸道阻塞的原因，以擴大上呼吸道。

\* **註**：睡眠呼吸中止指數（AHI）的計算方式：睡眠期間的每小時當中，呼吸中止及呼吸不足的相加總次數。呼吸中止的定義為：睡眠中呼吸完全停止或氣體流量減少  $\geq 90\%$ ，其時間長達 10 秒以上。呼吸不足的定義為：睡眠中發生呼吸變淺且氣體流量減少  $\geq 30\%$ ，其時間長達 10 秒以上，同時合併動脈血氧降低  $\geq 3\%$  或在腦波記錄上有發現覺醒的情形。

最後，所有的治療都必須經過醫師評估後，決定最適當的療法。若您懷疑自己患有睡眠呼吸中止症，請盡快至臺北榮總睡眠醫學中心就診，才是最佳解決方式喔！



▲圖：取自《健談》網站。

## 睡眠呼吸中止與阿茲海默症有關？

研究顯示，睡眠呼吸中止症狀與腦中的乙型澱粉樣蛋白累積有關，可能增加阿茲海默症的風險。有睡眠呼吸中止症的民眾應特別注意，並及早診斷治療。

An illustration of a person with a balding head and a green shirt sleeping peacefully in a bed. The person's eyes are closed, and there are three "Z"s above their head, indicating sleep. The bed has a white pillow and a white blanket. The background is a dark blue night sky with a yellow crescent moon and several yellow stars.

台北榮總睡眠醫學中心  
臺北榮總醫院  
TAIPEI CHANG GUNG HOSPITAL

# 認識蕁麻疹

文／家庭醫學部住院醫師 林譽家



## 林譽家醫師檔案

現職：臺北榮總家庭醫學部住院醫師  
 學歷：國防醫學院醫學系畢業  
 專長：家庭醫學、預防醫學

蕁麻疹是一種常見疾病，尤其好發於秋冬季節，又名「風疹」、「風塊疹」；名稱的由來主要取其自疹子的變化有如一陣風般，來去自如，屬於一種過敏反應。根據美國過敏氣喘與免疫學院《American College of Allergy, Asthma, and Immunology, ACAAI》資料指出，其盛行率約為 20%。以病程長短又可區分為急性蕁麻疹（數天至一、兩個星期）及慢性蕁麻疹（症狀反覆發作超過六周）。

### 蕁麻疹的常見成因

蕁麻疹發生的原因是因皮膚肥大細胞受到刺激，釋放出大量的組織胺和其他化學傳訊物質，導致血管擴張與組織腫脹，產生明顯的搔癢感。通常比起慢性蕁麻疹，急性蕁麻疹較能從生活環境中尋找誘發因子。目前的研究認為，特定的食物（如花生、雞蛋，堅果和甲殼類動物等）、藥物

（消炎止痛藥、抗生素、阿司匹林等等）、外來的抗原刺激（如蚊蟲叮咬、接觸寵物、感染、輸血等）或物理刺激（如溫差、劇烈運動、太陽曝曬、皮膚承受壓力、搔抓或摩擦等）都有可能引發蕁麻疹發作。

### 症狀

1. 風疹塊（又稱膨疹）：典型的表現為邊界明顯的塊狀浮腫，其型態可以是大小不一且不規則的，在全身都有可能會出現
2. 搔癢感：在膨疹出現的地方通常伴隨極度的搔癢感，並持續一段時間。
3. 血管性水腫：因血管通透度大幅增加，使液體從血管滲透到組織內，造成深層皮膚的腫脹，常見於眼睛、嘴唇、四肢與上呼吸道。如影響至咽喉可能會引起呼吸困難、喘鳴等症狀，危及生命。

## 緩解與治療

最佳的方式就是找出蕁麻疹發作的  
原因，並移除誘發因子。如果懷疑是由食  
物引起的，應紀錄飲食日記與蕁麻疹的時  
間及嚴重程度，試著找出食物過敏原。如  
果可能是由藥物引起的蕁麻疹，應紀錄藥  
品名稱、服藥時間，並告知醫師做詳實評  
估。在藥物治療方面，主要是以抗組織胺  
類的藥物為主；可以在白天使用非鎮靜類  
抗組織胺藥物，搭配就寢時間使用鎮靜類  
抗組織胺藥物緩解因搔癢而入睡困難的痛  
楚。如果服用抗組織胺藥物，仍具有明顯血  
管性水腫或症狀持續的患者，建議注射腎  
上腺素，或口服短效的類固醇藥物做進一  
步治療。

## 結語

來無影、去無蹤的蕁麻疹總是讓人摸  
不著頭緒，並困擾著患者的日常生活。  
雖然，蕁麻疹不接受治療還是有機會自  
行緩解，但還是有必要讓民眾對蕁麻疹  
這種常見卻又惱人的疾病，建立應有的  
正確認知，有出現危險症狀，如呼吸困  
難、胸悶等應盡速就醫，避免延誤病情。



▲圖：蕁麻疹典型表現為邊界明顯的塊狀浮腫。



# 冬天的隱形殺手—— 淺談不典型急性胸痛就醫照護注意事項

文 / 急診室護理師 陳宥序



## 低溫與心臟健康

認識寒冷的天氣對心臟健康的影響很重要，為了讓身體保持溫暖，心臟在冬天需要更努力地工作；血管也會收縮以幫助血液

泵送至腦部等重要的器官。同時，環境低溫也助長血液發展成凝塊，會增加心肌梗塞以及中風等心血管疾病的風險，尤其高齡長者，更是容易受到影響。

## 不典型的胸痛

「胸痛」是急診檢傷最常見的緊急症狀之一，評估胸痛的目的在識別是否為心臟引起的疼痛。心臟性胸痛或是心絞痛，依表現的特徵而分成典型的胸痛與不典型的胸痛。典型的胸痛表徵同時具有：(1) 胸骨下的胸部不適 (具特徵性和一定持續的時間)；(2) 可以因勞累或

情緒緊張激發；(3) 休息或硝酸甘油能夠使之恢復。若症狀僅符合以上表徵其中的二項，則為不典型的胸痛；若僅符合一項或者皆不符合，則為非心臟性胸痛。常見對其症狀的描述如下表：

## 就醫時機

冠狀動脈心臟疾病若能及早被發現，透過即時且適當的醫療，就能夠有非常良好的預後；而心臟性胸痛就是冠狀動脈心臟疾病的主要警訊。當有不典型的胸痛症狀時，為了判斷是否為心臟起源的胸痛，最迅速準確的檢查就是「十二導程心電圖」。本院急診室為提供就醫民眾最即時的檢查，將心電圖機器配置在入口檢傷站，並由專業培訓的急重科醫師十分鐘內為病患判讀。所以，當有不典型的胸痛症狀時，請保持冷靜並且盡速就醫；若您曾經有心臟血管的病史，可以嘗試服用硝酸甘油舌下含錠，症狀未緩解，也請盡速就醫，並如實告知醫師的疾病史及服藥時間。



典型的心臟性胸痛 (狹心症、心肌梗塞等)	不典型的心臟性胸痛 (狹心症、心肌梗塞等)	非心臟性胸痛 (肺栓塞、氣胸、主動脈剝離、胃食道逆流等)
<ul style="list-style-type: none"> <li>胸部壓擠、沉重、緊繃感、栓緊的酸痛</li> <li>輻射至肩、頸、下巴、內臂及上腹部 (也可能在沒有胸痛的情況下發生)</li> <li>通常為帶狀(塊狀)範圍的輻射痛</li> <li>發作可能被預測</li> <li>通常持續 3 到 15 分鐘</li> <li>消除壓力或服用硝酸甘油後可以緩解</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>肋膜部位劇烈、刺痛、刀割痛、搏動感</li> <li>涉及胸壁、乳房下緣；輻射形式多變</li> <li>較隨機發作</li> <li>可持續幾秒鐘、幾分鐘、幾小時或整天</li> <li>服用硝酸甘油不一定能緩解</li> </ul>	

▲圖：常見對其症狀的描述表。

# 您知道偏頭痛也有預防用藥嗎？

文 / 藥學部藥師 黃冠慈

偏頭痛雖不會致命，但痛起來時常要人命！不少患者在自行服用急性治療藥品如普拿疼®等止痛藥緩解急性偏頭痛發作後，仍出現頻繁、持續時間長及高強度的偏頭痛，甚至進展成慢性偏頭痛，因此，選用適當的預防用藥可改善患者的生活品質及阻止病情惡化。

根據臺灣頭痛學會治療指引，若每月偏頭痛發作超過 4-5 次、對於急性治療藥品有使用禁忌或治療失敗、過度使用急性治療藥品、特殊型式之偏頭痛發作或偏頭痛發作已嚴重到影響生活品質者，均建議使用預防藥品以減輕偏頭痛發作的頻率與嚴重度。預防用藥依其藥理機轉主要可分為以下幾類：1. 口服之抗癲癇藥品 (如 topiramate, valproate)、2. 乙型交感阻斷劑 (如 propranolol)、3. 鈣離子阻斷劑 (如 flunarizine)、4. 抗憂鬱劑 (如 amitriptyline,

venlafaxine)、5. 肌肉注射 A 型肉毒桿菌素 (如 botulinum toxin type A)、6. 皮下注射 calcitonin gene-related peptide (CGRP) 受體拮抗劑 (如 galcanezumab)，本院現有藥品與副作用如表列。上述預防用藥雖然分類上隸屬於不同藥理機轉，由於具有調節中樞傳遞物質達到穩定神經元之效果，因此均有良好證據顯示對於偏頭痛的預防顯著有效，可降低每月偏頭痛發作頻率及額外再服用急性治療藥品之天數。

口服偏頭痛預防用藥一般會先從小劑量開始並逐漸增加至有效劑量，減少不良反應及提高耐受性，須使用三至四週才能評估療效，且療程應持續四至六個月，待頭痛頻率減少後再逐漸減藥與停藥。此外，過度使用止痛藥亦會使偏頭痛病情惡化，因此有過度使用止痛藥的患者也須戒除過度使用之藥品，才可達到較佳預防效果。

表、本院現有偏頭痛預防藥品

藥品種類及藥名	建議劑量	途徑	可能副作用
<b>抗癲癇藥品</b>			
Topiramate (Topamax®)	50-200毫克/天	口服	嗜睡、疲倦、體重減輕、顫抖、認知障礙等
Valproate (Convulex®)	300-1500毫克/天	口服	顫抖、噁心、嗜睡、掉髮、體重增加等
<b>乙型交感阻斷劑</b>			
Propranolol (Cardolol®)	20-160毫克/天	口服	心搏減緩、四肢冰冷、食慾缺乏、暈眩、疲倦等
<b>鈣離子阻斷劑</b>			
Flunarizine (Suzin®)	5-10毫克/天	口服	嗜睡、口乾、類帕金森氏症、體重增加、憂鬱等
<b>抗憂鬱劑</b>			
Amitriptyline (Trynal®)	10-75毫克/天	口服	暈眩、口乾、心悸、尿液滯留、光敏感等
Venlafaxine (Eflexor®)	75-150毫克/天	口服	口乾、便秘、食慾缺乏、心悸、尿液滯留等
<b>其他</b>			
A型肉毒桿菌素 Botulinum toxin type A (Botox®)	155單位/次(每12週一次)	肌肉注射	眼瞼痙攣、肌無力、注射部位疼痛等
CGRP受體拮抗劑 Galcanezumab (Emgality®)	初始劑量：240毫克 維持劑量：120毫克/次 (每月一次)	皮下注射	注射部位疼痛、紅斑、搔癢等

# 抗炎飲食加運動 退化關節少疼痛

文 / 營養部營養師 陳佑霖

臺灣的膝退化性關節炎的盛行率約為 15%，將近有 350 萬人深受其害，尤其年齡 70 歲以上的民眾，盛行率更高達 70%。膝關節炎最令人有感的症狀，是其造成的疼痛，由於疼痛經常影響病人的行動能力，進而降低生活品質。要減緩膝退化性關節炎所造成的疼痛，除了透過藥物之外，飲食及運動也扮演了重要的角色。

研究指出，攝取適當量的抗發炎（魚油）、抗氧化（植化素、橄欖油、薑黃）食物與足量的纖維，可以有效減緩膝退化性關節炎病人的疼痛感受。此外，對於膝退化性關節炎的病人來說，還要足夠的肌力維持日常的活動，以促進生活品質。

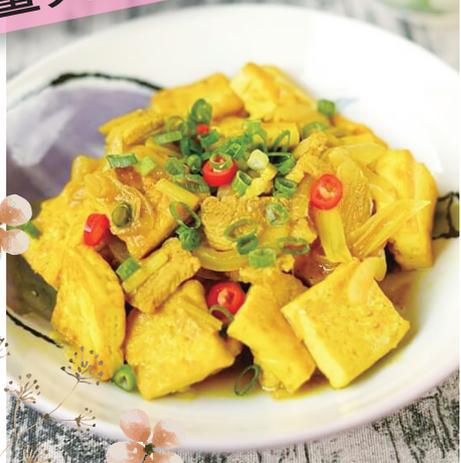
建議每日攝取 450 毫克的魚油，加上 25 公克的纖維（半碗青菜約可提供 2

克、一碗全穀類可提供 3-4 克）能舒緩關節疼痛，而每餐提供 20 公克蛋白質（每兩肉類提供 7 克）則有增肌的效果。

每兩魚肉 DHA+EPA 含量		
鯖魚	秋刀魚	鮭魚
		
2600毫克	1600毫克	350毫克

因此，攝取一兩富含魚油的魚類，即可達到魚油每日攝取建議量，加上植化素含量豐富之蔬果與薑黃，輔以單元不飽和脂肪酸做為烹調用油，及全穀雜糧為主食，可以達到抗炎增肌、舒緩疼痛的效果。

## 薑黃燒豆腐



(四人份)

材料	用量	
傳統豆腐	160克	
蕃茄丁	60克	
洋蔥	40克	
豬肉末	20克	
調味料	用量	家常量
橄欖油	10克	2茶匙
薑黃粉	20克	
食鹽	1.5克	

### 薑黃燒豆腐做法

1. 洋蔥、蕃茄切丁，傳統豆腐切塊備用
2. 以橄欖油將豆腐煎至表面金黃，加入豬肉末、洋蔥丁、蕃茄丁、薑黃粉一起拌炒
3. 起鍋前以鹽調味即可

## 財團法人惠眾醫療救濟基金會 109年9月份捐款芳名錄

財團法人應柴秀珍女士紀念基金會 1,000,000 元；財團法人曾水照社會福利慈善事業基金會、蕭后鈺各 200,000 元；高彩鳳 100,000 元；林秀娟 80,000 元；財團法人南山人壽慈善基金會 70,000 元；林岱麒 50,000 元；李泓彥、鄭瑪玲各 30,000 元；何家榮 29,300 元；陳玟秀、黃碧麗各 25,000 元；張家鳳 21,000 元；林天財、陳信宏、陳美智、喬觀潔、劉佩宜各 20,000 元；尹秀蘭、孫馨徽、陳玟秀、詹進益、蔡耀德各 10,000 元；陳瑋儀 9,000 元；合作金庫 8,054 元；吳華席 7,000 元；沈里清 6,000 元；文陳桓、吳劉菊、張彥華、莊寶龍、陳明德全家、黃淑麗各 5,000 元；丁美倫、袁育銓、陳秀枝、袁振唐各 4,000 元；王黃月麗等 7 名 3,500 元；李念炎、李念勳、洪麗穗、張俊欽、陳延明、賴國強、薛余瓊英各 3,000 元；李肯恩、李濬杉、張新香、陳蘭英、曾淑慧各 2,000 元；尹學斌、金淼各 1,500 元；張子建 1,100 元；吳弦濤、吳易凡、吳易薇、時素秋、吳黃傑、吳奕翰、吳庭緯、吳添福、吳陳美雲、阮正中、林通榮、林瓊君、邱慶宗、徐乙仁、徐廖和、梁鶯嬌、許煒怡、郭純美、郭道清、陳秀梅、陳欣雅、陳俞傑、陳麒文、游淑玲、趙國丞、劉育宏、蔡素鳳、林淑婷、林玳薇、林伊雯、鄧宏洋、鄧宏洲、鍾瑞珠各 1,000 元；張郁芳 800 元；詹啟祥 600 元；謝沁寰 520 元；曲劭文、曲劭婕、江好桓、江宜家、江泓機、何金蕎、吳正基、吳玉梅、吳珠美、李信成、李國助、李慧劍、李聰賢、林竣達、邱書暉、洪秀蕓、洪明珠、莊素珍、許良瑋、許鄭文、陳玉美、杜宜瀟、淨演師、呂雨臻、黃政忠、陳秀珍、陳育彤、陳建緯、陳淑珍、陳聖評、黃錫雄、楊承翰、楊敏、楊雅惠、廖妙珍、蔡攸璟、駐警隊、賴嘉慧、簡序和各 500 元；邱容貞、張敏鳳各 400 元；楊閱心 380 元；方俊雄、方雲楷、方雲鵬、林子涵、林咨佑、洪清香、范勝傑、唐康寓、涂志宏、莊玉珠、莊芙嫻、陽昊辰、潘彥辰、蔡水田各 300 元；吳陳水雲、李欣美、張女士、張小姐、張婕、張靜莉、陳知襄、陳許冬菜、馮懷琛、黃正義、黃俊傑、黃美珠、黃庭茜、黃穎豪、甄祉婷、鍾佩玲、鍾明鏞、鍾昱璟、鍾振興各 200 元；周芳伊、林哲民、林盈秀、蔡金德、李燕貞、洪子涵、洪子雅、無名氏、無名氏各 100 元；臺北榮民總醫院及分院員工愛心百元捐款 68,800 元

捐款總計 2,147,054 元

臺北榮民總醫院  
謝謝您的愛心和支持！

## 免費篩檢定期做 守護您健康

**糞便潛血檢查**  
50歲以上未滿75歲  
每2年1次  
可降低35%大腸癌死亡率

**乳房X光攝影檢查**  
45-69歲婦女  
40-44歲二等血親內曾罹患乳癌之婦女  
每2年1次  
可降低41%乳癌死亡率

**口腔黏膜檢查**  
30歲以上嚼檳榔或吸菸者  
每2年1次  
可降低有嚼檳榔或吸菸習慣之男性26%死亡風險

**子宮頸抹片檢查**  
30歲以上婦女  
建議每3年至少1次  
可降低約70%子宮頸癌死亡率

服務地點：第一門診一樓 癌篩中心  
連絡電話：(02)2875-7817  
服務時間：星期一至星期五 08:00-12:00 / 13:30-17:00  
臺北榮民總醫院  
Taipei Veterans General Hospital

## 珍惜醫療資源

為確保防疫工作量能

不應主動要求

醫院檢驗COVID-19  
開立檢驗陰性證明書

- ◆ 有症狀才需就醫
- ◆ 主動告知醫師旅遊史、職業史、接觸史及群聚史(TOCC)
- ◆ 由醫師依專業判斷是否篩檢

中央流行疫情指揮中心 關心您 疫情通報及諮詢專線：1922



停靠臺北榮總院區公車：583、558、216(區間車)

## 接駁車

臺北榮民總醫院（中正樓）←→捷運石牌站

行駛日	行駛時刻
星期一至星期五	上午：首班 07：00 - 末班 21：30(每 5 分鐘發車 乙班)
星期六	上午：首班 07：00 - 末班 18：00(每 10 分鐘發車 乙班)
週日(國定例假日)	上午：首班 07：00 - 末班 18：00(每 10 分鐘發車 乙班)

臺北榮民總醫院  
Taipei Veterans General Hospital

438

榮總人月刊109年11月號

榮耀六十·卓越踏實



臺北榮總 | Since 1959

The 60<sup>th</sup> Anniversary of TVGH

電話總機：(02)2871-2121

本院設置顧客意見反映管道

院長電子信箱：<https://www6.vghtpe.gov.tw/director/>

共創廉能，您我都能，廉政檢舉信箱：[ethics@vghtpe.gov.tw](mailto:ethics@vghtpe.gov.tw)

客服專線：(02)2875-7796

顧客意見箱：設置於本院第一門診一樓服務台、第二門診一樓服務台、第三門診一樓手扶梯旁、中正樓一樓服務台、思源樓一樓、長青樓一樓、中正樓二樓服務台旁等共計七處。



臺北榮民總醫院資訊網

發行所：臺北榮民總醫院

Taipei Veterans General Hospital Bulletin

中華民國七十三年六月創刊

地 址：臺北市北投區石牌路二段二〇一號

電 話：(02)2875-7321 傳真：(02)2873-7870

榮總人月刊網址：

<https://www.vghtpe.gov.tw/vghtpe/Fpage.action?fid=10236>

電子郵箱(e-mail):[tpvghb@vghtpe.gov.tw](mailto:tpvghb@vghtpe.gov.tw)

行政院新聞局出版事業登記證

台北雜字第一三九二號、板橋字第一二七九號

執照登記為新聞紙類(雜誌)交寄

印 刷：湯承科技印刷股份有限公司

地 址：235 新北市中和區立德街148巷50號4樓

電 話：(02)3234-6666