



榮總人

Taipei Veterans General Hospital Bulletin

445

110年6月號

全民相挺 團結抗疫 北榮感受到了！



國人深感新冠肺炎疫情嚴峻，紛紛聲援醫護人員的日夜辛勞，來自各方的感謝大爆發，企業家提供巨額捐贈，讓急需購置的葉克膜、呼吸器、須搶時間趕工的專責病房、戶外防疫篩檢站在本院得以快速完成；熱心公益人士捐贈N95口罩等物資裝備，也有每日提供精美餐點、飲料等慰勞第一線同仁，期能拿出愛心跟我們站在一起，幫北榮加油打氣！國人的熱情疼愛，醫護人員感受到了，許惠恒院長特此代表全體員工表達衷心感謝。



榮總人月刊社組織

發行人：許惠恒

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 齊珍慈 吳建利

編輯委員：

王復德 王國楊 王馥庭

江怡雯 何沁沁 何翊芯

吳采虹 吳姿瑩 吳承學

吳嘉紘 吳潔曦 杜培基

林炯熙 林庭安 林釀呈

林希賢 胡力予 徐博奎

黃祥芬 黃竣暘 許百豐

莊天佑 張天恩 張瑞文

陳威任 陳正翰 陳苓仕

曹彥博 曾仁宇 舒宜芳

楊振昌 葉奕廷 廖文傑

廖文輝 齊珍慈 鄭厚軒

鄭惠禎 鄭丁靚 劉瑞瑤

鄧惟濃 賴姿妤 歐冠沂

關尚勇 藍耿欣 蘇郁文

編輯助理：朱坤臨

行政助理：王治雁

攝影：

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

HOT 醫新聞-同心抗疫特別報導

院長致全體同仁的信 2

愛心相助 北榮第二戶外防疫篩檢站啟用 3

潤泰集團全力捐助 專責病房完成整建 4

本院獲台達捐贈紫外線抑菌艙 齊心鞏固防疫陣線 6

北榮協助京元電完成全廠5,000人PCR檢驗 7

中西醫整合治療 睿睿母子歡喜解隔出院 8

政大校友發起！捐贈抗疫便當期用滿滿活力對抗疫情 9

惠眾基金會、鼎眾公司捐贈本院滅菌機器人 10

新潤企業捐款北榮協助抗疫 11

要聞 風向球

北榮智慧管控 疫苗接種更快速安全 11

師長線上祝福 勉醫學生精進專業德仁兼備 12

良醫訪談錄

罕病華氏巨球蛋白症新發現 4指標揪出高風險族群

-專訪內科部血液科主治醫師劉嘉仁博士 13

醫療 大百科-重建整形外科新進展

3D「拼圖式」列印運用於臉骨骨折的術前評估 15

肉毒桿菌素於美容醫學的應用 17

不可不知的乳房整形議題 19

美麗新視界-概談上眼皮整形手術 21

榮總人445期



願景／全民就醫首選醫院，國際一流醫學中心

生活最健康

有苦拉不出-淺談便秘 23

藥安全 藥健康

正在服用「賀爾蒙/避孕藥」可以打新冠疫苗嗎? 25

護師齊把關 全民保健康

我與我的疲球心
-淺談心臟衰竭急性後期整合照護 26

營養專欄

改變烹調與食物之質地 以提升高齡長者健康 27

惠眾基金會捐款芳名錄

110年04月捐款芳名錄 28

院長致全體同仁的信



臺北榮民總醫院

TAIPEI VETERANS GENERAL HOSPITAL

201 SHIH-PAI ROAD, SEC. 2
TAIPEI, TAIWAN 11217
REPUBLIC OF CHINA
TEL: (886)-2-2871-2121(30 LINES)

親愛的同仁們：

自五月中旬以來台灣疫情不斷增溫，大家辛苦了！配合國家防疫政策，本院專責病房整備完成後已逐步開放，許多員工陸續投入第一線照顧確診病人，當中有甚多其他各醫院轉入的重症病人，在此，向辛苦照護的第一線同仁們，致上最高的敬意及感謝。

同仁們的工作辛勞，惠恒與醫院主管們都看到了，請主管們隨時展現對同仁的關心，更要惠恒在防疫會議中多次提出「鼓勵與感謝！關心並支持！」互相勉勵，讓同仁們有堅持下去的動力，為病人提供感動服務。

近期為了做好確診病人入院的流程管控，本院已由醫企部、內科部、急診部及感管室共同成立一個「COVID 協調中心」，統一負責病人轉入的窗口；各病房所需的相關人力已重新盤點，也整併中正樓部分佔床率低的病房，以精簡醫護人力。對於準備投入專責病房支援的同仁們，請主管做好勤前的教育訓練，醫院也爭取到充足的疫苗供同仁能全數施打；病房所需的物資，責成補給室依第一線人員需用量充足撥補；對於病房內的設施，經過檢討，我們也決定排除萬難，將已開放的專責病房逐層清空再次補強，協助減少同仁們在醫療照護上的沈重負擔，維護病人及同仁工作安全。

疫情拉近了團隊的距離，臺北榮民總醫院有光榮的歷史和團結一致的優良傳統，請大家堅守醫療崗位，發揮醫療專業。也請所有同仁關心自己、家人的健康，更要適當的休息、調整、放鬆，釋放工作上的勞累和情緒。也再次懇請大家關懷鼓勵周遭同仁，有任何疑慮之處，請隨時向直屬主管反應。

困難總會過去，疫情將露出曙光，台北榮總總院與分院所有主管與同仁團結一心，大家互相勉勵，一定能克服疫情的嚴峻挑戰！

院長

許惠恒

2021.6.4

★全民同心抗疫特別報導


 愛心相助

北榮第二戶外防疫篩檢站啟用



△圖：許院長讚許捐助團隊及本院同仁高效率的工作能量。



△圖：第二戶外防疫篩檢站。



△圖：室內室外候檢區。



△圖：許院長慰勉工作同仁。

本院為因應近日暴增的篩檢人潮，減少民眾在酷熱天氣下排隊候檢的不便，在微遠文化藝術基金會顧芸董事長及微風慈善基金會廖曉喬策略長善款捐助下，緊急增建第二戶外防疫篩檢站，於 5 月 28 日上午正式完工啟用。特別設置專業空氣過濾空調設備，可有效保障採檢人員的安全，提供民眾舒適乾淨的候檢環境。

許惠恒院長表示，疫情雖十分嚴峻，但社會的愛心卻源源不絕，誠摯感謝顧芸董事長及廖曉喬策略長的善行，讓北榮在短短十天內，完成國內設備最完善的篩檢站，臺北榮總全體同仁將盡最大努力，堅守抗疫第一線，全力守護

國人的健康。

本院急診部顏鴻章主任指出，原設於急診室外的第一篩檢站空間不足，候檢環境較不理想；第二戶外防疫篩檢站，以組合屋形式建置，採檢區為全外氣供應的空調，空調的氣流方向由採檢人員流向被檢人員，排出的空氣經過過濾效果 99.97% 高效濾網（HEPA）及紫外線殺菌再排到戶外，除了可讓採檢人員獲得最完善的防護，更可避免造成空氣污染。除此之外，並設置空調及戶外二處候檢區，依社交距離設置座椅，民眾可依需要選擇，同時貼心提供流動廁所，提供民眾舒適、安全的篩檢服務。（報導/公關組 吳建利）

★全民同心抗疫特別報導

潤泰集團全力捐助 專責病房完成整建



▲圖：許院長與施工團隊合影。

五月中新冠肺炎疫情爆發，雙北醫療體系病房吃緊，臺北榮總配合國家政策，緊急調撥十分之一病房供指揮中心調度，但因工程或採購都有法令限制，恐緩不濟急，潤泰集團尹衍梁總裁透過陳威明副院長得知狀況，二話不說慨然應允捐助所有整修費用，隔天即刻派遣工程師與工班進場施工，善舉與效率令人敬佩。

許惠恒院長由衷感謝尹總裁及施工人員的協助，經常利用時間到現場慰勉工作人員的辛勞，抓緊每分每秒，在十餘天的工期內即完成 246 床專責病房的整建。

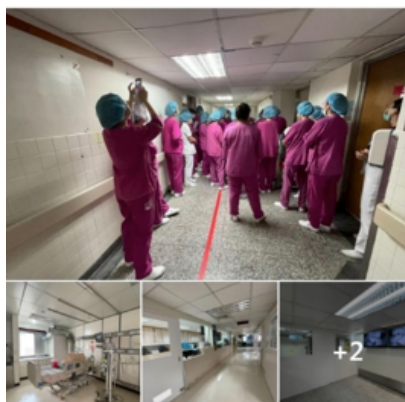
柯文哲市長盤點北市各大醫院病

床後，自覺病房緊繃，得知尹總裁及時的協助北榮完成專責病房整建，也在臉書表達感謝之意。

柯市長 5 月 29 日臉書強調，這幾天大家都關心臺北的醫院量能，原本臺北 #防疫專責病房數只有 324 張，而僅星期前，疫情開始加速，我就邀集臺北市各大醫院院長到市府，研議擴床的辦法。而隔下來，今天臺北的 COVID-19 專責病床數已經擴充到 960 床，再加上與原隔離病房與一般的隔離病房，預計到下星期一，可以 #增加到 1333 床以收治 COVID-19 的病患。

我要特別感謝 #北榮、#三總等醫院，實而有效、日夜趕工。北榮昨天已經完成專責病房的整建，#榮泰企業也無償協助完成加護病房的改建。北榮將有 246 床可以收治 COVID-19 重症病人。看到護理同仁正在加強動靜觀察，讓人非常感動。

讓我們一起努力，用最專業的醫療團隊，打贏這場防疫戰爭！





▲圖：許院長讚許施工團隊的義行與高效率。



▲圖：許院長巡視專責病房施工現場。



防疫專責病房數只有 324 房，兩個星期前，疫情開始加溫，邀集臺北市各大醫院院長到市府，研議擴床的辦法。兩周下來，今天臺北的 COVID-19 專責病床數已經擴充到 960 床，再加上負壓隔離病房與一般的隔離病房，預計到下星期一，可以增加至 1333 床以收治 COVID-19 的患者，特別感謝北榮、三總等醫院，言而有信，日夜趕工。潤泰集團無償協助北榮完成加護病房的改建，北榮將有 246 床可以收治 COVID-19 重症病人，看到護理同仁正在加強勤前教育，讓人非常感動。讓我們一起努力，用最專業的醫療團隊，打贏這場防疫戰爭！

(報導 / 公關組 吳建利)



★全民同心抗疫特別報導

本院獲台達捐贈紫外線抑菌艙 齊心鞏固防疫陣線



△圖：陳威明副院長與台達團隊合影。



△圖：民眾試用抑菌艙。

因應國內新冠肺炎疫情升溫，台達電子 5 月 24 日捐贈本院最新紫外線抑菌艙一座，設置於第三門診入口使用，希能協助醫護團隊增加抗疫能量。本院許惠恒院長代表全院同仁、病人與家屬，表達誠摯的感謝，期結合醫院與企業共同的力量，為第一線的醫護同仁及民眾構築最堅強的防疫陣線。

值此疫情升溫之際，本院非常謹慎面對疫情的威脅，針對院內環境的清潔消毒極為重視，除了落實傳統的清消之外，若能輔助紫外線消毒工具，可以達到更快更好的效果。因此，台達特地捐贈抑菌艙設置於第三門診入口使用，協助高風險的醫療區域可以在短時間內達到抑菌的效果。U+ 系列抑菌艙使用 222nm 波長之紫外線，能有效破壞細菌及病毒的表面但不傷人體，研究顯示只要照射光線 5 秒，即可減少表面

81% 的 COVID-19 病毒，在疫情嚴峻的時刻幫助醫療人員共同守護民眾的健康。

許惠恒院長表示，COVID-19 疫情出現後，醫院非常謹慎面對新興傳染病的威脅，針對院內外醫護人員及相關病人接觸後的環境，清潔消毒極為重視，就現有傳統人力吃緊的狀況下，能夠搭配高科技清潔消毒的輔助工具，在疫情期間提供安全的環境給病人及員工，十分感謝捐贈企業願意為國家防疫共盡心力。台達物聯網照明事業處王志賢處長則表示，非常感謝所有的醫護人員冒著風險在第一線守護民眾的健康。台達電未來會將 U+ 抑菌系列產品與台達樓宇自動化的生物辨識、體溫測量等方案整合，以科技帶給大家更便利、安全、健康的生活。

（報導／公關組 吳建利）

★全民同心抗疫特別報導

北榮協助京元電 完成全廠 5,000 人 PCR 檢驗



▲圖：陳威明副院長（前排左）率團隊完成最大規模 PCR 採檢任務。

臺北榮總 6 月 11、12 日兩天，用 18 小時完成京元電五千人 PCR 檢驗，這個超級任務，堪稱疫情發生以來，最大規模的 PCR 採檢行動。

京元電子廠區員工感染新冠病毒消息一出，由於對我國晶圓及封裝產品影響甚鉅，引起國內外相當大的關注，必須採取立即行動，防止疫情擴大，避免影響國內半導體產能。

衛福部、臺北榮總、京元電子三方合作模式，連續二天針對京元電子員工 PCR 採檢，扎實的幫助京元電子早日復工，也提供疫情指揮中心在面對未來需要大量、速度、精準的專案時，樹立良好的模式與經驗。

京元電子 6 月 1 日爆發移工群聚感染，公司緊急做快篩，但頻傳快篩由陰性轉陽性，11 日快篩檢測委託北

榮團隊全面 PCR 核酸檢測，檢測為陰性的員工才能進公司上班，確保員工及公司工作環境安全。

許惠恒院長接受到任務後，立即指派陳威明副院長親自領軍，兩天共帶領將近 100 位工作人員，採檢了 5,000 多人，展

現了北榮超級強大的救援量能，提振民心士氣功不可沒。

陳副院長表示，北榮醫護經驗豐富，過程相當順暢，兩天共花 12 小時就完成 5000 多人採檢，18 小時內完成檢驗，展現超高效率。只是天氣實在是太熱了，醫護人員全副武裝、人人滿頭大汗，真的很辛苦。

（報導 / 公關組 吳建利）



▲圖：工作團隊。

★全民同心抗疫特別報導

中西醫整合治療

睿睿母子歡喜解隔出院



▲圖：本院許惠恒院長（左5）與醫療團隊共同慶祝睿睿周歲及母子解隔出院。

因保母確診不幸染疫的寶寶睿睿，5月26日凌晨收治於本院專責病房，經醫療團隊的努力，6月9日與母親歡喜解隔出院。許惠恒院長與醫療團隊特別準備蛋糕、卡片與繪本提前為睿睿慶祝周歲生日，祝福這位北榮之子，如同他的小名「大福」一樣有莫大的福氣，健健康康長大。睿睿的爸爸與媽媽十分感謝醫療團隊給予睿睿一個永生難忘的慶生會，並鼓勵確診的病友，不要慌、不要怕，只要配合並相信醫療團隊，一定能抗疫成功！

許惠恒院長表示，目前收治於專責病房的病人，經治療後解隔出院已超過50人，睿睿健康的出院，與居家解隔爸爸全家團圓，深深鼓舞第一線同仁；

兒童醫學部洪妙秋醫師也說明，以中西醫整合治療方式，本院使用中藥正益方處方，由睿睿媽媽服用，再透過哺乳讓睿睿一起接受治療，在醫療團隊共同努力下，終於讓睿睿在滿周歲前一天歡喜解隔出院。

睿睿因保母確診導致染疫，睿睿的媽媽第一次採檢為陰性，但為照顧睿睿一同住進臺北榮總專責病房，於5月28日也不幸發燒確診。睿睿的媽媽表示，當時在不知道會被送到那個醫院安置時，內心十分害怕不知所措，後獲知是熟悉的臺北榮總便感到十分安心，因為她跟睿睿都是在臺北榮總出生的孩子，對於臺北榮總有一份特殊情感，很放心的將睿睿與自己交給北榮，對於

醫療團隊深具信心。她特別感謝兒童醫學部洪妙秋醫師、傳統醫學部張凱惟醫師、內科部李颺醫師，還有最辛苦的護理師們，對於全體醫療團隊的努力永遠銘記！感恩在心！

將滿 1 歲的睿睿正處於好奇、好動的階段，常看到媽媽陪著玩球，睿睿總是將球丟到地上，媽媽撿起球、用水洗過再繼續陪他玩，過程中媽媽上上下下撿著球、洗著球，看起來辛苦，但兩

人玩得十分開心，母愛光輝及堅毅精神也令護理師們十分動容。

（報導 / 公關組 吳建利）



▲圖：睿睿（中）與父母歡喜慶生。

**政大校友
發起！**

**捐贈抗疫便當
期用滿滿活力對抗疫情**



△圖：第一線行政同仁獲贈抗疫便當。



△圖：政大校友捐贈 1400 份抗疫便當。

近日疫情嚴峻，各大醫院醫療量能滿載，除了最辛苦的醫護人員外，醫院有許多第一線的行政人員與醫護一同撐起醫療量能，他們站在第一線提供就醫民眾諮詢服務、解決各式疑難雜症並指引方向，也協助就醫民眾入院前體溫量測、進行 TOCC 查核等工作，身心皆承受了許多壓力和風險。

有感於此，政大的校友們，包含就讀政大 EMBA 2020 華商班的唐舖子創辦人葉安淇，以及已從政大

EMBA 校友會創業主班第六期結業的法蘭克肉舖子負責人張舒涵與 Impact Hub Taipei 共同創辦人陳昱築，共同發起了此次的便當捐贈行動，從 2021 年 5 月 25 日（二）起至 2021 年 6 月 11 日（五）平日中午，共計 14 個工作天，發起的團隊每天提供 100 個牛排、豬排與素食便當，期透過自身企業的能量，為第一線的抗疫人員加油打氣。

（報導 / 公關組 吳建利）

★全民同心抗疫特別報導

惠眾基金會、鼎眾公司 捐贈本院滅菌機器人



▲圖：18 台紫外線滅菌機器人。

財團法人惠眾醫療救濟基金會（簡稱惠眾基金會）董監事味丹企業楊頭雄董事長等 9 人，與醫材大廠鼎眾公司江春松董事長，5 月 19 日共同捐贈臺北榮總 18 台紫外線滅菌機器人，協助醫院科技抗疫，徹底落實環境消毒，阻絕

病毒傳播，希結合企業、廠商、醫院三方力量，為抗疫盡一份心力，成為醫護同仁最堅強的後盾，本院許惠恒院長特別致贈感謝狀，感謝各界協助提供安全乾淨的醫療環境。滅菌機器人將優先使用於專責病房、急診、篩檢站、手術室、檢查室及會議室等。

社會工作室陳寶民主任（兼惠眾基金會執行長）表示，將病毒阻絕於醫院之外，確保醫療量能，是現階段抗疫最重要的工作，利用科技工具輔助消毒，能讓醫療環境更安全，惠眾基金會董監事們獲知立即響應捐贈。

（報導 / 公關組 吳建利）

紫外線滅菌機器人捐贈名單

- 鼎眾公司 江春松董事長 捐贈 6 台
- 惠眾基金會董監事 捐贈 12 台
- 味丹企業 楊頭雄董事長 • 技嘉科技 葉培城董事長 • 萬源紡織 杜恒誼董事長
- 中和紡織 葉啟昭董事長 • 興珍工業 吳秀香董事長 • 芬妮珠寶 黃建立董事長
- 國華高爾夫 何劉連連會長 • 南方莊園渡假飯店 莊煥逸副董事長
- 鼎鼎股份公司 李美華總經理

北榮智慧管控 疫苗接種更快速安全

為因應未來大規模接種疫苗所需，達到快速、安全施打的目標，由宇嘉企業有限公司梁慶成董事長善款捐贈，臺本院家庭醫學部、護理部、資訊室、職安室共同研發「智慧疫苗接種管理系統」，於 4 日正式啟用，優先試用於大規模員工接種，每日接種人數可從 400 人大幅增加至 2000 人。

社區醫學科陳育群主任表示，原疫苗接種流程需先手寫各項資料，惟

每人施打的疫苗廠牌與劑數可能不同，以人工比對耗時費力，且易產生錯誤。

「智慧疫苗接種管理系統」預先輸入接種人員資料，插入健保卡即可自動識別，同時帶出身分別、個資、接種廠牌、劑數等各項資訊，再配合現場診間分流、接種分流等措施，可有效減少等待時間，大幅提升接種安全。未來將擴大運用於民眾及社區疫苗接種。

（報導 / 公關組 吳建利）



新潤企業捐款北榮協助抗疫

新潤企業所屬新潤建設暨新潤興業公司，秉持同島一命的精神，共同捐贈新台幣壹佰萬元，協助臺北榮總抗疫，由董事長郭長庚代表捐贈，臺北榮總向為平主任秘書代表受贈，善款將用於採購隔離衣、防護衣等防疫物資。

向主任秘書表示，及時充足的防疫物資是抗疫成功的重要關鍵，由衷感謝新潤企業的善款，相信政府、企

業及民間戮力一心，必能成功抗疫。

十多年來新潤企業積極投身愛心公益、不忘企業社會使命，與客戶聯手投身公益慈善。太魯閣號列車事故發生後，當即捐款新台幣 1,000 萬元幫助罹難者遺屬、傷者及其家屬渡過難關，近期更捐款近千萬元協助各醫療單位抗疫，回饋社會守護家園。

（報導 / 公關組 吳建利）



師長線上祝福 勉醫學生精進專業 德仁兼備

本院原訂 5 月 19 日舉行 109 年度畢業實習醫學生惜別晚會，改以預錄影片方式，由許惠恒院長帶領所有副院長們給予溫馨祝福。

許惠恒院長鼓勵各位實習醫學生們，要將在臺北榮民總醫院學習到的醫學知識、醫學技能轉化成為照護病人的基礎，更要把握持續學習的重要性，21 世紀面臨知識爆炸以及各項新興傳染病，把握持續學習、虛心受教的精神，並具備團隊合作的精神，做好病人的照顧，成為一名有溫度的醫師。

侯明志教學副院長勉勵實習醫學生們，在面臨繁重的臨床醫療事務時，要不斷地透過與師長及學長的教導或同儕之間的切磋，並具備膽大心細的精神，才能學到對疾病診斷與治療精髓，更重要的是對病人與家屬同理心的修練，是身為行醫者一辈子的堅持。

黃信彰副院長、高壽延副院長、陳威明副院長及馬旭副院長也一一期勉祝福。

影片連結：<https://wd.vghtmlpe.gov.tw/medu/News!one.action?nid=7906>

(報導/公關組 吳建利)



罕病華氏巨球蛋白血症新發現 4 指標 揪出高風險族群

- 專訪內科部血液科主治醫師劉嘉仁博士

專訪 / 特約記者 張嘉芳



劉嘉仁醫師檔案

現 職：1. 臺北榮總內科部血液科主治醫師
2. 國立陽明交通大學急重症醫學研究所專任副教授

學 歷：1. 國立陽明大學醫學系畢業
2. 國立陽明大學公共衛生博士

專 長：血液學、腫瘤內科學、貧血、淋巴瘤、
多發性骨髓瘤、白血病（血癌）。

門診時間：星期三上午第 2201 診間
星期五上午第 2202 診間
星期六上午第 3322 診間

據統計，罕見疾病「華氏巨球蛋白血症 (WM)」的發生率約百萬分之三，相較於西方人，國人患病率雖不高，但因症狀不典型，從發病到確診通常需 1 年以上。WM 一般可分為「有症狀」的高風險族群跟「無症狀」的低風險族群，由於疾病進程緩慢，患者平均存活率 10 年，因此，無症狀者不見得需積極治療。

如何判斷哪些是高風險？哪些是低風險群族？臺北榮總血液科主治醫師劉嘉仁找到影響疾病進展最重要的 4 個關鍵指標，無症狀 WM 患者只要持續追蹤即可，毋須積極治療；而高

風險患者及時介入，就能大幅提升治療效益，這項研究也被刊登在國際知名《臨床腫瘤學期刊 (Journal of Clinical Oncology)》上，並獲得血液病學會「青年優秀論文獎」及本院「醫師學術論文獎」第二名殊榮。

WM 高低風險大不同 症狀表現是關鍵

劉嘉仁醫師表示，華氏巨球蛋白血症 (WM) 屬於淋巴瘤的一種，主要是 B 淋巴球基因突變，導致淋巴球不正常增生。正常情況下，負責人體免疫系統的淋巴球會分泌抗體來對抗外來病菌，當 B 淋巴球突變不正常增生，有些患

者只是單純 B 淋巴球變多，並無其他作用，猶如「養了軍隊、卻不做事」，這種 WM 屬於低風險類型，病程進展緩慢，患者多半能跟疾病和平共處，佔整體 WM 約四分之一。

然而，有些 WM 患者在 B 淋巴球暴增後，它會分泌抗體導致血液黏稠度變高，引起頭暈、頭痛、耳鳴、全身肌肉及運動不協調等症狀，甚至會出現眼底神經病變出血，造成視力模糊看不見，即使接受治療仍無法回復正常視力。

症狀多元不典型 WM 確診不易

劉嘉仁醫師說，不正常 B 淋巴球會引起淋巴腫大，因此部分患者的腋下、鼠蹊部、頸部會有淋巴結腫大情形，嚴重者還可能出現發燒、夜間盜汗、體重減輕等 B 症狀 (B symptoms)。由於 WM 症狀多元且不典型，高風險患者不易確診，統計個案從出現症狀到確診平均至少超過 1 年，其中「免疫球蛋白 M(IgM)」指數是初步診斷的指標。

4 關鍵指標

判斷 WM 疾病進展的高低風險

大體而言，IgM 正常介於 40 到 230 mg/dL，但 WM 高風險者的 IgM 數值可能高達 3,000 甚至 5,000 以上，比起正常值高出 100 倍以上。劉醫師指出，由於 WM 的疾病進展緩慢，過去醫界普遍認為患者只要持續抽血追蹤即可，無須積極治療。不過，血液濃稠且有症狀的高風險者，如未及時治療，恐怕會延誤病情，造成中風、感染、出

血等合併症甚至死亡，因此找出影響疾病進展的危險因子十分重要。

劉嘉仁醫師針對 WM 病患為研究對象，率先發現國際上第一個判斷 WM 高低風險的 4 個關鍵指標，包括：

- (1) IgM $\geq 4,500$ mg/dL；
- (2) 骨髓切片的惡性細胞比率 $\geq 70\%$ ；
- (3) 分泌不正常 β_2 微球蛋白 ≥ 4.0 mg/dL；或
- (4) 白蛋白 < 3.5 mg/dL。若患者符合上述危險因子指標，代表屬於 WM 疾病進展的高風險族群，則建議必須積極治療。

標靶 + 化療 WM 多元治療組合

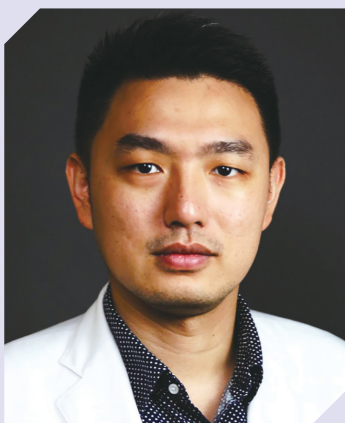
簡而言之，WM 好發於 60 歲以上的老年人，患者的年齡中位數為 70 歲，平均存活率約 10 年。目前 WM 治療方式相當多元，若本身有症狀且檢驗確認高風險者，可用標靶藥物「莫須瘤 (rituximab)」合併「化學治療」，或併用其他標靶藥物如「億珂 (ibrutinib)」，另外也可選擇常用於治療「多發性骨髓瘤」的標靶藥物「萬科 (bortezomib)」，皆有不錯療效。

劉嘉仁醫師強調，雖然 WM 無法治癒，但藥物組合的選擇很多，加上疾病進展較慢，無論高風險或低風險患者只要定期追蹤用藥，就像慢性病一樣，仍可有效控制病情。

醫療主題：重建整形外科新進展

3D「拼圖式」列印 運用於臉骨骨折的術前評估

文 / 外科部重建整形外科主治醫師 陳慶恩



陳慶恩醫師檔案

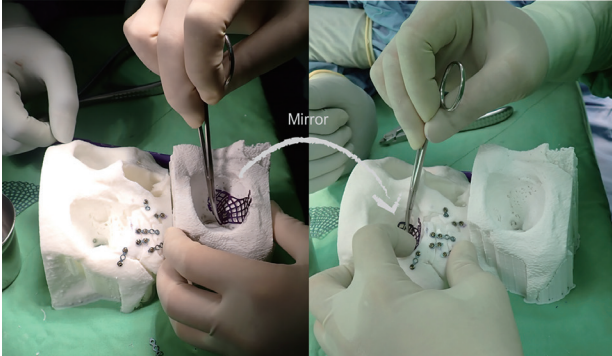
現職：臺北榮總外科部重建整形外科主治醫師
學歷：1. 國防醫學院醫學系畢業
2. 國立陽明交通大學臨床醫學博士班進修
專長：頭頸部重建、創傷重建、顯微手術、
淋巴水腫手術、美容手術、困難傷口。
門診時間：星期一上午（整形外科門診）第 3518 診間
星期二上午（醫學美容門診）第 3618 診間
星期三下午（慢性傷口照護中心）
星期五上午（整形外科門診）第 3519 診間

顏面骨折對整形外科醫師而言，是個常見卻又不好掌控的手術之一。主要原因有三：一是因為顏面部總共由 14 塊骨頭所組成且大部分皆與鄰近的骨頭有所連結，架構出臉部的外型 and 眼窩的構造。在外力的撞擊的情況下，骨折往往不是單一塊骨頭的毀損，而是多塊相鄰的骨頭皆受到影響；二則由於顏面部骨折倘若影響顳顎關節和齒槽則可能造成咬合不正或牙關緊閉的問題，也因此增加復位手術的困難度；三，臉部為人與人接觸及認識的第一印象，在臉部手術的切口通常都會盡量設計於皮膚皺褶上，以避免後續產生疤痕或外觀上的醜型，使得手術因此在相對狹小的視

野下進行。

傳統顏面部骨折復位手術倚賴執刀者的經驗和有限的評估方式；對年輕醫師卻是個相當辛苦的學習歷程，病患也需術後長期追蹤，才能評量手術是否達復位。然而，在 3D 技術的發展之下，目前已經有相當多輔助手術的儀器，包括手術中即時影像導航系統 (surgical navigation system) 和術間錐狀斷層掃描 (Cone-beam computerized tomography)，但這兩種技術都須仰賴相當昂貴的儀器及專屬的技術人員，後者更會使病人及執刀者暴露在放射線的風險當中。

本院重建整形外科和身障重建中

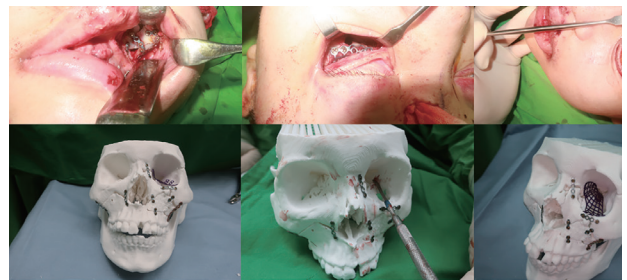


▲圖 1：可利用 3D 模型進行零碎骨片的調校。

心從 2017 年開始合作，運用 3D 列印技術於顏面部骨折復位手術的術前評估及術間輔助。我們排除只需要閉鎖式復位和下頷骨骨折的個案，將病人顏面部的電腦斷層導入 3D 分析軟體。病人主要區分為兩大類：一是較簡單或單一塊（複合體）骨折；第二類則是多區、多塊的骨折。在第一類型的病患，我們可以將原本受傷後有骨折的狀況，以及經由 3D 分析軟體復位或鏡像的模型列印出。3D 模型可以在手術前透過低溫消毒而逕自用於無菌手術。透過對照復位後或鏡像的模型，可改善手術中必須透過狹小的手術視野來進行骨釘骨板調整的缺點。我們可在 3D 模型上將骨釘骨板先調整好角度，並且利用這樣的模型來進行零碎骨片的調校，後續只需要將骨釘骨板「按圖索驥」進行手術，即可達到相當不錯的復位效果（如圖 1）。第二類的病人因多區多塊骨折，透過 3D 分析軟體，將病患粉碎性的骨片進行區別，並且列印出一塊塊比例一比一的骨片。透過這樣的方式年輕醫師及學生可以在手術前了解每一塊骨片跟每一

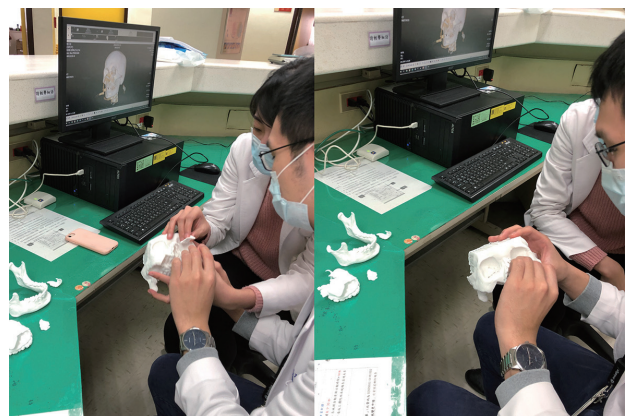
塊骨片之間的相對關係，同時利於術前先架構手術計劃和骨釘骨板的選擇（如圖 2）。這種所謂 3D「拼圖式」列印法所達到的骨折復位，在對比手術前的電腦斷層後，確實可達到相當好的對稱性和預後。

3D「拼圖式」列印對比上述的兩種術間評估的方式，除了可有效解決儀



▲圖 2：透過模型，可以在術前了解每塊骨片之間的相對關係，並做好術前計畫。

器昂貴及放射性暴露的問題，更可以用於和病患解釋及年輕醫師教學（如圖 3）。相信經由這樣的手術方式，可克服醫師經驗值的變因，並提供病患更優質且精準的醫療。



▲圖 3：3D 立體 3 模型亦可以用於和病患解釋，以及年輕醫師的教學。

肉毒桿菌素於美容醫學的應用

文 / 外科部整形外科主治醫師 石育仲



石育仲醫師檔案

現職：臺北榮總外科部整形外科主治醫師
學歷：臺北醫學大學醫學系畢業
專長：肉毒桿菌毒素注射、疤痕治療、皮瓣手術、美容手術。
門診時間：星期一上午（整形外科門診）第 3519 診間
星期五上午（醫學美容門診）第 3616 診間
星期五下午（重建整形外科門診）第 3515 診間

何謂肉毒桿菌素

肉毒桿菌 (*Clostridium Botulinum*) 屬於革蘭氏陽性厭氧菌，所分泌的神經毒素傳統上依血清型共可分為 A 至 G 七種；臨床上主要使用 A 型肉毒桿菌素。人類若意外吃下受到肉毒桿菌污染的食物便可能發生中毒現象，出現肌肉及自主神經抑制，嚴重者可因呼吸抑制而造成死亡。然而，肉毒桿菌素作用在骨骼肌與周邊自主神經纖維末梢，可抑制神經末梢釋放乙醯膽鹼這種神經傳導物質，使神經衝動的傳遞中斷，而造成抑制肌肉收縮或排汗、流淚等效果。

致命毒素成為最受歡迎的 美容醫學治療

肉毒桿菌素最早的臨床應用是因其抑制肌肉收縮的效果，治療斜視與眼瞼痙攣；於此同時，發現伴隨抑制皺眉

紋的效果，因而開始了肉毒桿菌素在美容醫學上的應用。美國食品藥物管理局 (FDA) 在 2002 年核准以肉毒桿菌素治療皺眉紋，到了 2008 年，美國一年就有將近 250 萬次肉毒桿菌素治療，佔所有非手術美容醫學治療項目的 30%。

肉毒桿菌素在美容醫學的適應症 依其作用方式包括：

1. 抑制臉部表情肌收縮改善動態皺紋，如皺眉紋、魚尾紋、抬頭紋，皺鼻紋、嘴周皺紋。
2. 抑制下降肌群過分活躍達到臉部拉提的效果，如抑制眼周下降肌群達到提眉效果和抑制頸闊肌收縮產生下半臉拉提。
3. 抑制肥大肌肉收縮使其體積縮小達到改變外部輪廓的效果，如注射咀嚼肌來瘦下半臉改善國字臉外觀，另外，

注射小腿腓腸肌可以瘦小腿改善蘿蔔腿。

4. 抑制周邊自主神經，如治療手部多汗及腋下狐臭。

魚尾紋治療



治療前

治療後一週

誰適合接受肉毒桿菌素治療

肉毒桿菌素在局部注射後會逐漸發揮效用，動態紋與臉部拉提的治療在兩週左右達到完全效果，國字臉與羅

蔔腿的注射則需一個月的時間來產生明顯肌肉體積縮小；一次治療平均可以維持四至六個月。在建議劑量內使用，搭配適當的注射技巧下肉毒桿菌素係相當安全。較常見的副作用是注射時的疼痛感與瘀青；有時在一些區域可能因注射時藥物擴散範圍較大造成不預期的其他肌群的麻痺，如注射皺眉紋時，意外擴散至眼皮提眼瞼肌可能造成眼皮下垂。但要特別強調：這些副作用多半都很輕微，且是暫時的，可自己復原。

不適合接受肉毒桿菌素治療的人包括：懷孕哺乳的婦女、神經肌肉交接處疾病如重症肌無力症患者、運動神經元退化症患者等。

一卡在手 公費疫苗即刻接種！

符合公費COVID-19疫苗接種對象者，無須等候接種通知，請於接種前先上網或電話預約，並攜帶健保卡至接種院所施打。

如無法預約，得攜帶身分證及其他身分證明文件(如員工證)等至接種單位，由醫療院所確認後接種疫苗。

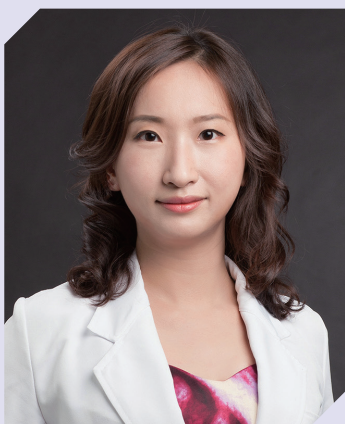
請符合公費接種對象者踴躍接種，及早獲得保護力。

中央流行疫情指揮中心 關心您



不可不知的乳房整形議題

文 / 外科部重建整形外科主治醫師 蕭福尹



蕭福尹醫師檔案

現職：臺北榮總外科部重建整形外科主治醫師
學歷：1. 國立陽明大學醫學系畢業
2. 國立陽明交通大學轉譯醫學博士候選人
專長：乳房整形手術、乳房重建手術、疤痕整形、
蟹足腫治療、私密處整形、整形外科手術、
顏面體態美容手術、雷射美容及微整形。
門診時間：星期一下午（重建整形外科）第 3517 診間
星期四上午（整型外科）第 3519 診間
星期四下午（醫學美容）第 3616 診間

提到乳房整形手術，多半聯想的
就是隆乳手術。然而，乳房還有其他問
題可以利用手術來改善，值得大家共同
探討。



▲圖：乳房問題可藉由手術來改善。
（取自 123rf）

管狀乳房

有些女性的乳房或乳頭較尖、乳
房組織很少、可能合併下垂；這有可
能是管狀乳房。管狀乳房是一種先天的
乳房構造異常，歸因於乳房的筋膜
粘附於真皮和肌肉平面，限制乳腺組
織向四周但擴大向前的生長，行成管
狀的乳房形狀和乳暈增大。這類型的
狀況可利用手術將沾黏增厚的筋膜切
開，並利用乳房植入物或自體脂肪等
填充切開後的空間，減少再沾黏的機
會。

乳房過度發育（巨乳症）

不是只有乳房小會造成困擾，乳
房太大有時候也會造成生理及心理上

的負擔；包括乳下皺褶處易濕疹、乳房過大導致肩頸痠痛、嚴重駝背；在日常生活上在選擇內衣及衣服上較少選擇且不好購買，甚至有些人在社交生活上有些自卑。巨乳症可以藉由縮乳手術改善，將多餘的皮膚及乳腺組織切除；根據不同程度的乳房過大有不同的手術方式。

副乳

乳腺組織在胚胎發育過程中除了前胸的這一對其他都會退化；但有些人會在腋前或腋下、甚至胸部、腹部、腹股溝、大腿外側等部位長出多餘的乳房，甚至會有乳頭。副乳若含有乳腺組織，會隨著女性的賀爾蒙變化而生長，在懷孕哺乳時期也有可能會增大、甚至有乳汁分泌因而造成困擾；副乳同樣可利用手術切除。

乳頭凹陷

乳頭凹陷除了外觀的問題，也可能因清潔不易而導致感染等問題。凹陷的乳頭根據不同程度而分級，嚴重的狀況可考慮藉由手術矯正來改善。

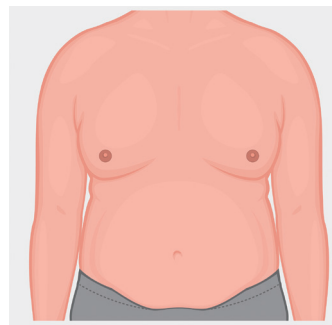
除了女性以外，男性也有可能會有乳房的問題造成困擾。

男性女乳症

男性女乳症是指男性的乳房組織增大有如女性般的突起的乳房，導致病人不敢穿太貼身的衣服。男性女乳症是由於雌激素和雄性素之間的荷爾蒙失衡而導致乳房組織的生長。有可能是生理性的，例如在新生兒期、青春期的男性女

乳症，一般不需特別治療會恢復正常，或是 50 到 80 歲後因雄性素下降而導致；或是病理性的，例如肝硬化、腎功能衰竭、甲狀腺亢進、性染色體異常、睪丸、腎上腺或腦下垂體的腫瘤等影響男性及女性賀爾蒙的平衡所導致；有些藥物也有可能造成男性女乳症。因此，當有男性女乳症時應先評估是否有荷爾蒙失調的問題，找出是否有相關病理性原因；乳腺組織的部分則可利用手術切除改善。

上述情形都是可藉由手術改善的乳



▲圖：男性女乳症通常是荷爾蒙失衡所致。
(取自 123rf)

房問題，根據每個人的狀況，手術方式及相關復發率、併發症、術後恢復及照顧等也會有所不同，需經過專科醫師評估及解釋討論。



美麗新視界-概談上眼皮整形手術

文 / 外科部重建整形外科總醫師 王邵丞



王邵丞醫師檔案

現職：1. 臺北榮總外科部重建整形外科總醫師
2. 國防大學醫學院醫學系臨床講師
學歷：中山醫學大學醫學系畢業
專長：外傷、壓瘡傷口照護及重建、皮膚腫瘤切除、
疤痕整形、腋下多汗刮除術、抽脂、肉毒注射。

眼睛是靈魂之窗，一雙美麗又迷人的眼睛會讓人覺得舒服、嚮往、與產生莫名的吸引力，所謂「明眸善睽」、「美目盼兮」。什麼才是美的眼睛呢？主觀來說，每個人心中的美，與個性、經歷、喜好、價值觀有著密切的關係；客觀來講，除了對稱比例之原則，美的標準會因為種族、地域、與時代的不同而有些許差異。

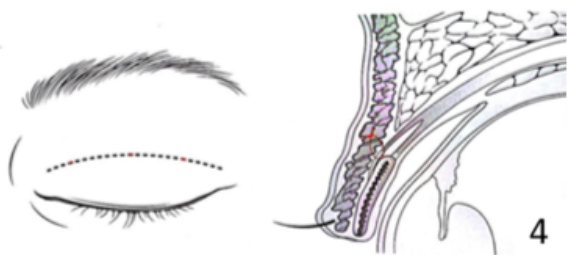
整形外科醫師的藝術觀，是融合個人差異，設計、繪圖、切割、量身打造出屬於您的一雙眼。「無創技術」是雙眼皮手術所追求的最高境界，正所謂簡約即精華 (less is more)。在手術中層次分明，避免過多組織的破壞；動作中步步到位，減少術後組織的腫脹、縮短恢復期。

上眼皮構造分成三層：前層有皮膚、皮下脂肪、眼輪匝肌；中層有眼眶隔膜、眼眶脂肪；後層有提上眼瞼肌、提上眼瞼腱鞘膜、瞼板、苗勒氏 (muller) 肌和眼結膜。雙眼皮形成的原理是因提上眼瞼肌末端的組織附著到眼皮，當提上眼瞼肌收縮，眼皮便會產生皺折形成雙眼皮。雙眼皮可依照其皺褶型態分成封閉型、半開放性、開放型雙眼皮 (圖 1、2、3)。後者給人第一眼感覺是大方、活潑、外向，而前者較自然，半開放性則介於兩者之間。



▲圖 1.2.3：雙眼皮依照皺褶型態分為 3 型。

進行雙眼皮手術前需和病患討論的手術內容：術前設計評估並模擬。請病患保持坐姿，雙眼平視前方。首先，觀察分析病患上眼皮的現況（單眼皮或雙眼皮、皮膚質地與厚薄、是否有眼頭的贅皮、多餘脂肪的狀況、有無伴隨眼瞼下垂等）；使用探條，模擬出術後雙眼皮皺折的位置。其次，設計雙眼皮的高度（一般來說在睫毛上方 6~8mm），並度量要切除的上眼皮的尺寸。之後，再針對術前評估的問題，選擇手術方式。倘若病患不需處理皮膚問題，且沒有過多脂肪，可以選擇埋線縫合的雙眼皮手術方式（圖 4）。最後，手術中的過程如移除過多眼眶脂肪、切除部分皺眉肌、固定提上眼瞼等等，再與患者一一說明。



▲圖 4：埋線縫合雙眼皮手術。

在術後照護方面，72 小時內建議需冰敷手術部位，待腫脹消除後可改為溫敷。縫線傷口處，每日需清潔換藥，注意傷口有無異狀，直到術後第一次回診。雙眼皮手術後恢復期因

人而異；一般術後一週可移除眼皮縫線，眼眶周圍消腫約 3~4 週，後續恢復過程約三至六個月。埋線縫合的雙眼皮手術，恢復過程約 1~3 個月。

雙眼皮手術旨在賞心悅目，術前與醫師完整的溝通與諮詢，配合執刀醫師精微細膩的獨到技術，方能造就均衡自然的效果，享受美麗生活的「新視界」。

（參考資料：眼整形的藝術 主編曹仁昌教授 編譯 台北榮總整形外科 廖文傑主任）

（圖片來源：圖 1、3 感謝院內同仁提供、圖 2 出自眼整形的藝術 page 8 圖 1-3）



有苦拉不出 - 淺談便秘

文 / 家庭醫學部住院醫師 李映樺



李映樺醫師檔案

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。

過去三個月內您是否曾有過以下經驗？

1. 四次中至少有一次需要很用力才能解便；
2. 四次中至少有一次時常解硬便；
3. 四次中至少有一次有解不乾淨的感覺；
4. 四分之一以上的機會感覺肛門口塞住；
5. 時常需要壓迫或以肛診方式幫助排便；
6. 每周排便次數少於三次。

若您有上述兩個或兩個以上症狀，就可能有「便秘」的問題；關於便秘有許多原因，不妨多深入了解。

一、何謂便秘？

臨床上定義目前仍無定論，簡單來說是指排便次數減少及排便困難的現象，然而排便習慣因人而異，通常來說，一天三次到三天一次都可算正

常，主要徵狀為排便次數減少、乾硬糞便、排便困難及須用力解便，排便後有殘便感、腹脹、腹痛等情形

二、可能原因： 可分成原發性和次發性

原發性便秘中最常見的為功能性便秘，結腸活動和排便次數都正常但是病人仍感覺解便困難或有硬便。年輕女性常見緩慢通過型，老年人或腹部曾經開刀受過傷為排出障礙型，因為不能協調腹部、直腸和骨盆底肌肉所引起，常常有解不乾淨需要自行挖大便情形。

次發性原因則非常多，包含神經系統疾病（帕金森氏症、腦血管疾病、自主神經病變）、精神疾病（焦慮症、失智症、厭食症、憂鬱症）、內分泌及代

謝異常 (甲狀腺機能低下、糖尿病、電解質不平衡)、肌肉系統疾病、不當飲食生活習慣、結構異常 (肛門瘻管、痔瘡、直腸脫垂、發炎性腸道疾病、結腸腫瘤)、腸激躁症候群、懷孕、經前症候群、藥物。

藥物部分常見為止痛藥、含鋁或含鈣制酸劑、抗憂鬱及抗精神病藥物、抗組織胺、鐵劑和鈣片，所以使用上述藥物時更應注意飲食和運動習慣，若有便秘症狀要進一步與醫師做討論和調整。

三、有便秘該怎麼辦？

當出現便秘時，請檢視是否有合併下列情況：發燒、噁心嘔吐、腹部開刀過、脊椎外傷後、排便習慣改變、糞便帶血或黏液、體重減輕、裡急後重 (常常有便意，嚴重時一天上十多次廁所仍覺得上不乾淨)、缺鐵性貧血、腹痛或腹部絞痛。若有以上情形請就醫。

若無上述病狀

建議改善飲食和排便習慣：

1. 每天至少服用五份以上纖維豐富食物，例如水果 (火龍果、香蕉、木瓜等等)、蔬菜、全穀類和乾果，乾果包括葡萄乾、黑棗等。
2. 有便意時切勿拖延或忍耐，且預留足夠的排便時間，最好早餐後 15 至 30 分鐘內排便、調整排便姿勢，如抬高雙腳置於小板凳上身體前傾。
3. 保持情緒穩定，除去不安因素及降低壓力。
4. 每天攝取水量約 8 到 10 杯 (2000-

2500cc)，在每天早餐前飲用約三百到五百毫升溫開水，可促進腸蠕動，促進排便。

5. 每天充分的運動，減少臥床時間，強化腹部肌肉。
6. 治療可能引起便秘之疾病。

若以嘗試飲食運動習慣改變仍無改善時，或是症狀超過三個月以上，建議就醫詳查原因和適當服用軟便藥物。另外也提醒 50-74 歲民眾，國健署提供每 2 年 1 次免費糞便潛血檢查。

※ 參考資料：

1. 家庭醫師臨床手冊第四版 民國 106 年二月出版
2. 國健署：大腸癌篩檢不可少！早預防、定期追蹤及治療 健康沒煩惱

臺北榮總110年 中醫三伏貼特別門診



初伏：7月/21.22.23 (星期三、四、五)					
時間	星期一	星期二	7/21 星期三	7/22 星期四	7/23 星期五
上午			張凱惟 針灸三診	歐冠沂 針灸五診	張凱惟 針灸六診
下午			曾元卜 中內二診	吳鑄峰 針灸四診	張揚楷 中內二診

中伏：8月/2.3.4 (星期一、二、三)					
時間	8/2 星期一	8/3 星期二	8/4 星期三	星期四	星期五
上午	顏見明 中內五診	蘇郁婷 針灸四診	張凱惟 針灸三診		
下午	曾元卜 中內五診	陳昭憲 針灸四診	曾元卜 中內二診		

末伏：8月/9.10.11 (星期一、二、三)					
時間	8/9 星期一	8/10 星期二	8/11 星期三	星期四	星期五
上午	顏見明 中內五診	蘇郁婷 針灸四診	張凱惟 針灸三診		
下午	曾元卜 中內五診	陳昭憲 針灸四診	曾元卜 中內二診		

★ 適應症與對象：過敏性鼻炎、慢性支氣管炎和氣喘等患者。
 ★ 每人每次收費772元(自費)(每人應貼三次，兒童、成人及老人皆可)，
 請於初伏時段前四週內預約掛號「中醫三伏貼特別門診」(上、下午皆有)，
 經初伏治療後，再由醫師預約掛號中伏和末伏的日期。

正在服用「賀爾蒙/避孕藥」 可以打新冠疫苗嗎？



文 / 藥學部藥師 盧志嘉

嚴重急性呼吸道症候群冠狀病毒 2 型 (SARS-CoV-2) 引起的 2019 年冠狀病毒疾病 (COVID-19, 新冠肺炎) 目前仍在全球蔓延，截至 2021 年 6 月 8 日，國內累計 11,694 確診病例和 308 死亡病例，死亡率達 2.63%。由於目前仍無專一有效的治療藥品，所以現階段以接種疫苗作為終結疫情、恢復正常生活的最有效方法。

目前美國或歐盟緊急使用授權的新冠疫苗包括 RNA 疫苗 (如 BNT/輝瑞、莫德納疫苗) 與重組病毒疫苗以腺病毒為載體之 DNA 疫苗 (如 AZ、嬌生疫苗) 已在全球各地廣泛施打。然而今年 2-4 月國外開始出現少數 AZ 疫苗接種者發生血栓合併血小板低下之情形；在英國，接種 AZ 疫苗第一劑後的發生率約百萬分之 12.3、歐盟則約為百萬分之 6.5，而國內發生率則為百萬分之 2.1。目前施打新冠疫苗後引發血栓合併血小板低下症候群都是以腺病毒為載體之疫苗，但發病機制尚不清楚，懷疑與疫苗誘導免疫反應形成血小板抗體有關，進而造成血栓合併血小板低下症候群。雖然報告的案例多數為 20 至 55 歲的女性，但仍無其他可能的危險因子，整體而言，施打新冠疫苗仍是利大於弊。

由於初期發現 AZ 疫苗引起血栓疑慮尚待釐清，因此，衛生福利部傳染病防治諮詢會預防接種組從嚴考量避孕藥和荷爾蒙治療亦會增加血栓風險，故建議服用避孕藥或荷爾蒙治療者應先暫緩接種 AZ 疫苗。然而，後續各國研究並未發現服用此兩類藥物與疫苗接種後的血栓風險相關，所以，國內已於 5 月 21 日公告取消避孕藥與荷爾蒙治療列為接種 AZ 疫苗之禁忌症，改為正在服用避孕藥或荷爾蒙治療的女性，經醫師評估亦可接種。

血栓合併血小板低下症候群的發生率非常低但卻嚴重，仍不得輕忽。可能發生在接種疫苗後 5 至 28 天內，故建議接種 AZ、嬌生疫苗者於施打疫苗後 28 天內，若出現任何疑似血栓、血小板低下症狀 (如表)，應儘速就醫檢查並說明疫苗接種史，及早處理以避免持續惡化。

表、血栓合併血小板低下症候群之可能症狀

可能病症	症狀
腦靜脈竇血栓	嚴重持續性頭痛、視力改變或癲癇
腹內靜脈血栓	嚴重且持續腹痛超過24小時以上
肺栓塞	嚴重胸痛或呼吸困難
深層靜脈血栓	下肢腫脹或疼痛
血小板低下	皮膚出現自發性出血點、瘀青、紫斑等



我與我的疲球心 ——淺談心臟衰竭急性後期整合照護

文 / 心臟血管重症照護中心護理師 周貞伶



目前臺灣 65 歲以上約 10% 病人有心臟衰竭，常見症狀包括累、喘、腫，有 52% 常因呼吸喘及水腫就醫後才被診斷。此類病人 3-6 個月再住院率約 30%，五年內

死亡率達 50%，對病人、家庭及社會帶來沉重負擔。

心臟衰竭主要是心臟幫浦功能失常，沒有能力打出足夠血液量以供應身體需求，全身器官和肌肉都無法獲得足夠的氧氣和營養，造成身體不適。常見的原因是心臟結構或功能改變所致，包括心律不整、冠狀動脈疾病、心臟瓣膜疾病等。另慢性病也可能導致心臟衰竭，高血壓、糖尿病、高血脂。

心臟衰竭病人經常出現的問題包括：

1. 服藥遵從性低：缺乏對疾病認知和服藥的瞭解。
2. 疾病自我照顧能力不足：約 38% 病人因對病況不甚了解，導致自我照顧能力逐漸疲乏。
3. 反覆住院：約 50% 病人因未按時服藥和日常保健而致反覆入院。

4. 共病症複雜：尤其是高齡者合併其他慢性疾病而影響疾病控制。

因此，在照顧心臟衰竭病人要涵蓋身體、心理及社會方面，照護要點包括：

1. 改變生活型態；
2. 強調服藥遵從性；
3. 建置健康照護系統；
4. 提供社會支持；
5. 預防共病症。

本院於 2018 年加入健保署心臟衰竭急性後期整合照護計畫，推動心臟衰竭健康照護，建置心臟衰竭健康照護系統及標準化治療，由個案管理師及跨領域團隊整合照護，包括醫療、護理、藥物、職能復健、語言復健、社工、營養、衛教等，於出院後追蹤 6 個月提供居家持續性照護。心臟衰竭跨領域照護團隊至今已收案超過 110 例、完成追蹤 6 個月期滿結案 59 例，病人再入院率及死亡率皆獲得改善，於 2021 年通過心臟衰竭照護的品質認證。



▲圖：心臟衰竭跨領域照護團隊。

改變烹調與食物之質地 以提升高齡長者健康

文 / 營養部營養師 朱佩玲



根據世界衛生組織（World Health Organization，WHO）在西元 2015 年提出的世界高齡與健康報告指出，全球高齡人口正在迅速增加，面對高齡化社會，健康促進並維持高齡長者的生活品質是目前重要的課題。高齡長者多因風味感覺如味覺、嗅覺、口感等敏感度降低，對食物漸漸失去興趣；牙齒脫落，造成咀嚼困難，甚至隨著年紀漸長唾液分泌減少，使吞嚥出現問題，這些身體機能的衰退導致攝食量不足，影響老年人的健康狀況。

在北愛爾蘭針對 65 歲以上高齡長者攝食調查發現，在餐食中添加醬汁、改變烹調的方式，相較於原本的飲食，高齡長者攝取的熱量、蛋白質較多。哥本哈根也針對社區用餐的長者，進行視覺與味覺喜好之測試，以在湯中添加配料或鮮奶油增加口感風味等方式最受喜愛，且同時可提升攝食熱量。針對咀嚼吞嚥困難之長者，將食物切成小塊、細絲或剁碎後再烹煮，或選擇質地較軟的魚、蛋與黃豆製品，烹調時加上醬汁都

可以幫助吞嚥，減少煎、炸的比例，加入蒸、煮、滷、燉等方式讓食物軟嫩多汁、豐富餐點的變化；水果除了選擇較軟質的種類外，打成泥狀或果汁，都可讓高齡長者也能享受食物的美味提升攝食的慾望，或將湯品、飲料以牛奶、豆漿、營養品等替代，除了可增加營養密度，也可使高齡長者提升攝食量。

除了改變質地與烹調方式，用餐的環境與氣氛也相當重要，鼓勵讓長者和興趣相同的朋友一起用餐，營造溫馨親友陪伴與歡樂的氣氛，也可促進進食的慾望，讓高齡長者身心都健康，樂齡沒煩惱！

各種烹調方式熱量排名

- | | |
|--|---|
| 1.  油炸 | 4.  蒸 |
| 2.  炒 | 5.  燒烤 |
| 3.  燉煮 | 6.  水煮 |

財團法人惠眾醫療救濟基金會 110 年 4 月份捐款芳名錄

財團法人許金德紀念基金會、財團法人應柴秀珍女士紀念基金會各 1,000,000 元；耀陞食品股份有限公司 600,000 元；陳黎陽 142,089 元；活泉公益信託社會福利基金 120,000 元；劉文男 60,000 元；順合光電有限公司 50,000 元；張少珍、瑞奇燈飾各 30,000 元；中正手術室 22,225 元；林盧玉英、劉宜蘭、蔡炎全、閻順昌 閻庭偉各 20,000 元；林依晨 15,000 元；楊德孚 14,000 元；吳一芳 黃延齡、林慶勇、張千慧、曾俊皓、詹進益、陳學琳、喬觀潔各 10,000 元；統一發票中獎金 7,996 元；合作金庫 7,373 元；江謝阿里、蕭世美 閻庭琪、閻張紡春 閻順德各 6,000 元；黃育博 5,300 元；文陳桓、周秀紅、涂柳鳳、陳明德全家、黃明珊、黃淑麗、潘宇柔各 5,000 元；曾慶芬 4,000 元；王欣羽 3,500 元；護理館 3,300 元；林維聖、徐萬喬、袁育銓 陳秀枝 袁振唐、晨堡有限公司、陳建光各 3,000 元；鄭柏銅 2,100 元；丁美倫、金森、凌雲、許有楠、程文祺、葉振邦、蔡宗憲各 2,000 元；李茂財、黃凱琳各 1,500 元；善心人士 1,230 元；吳華席 1,200 元；張子建 1,100 元；毛嘉慶闔家、曲勁婕 曲勁文、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、巫秀鳳、林育永、林通榮、林瓊君、邱素媛、邱慶宗、張郁芳、許金吉 許楊秀卿、許純美 鄭詩璇、許煥怡、郭道清、陳秀梅、陳欣雅、陳麒文、曾薇樾全家、程于亭、程子洋、程子鍵、黃雲蓁、蔡素鳳、林淑婷 林玟薇 林伊雯、鍾瑞珠各 1,000 元；沈美玲、范勝傑、楊斯捷各 800 元；發票箱零錢 701 元；楊金松 700 元；陳姿婷 盧毅、詹啟祥、蔡秋蓮各 600 元；謝沁寰 520 元；林張世英 511 元；Sri-Astutik、尤姿樺、吳珠美、呂文婷、李珉臻、李佩玲、李宗霖、李林素英、李信瑤、李建輝、李政謙、李柏諺、李靖瑜、林盟翊、林麗雀、邱書暉 陳建龍、洪子涵、洪子雅、洪秀蕓、范宇辰、范李花子、范庭苡、徐子婷、張文亮、張宏柏、曹瑞蘭、莊素珍、陳玉美 杜宜瀟 淨演師 呂雨臻 黃政忠、陳秀珍、陳建緯、陳萱潔 陳奕秀、陳興、喬立仁、喬游英姝、無名氏、無名氏、黃玉津、黃錫雄、楊承翰、賴瑋苡、簡序和、魏嘉男各 500 元；方臣胤、方柯雲、方雲楷、方雲鵬、阮慶華、邱容貞、楊閱心各 400 元；李建興 364 元；黨邦倫 358 元；涂招治、李秋娥、李國助、林郁芹、林啟榮、唐康寓、莊玉珠 莊美嫻、許閱凱各 300 元；朱迪 侯謙行、吳陳水雲、李欣美、林子涵、林咨佑、張小姐、張婕、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、劉芳婷、劉美蘭、鍾佩玲、鍾明錫、鍾受環、鍾振興各 200 元；張強 132 元；周芳伊、林哲民 林盈秀 蔡金德 李燕貞、無名氏、廖慧穎、劉人瑄、鄭百吟全家各 100 元；蔣連松 57 元；

臺北榮民總醫院及分院員工愛心百元捐款 58,000 元

捐款總計 3,479,956 元

臺北榮民總醫院 謝謝您的愛心和支持！

確診 COVID-19 可以這樣做!!

多數 COVID-19 確診者屬輕症，可自行康復。為將醫療資源留給重症者，若確診請在家勿外出，待公衛人員通知。

生活指引

居住



一人一室
獨立衛浴



勿接觸同住者



勿共餐
共用物品

衛生



佩戴口罩



酒精 / 肥皂
清潔手部



酒精 / 稀釋漂白水
清潔物品

聯繫



聯絡有症狀前3日的
密切接觸者



告知接觸者自我隔離
& 健康監測

健康

留意症狀，若出現：



喘 / 呼吸困難



持續胸痛 / 胸悶



意識不清



皮膚 / 唇 / 指甲發青

立即聯繫

119、衛生局 依指示就醫，勿搭大眾運輸

中央流行疫情指揮中心
Central Epidemic Command Center

(廣告)

接觸過 COVID-19 確診者， 可以這樣做!!

若曾與確症者(出現症狀前三天至隔離前)密切接觸(共餐、同居、共處15分鐘以上)，請先居家隔離，勿自行離家，待衛生單位通知。非密切接觸者，仍需14天自我健康監測，有疑似症狀請戴口罩就醫，並告知接觸史。

生活指引

居住



一人一室
獨立衛浴



勿接觸同住者



勿共餐
共用物品

衛生



佩戴口罩



酒精 / 肥皂
清潔手部



酒精 / 稀釋漂白水
清潔物品

健康

觀察是否出現 COVID-19 相關症狀：

發燒 / 喉痛 / 頭痛 / 流鼻涕 / 腹瀉 / 倦怠 / 嗅味異常 / 呼吸急促等



若出現以下嚴重症狀：



喘 / 呼吸困難



持續胸痛 / 胸悶



意識不清



皮膚 / 唇 / 指甲發青

立即聯繫

119、衛生局 依指示就醫，勿搭大眾運輸

中央流行疫情指揮中心
Central Epidemic Command Center

(廣告)



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） $\longleftrightarrow$ 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

445

榮總人月刊110年6月號



圖：陳威明副院長

臺北榮總

Since 1959

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

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。

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



臺北榮民總醫院資訊網

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