



榮總人

Taipei Veterans General Hospital Bulletin

451

110年12月號

政府
頒



第4屆政府服務獎

頒獎典禮



北榮傑出貢獻紛獲表揚

本院各團隊長期努力耕耘與奉獻社會，紛紛獲得各獎項的表揚肯定。尤其，家庭醫學部團隊以「科技助人」理念，整合食藥署、健保署、本院藥學部等巨量藥物資料，建立高清晰藥物辨識資料庫，開發「愛家小藥師」APP，以AI創新居家用藥整合服務，守護民眾用藥安全，榮獲第4屆政府服務獎的「社會關懷服務獎」，為推動為民服務工作的最高榮譽，且為該獎項中唯一獲獎的醫療單位。



目錄 Contents

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

攝影：

編輯助理：朱坤臨

行政助理：王治雁

印刷：承印實業(股)公司

新北市中和區中正路988巷15號

電話：02-22227689

要聞 風向球

本院「藥安心：AI創新居家用藥整合服務」榮獲「政府服務獎」 2

傑出貢獻公務人員 陳威明副院長獲表揚 4

護理部明金蓮主任 榮獲社會教育貢獻個人獎 6

感謝醫護抗疫辛勞 日友人贈蘋果傳祝福 7

本院榮獲醫策會擬真情境類競賽二金！7

陳銘蒼先生捐贈大貨車 醫護感謝新車助醫療 8

世界早產兒日 北榮溫暖守護小腳丫 8

HOT 醫新聞

導航輔助摘眼腫瘤 八旬患者重見光明 9

蠶絲蛋白讓停止跳動的心臟恢復跳動 11

種入腸道正常細菌 拯救骨髓移植後的血癌病患 13

擺脫蜂窩性組織炎，從小地方做起 15

北榮智慧科技訓練 職安病安雙重保障 17



願景／全民就醫首選醫院，國際一流醫學中心

特別 報導

企業愛心灌注
北榮打造全臺第一座花園醫學中心（二） 18

藥安 全藥健康

安全使用鴉片類止痛藥 25

營養 專欄

冬令進補六技巧 飲食健康免煩惱 27

財團 法人惠眾醫療救濟基金會捐款芳名錄

110年10月份捐款芳名錄 28



本院「藥安心：AI創新居家用藥整合服務」 榮獲「政府服務獎」



▲圖：許惠恒院長(右4)帶領北榮團隊領取社會關懷服務獎，退輔會李文忠副主委(右1)亦與會賀勉。

本院家庭醫學部團隊以「科技助人」理念，整合食藥署、健保署及本院藥學部等巨量藥物資料，建立高清藥物辨識資料庫，開發「愛家小藥師」APP，以AI創新居家用藥整合服務，守護民眾用藥安全，榮獲第4屆政府服務獎「社會關懷服務獎」，為推動為民服務工作最高榮譽，在120個參賽機關脫穎而出，且為該獎項中唯一獲獎的醫療單位，許惠恒院長14日代表出席領獎，接受行政院蘇貞昌院長公開表揚。

許惠恒院長表示，為解決臺灣民眾用藥問題，北榮致力研發方便攜帶的

藥物辨識輔助工具。「榮總智慧居家小藥師」APP(愛家小藥師)是以AI創新居家用藥整合服務，不但可增進居家團隊藥物整合效率、增強長者藥物照護能力，未來將擴增藥物影像資料庫，創新藥事服務流程，不只可用於居家、更可進一步提供門診藥物辨識諮詢及住院病人自備藥物整合，創造與人工智慧結合有效且高品質藥事整合服務，營造友善健康用藥安全的服務網絡。

「藥看有，才安心」，藥物必須吃得正確才有效

家醫部社區醫學科陳育群主任表



▲圖：北榮團隊合影。

示，高齡長者用藥錯誤是重要的健康議題，國外研究發現，高達75%到96%長者發現自己曾經吃錯藥物，近年來隨著居家醫療漸漸普及，醫師、護理師開始從醫院走進病人家中才發現，對於高齡長者而言，真正常見或嚴重的用藥錯誤往往發生於家中而不是醫院。**創新AI辨識APP輔助藥物整合服務**

陳育群主任指出，「愛家小藥師」APP以簡單、易用、可近設計，提供多元化查詢方式，使用手機即可輕鬆查、任意掃，並建置多國語言，幫助民眾獲得正確藥物資訊，達到推廣用藥安全的目標，民眾可免費下載使用，目前以累積查詢超過20萬次，居家團隊能更有效整合民眾跨院就醫所服用的藥物，增強長者照護能力。

「愛家小藥師」，居家用藥你都知

「愛家小藥師」APP具備以下三大功能，讓醫療團隊和病人都能輕鬆使用，正確認識藥物，更歡迎民眾下載使用！

任意查：內建超過2.7萬種健保藥物資訊、1.6萬張藥物影像，可正確辨認種居家醫療常用藥物，也可利用中英文、藥名、成分、外型、顏色等任何資訊作為關鍵字進行查詢，搜尋結果顯示藥

物成分、適應症、用法、特徵、特殊警語、健保代碼、衛署字號等資訊，並提供仿單及健保規範連結，提供完整藥物資訊。

輕鬆掃：可用手機照相鏡頭拍攝藥錠膠囊或掃描藥盒外包裝條碼，查詢藥物資訊。

多語言：提供英語、印尼語、越南語及馬來語四國語言翻譯，讓外籍照護者也能輕鬆辨識，溝通無礙，照護團隊在衛教上也能夠克服語言障礙，讓照護者一同為患者用藥安全把關。

（報導/公關組 吳建利）



▲圖：家醫部研發團隊(左1為陳育群主任)



傑出貢獻公務人員 陳威明副院長獲公開表揚



▲圖：總統與公務人員傑出貢獻獎個人獎得主合影(右6為陳威明副院長)

陳威明副院長獲頒110年公務人員「傑出貢獻獎」個人獎，也是六位得者中，唯一來自醫界獲此殊榮的醫師。被稱為仁心仁術、視病猶親—書寫醫療新頁的暖心醫生，於14日接受蔡英文總統公開頒獎表揚。陳威明副院長謙虛的表示，醫者仁心，救苦救傷，是他行醫三十多年所秉持的理念，能以醫療專業對國家、社會及人民做出貢獻是他的榮幸，能獲得這個有「公務人員奧斯卡獎」之稱的肯定，對他意義十分重大，

也鼓舞他一本初衷，繼續在行醫的道路上濟世救人。

陳威明副院長曾親率醫療團隊，治療紐西蘭毛利國王圖黑提亞（Tuheitia）的腳部重疾，讓國王免於截肢，並佩服與驚艷臺灣醫療水準，促成紐西蘭當地醫療機構來臺交流，為醫療外交增添佳話，也是醫療新南向政策成功的最佳證明。在擔任亞太骨骼肌肉系統腫瘤學會主席及中華民國骨科醫學會理事長期間，積極以臺灣骨科技術進行醫療外



▲圖：陳威明副院長獲總統頒發公務人員傑出貢獻獎個人獎。

交，大大提升臺灣骨科國際化及能見度。

另為協助長期抗癌的外縣市及偏鄉離島骨肉瘤患者，縮短住院天數，節約健保資源，也省下住宿旅館的費用，陳威明副院長號召成立「骨肉瘤關懷之家」，成為病人口中的「陳健保」，骨肉瘤病童口中最善良的「陳爸爸」，也因此項善舉榮獲「2018台灣義行獎」。

新冠肺炎疫情期間，陳威明副院長率先推動國內池化核酸檢測(pooling PCR)，完成苗栗京元電子及台北市三大果菜批發市場大規模採檢任務，有效阻絕疫情傳播鏈，保住半導體產業經濟命脈，安定人心，北榮採檢國家隊成效卓著。

陳威明副院長表示，過去三十三年來的公職生涯，從花蓮鳳林公費醫師下

鄉到臺北榮總，他不管擔任那一個職位，均秉持把工作做到最好的信念，臺灣是他熱愛的國家，這塊美麗的土地上有無數的病人需要全心幫忙，以病人為中心，將心比心，努力培養仁心仁術、追求卓越、願意犧牲奉獻的好醫師，更是他的理想與信念。在擔任臺北榮總副院長任內，他全力配合和落實政府制定之醫療政策，為醫院和國家爭取最高的榮譽！他不忘感謝三十三年來，和他一起打拼的所有同仁和學生，也謝謝信任他、將健康交給他的三萬多位手術病人，以及一路上提攜他的所有長官和老師。此外，他要深深感謝一直默默支持他、鼓勵他、包容他常深夜才回家的家人。獲得這個獎項的肯定備感光榮，他一定會繼續努力，希望讓醫療更溫暖、更有溫度！

(報導/公關組 吳建利)



▲圖：陳威明副院長發表得獎感言，尤其感謝一路陪伴、鼓勵的家人。



護理部 明金蓮主任 榮獲社會教育貢獻個人獎



▲圖：潘文忠部長頒獎表揚。

110年度教育部社會教育貢獻獎，頒獎典禮於12月10日舉行，本院護理部明金蓮主任，榮獲社會教育貢獻個人獎，由教育部潘文忠部長親自頒獎表揚，獲獎事蹟簡錄如下。

(一)推動健康高齡與社區樂齡學習

雖有COVID-19疫情，仍不忘社區高齡長者的健康教育需求，不僅促進全民防疫之概念，更從防疫觀點規劃一系列社區長者健康講座，推展社區高齡之健康教育，落實社區醫療服務計畫，充實高齡者活動內涵，過程撼動人心，獲得熱烈迴響，令長者感動。

(二)重視臨床護理教育訓練，培育護理專業人才與傳承

招募新進人員及規劃學習課程，建

立學習機制，循序漸進，推動多元教育內涵，積極培育護理菁英，強化知能，幫助新進同仁環境熟悉、順利進入工作職場。隨著時代變遷，護理世代的改變，選用適當的領導模式，激勵護理人員學習與成長，營造友善的職場環境，讓同仁感受到其為院內最珍貴的資產，留任護理好夥伴。

(三)推展策略性接班人計畫培育臨床護理菁英

推動人才菁英培育計畫與個人發展計畫，修正與強化管理職能，建構培育人才庫。響應國際護理協會Nursing Now活動，培育35歲以下護理精英，藉由提升全球護理師的專業形象與地位，協助各層級護理師發展領導、品質改善之知能，俾使能變革領導，促進全民健康。

(報導/公關組 吳建利)



▲圖：明金蓮主任重視護理人才培育，獲獎實至名歸。



感謝醫護抗疫辛勞

日友人贈蘋果傳祝福



青森縣蘋果對策協議會為感謝國人在10年前東日本大地震時慷慨捐款及暖鼓勵，並感謝辛苦抗疫的第一線醫療人員，由「台北旭日扶輪社」及「臺灣國際扶輪3482地區」促成，特別贈送本院青森蘋果10箱；另扶輪社3482地區顧問黃重實先生及夫人，為幫助台東地區農

民，增加農業收益，再加贈鳳梨釋迦60箱，由陳威明副院長代表受贈，青森縣蘋果對策協議會加川雅人會長特別以視訊連線方式，表達對臺灣的感謝，以及對醫護人員的敬意。

陳威明副院長首先感謝疫情期間日本捐贈臺灣420萬劑疫苗，並表示，青森是個美麗的地方，也是臺灣人愛去的旅遊景點，青森蘋果香甜美味廣受國人喜愛，蘋果在臺灣的意義象徵平安健康、幸福吉祥，也希望兩國人民永遠安康，臺日友誼永遠長存！

(報導/公關組 吳建利)



本院榮獲醫策會 擬真情境類競賽二金！



▲圖：北榮新人組。



▲圖：臺北榮總手術照護組。

本院手術照護組及新人組團隊，在全國59個隊伍脫穎而出，榮獲2021年醫策會國家醫療獎「擬真情境類競賽」金牌，並再次奪下全國唯一單一機構兩金的殊榮！自104年至110年，本院共累積獲得六金、一銀、二銅獎、一優選、四潛力等獎項，成果斐然。

本院參賽隊伍由教學部、急診部、護理部、外科部等共同合作，組成急重症組、手術照護組、新人組三支隊伍，在持續半年努力，經過為期四天的激烈競賽，

手術照護組、新人組榮獲唯一單一機構兩金的殊榮！許惠恒院長、侯明志副院長特別嘉勉獲獎團隊，並期許全體同仁持續努力，在病人安全教學訓練及人員儲備超前部屬，營造病人安全的就醫環境。

(報導/公關組 吳建利)

陳銘蒼先生捐贈大貨車 醫護感謝新車助醫療



陳銘蒼先生為感謝臺北榮總陳威明副院長、李偉強主任、趙恆勝醫師、羅

永鴻醫師、江東鴻醫師、陳燕溫醫師、林晉宇醫師、巫炳峰醫師、林邑璵醫師及CVSB加護病房護理站及A061病房護理站護理師們，用心的診治及照護，順利康復，特別以優奮開發有限公司名義，無償捐贈三菱CENTER 5噸醫療物資大貨車一輛，12月6日完成捐贈，由陳威明副院長代表受贈。

(報導/公關組 吳建利)

世界早產兒日 北榮溫暖守護 小腳丫



每年11月17日為世界早產兒日，今年宣導主題為：「零分離！」，希望讓早產寶寶盡快與父母團聚。本院新生兒照護團隊溫暖呵護每個提早來到世上的「小腳丫」，希望他們在優質的醫療照護下，盡早順利出院與父母團聚。出生體重1200公克的浩浩、780公克的東東、1210公克芯芯與1180公克澄澄，經過一至三年的努力漸漸長大，在世界早

產兒日的當天，也與新生兒科鄭玫枝主任、兒童發展評估中心楊翠芬主任，以及國民健康署、早產兒基金會共同響應世界早產兒日，一起來為早產兒、家長以及醫療團隊加油，祈願早產兒平安健康地長大。

鄭玫枝主任表示，本院新生兒照護團隊為早產兒照護品質持續努力，今(110)年5月4日整建啟用的新生兒醫療中心，不僅符合最新的病房設置標準，更加入許多巧思，讓寶寶有最安全溫暖的住院環境，讓父母有舒適馨的探視空間，醫療動線更流暢，醫療工作環境更友善。在全新的工作環境中及善心企業家的關懷支持下，一同努力讓早產兒家庭零分離，一起守護小寶貝。

(報導/公關組 吳建利)

導航輔助摘眼腫瘤 八旬患者重見光明



▲圖：高壽延副院長(圖中)嘉勉跨團隊的優異表現。

本院眼科部與口腔醫學部跨團隊合作，以最新導航輔助定位配合內視鏡手術，成功為84歲陳老先生摘除右眼後方直徑3.3公分巨大許旺氏細胞瘤（schwannoma）。術後陳老先生恢復良好，凸眼症狀獲得改善，視力也由術前的無光感到術後隔日即可看見自己的手指，並奇蹟似的逐步在半年內恢復到0.6，且外觀並未留下任何手術傷口，也未造成任何後遺症。

眼科部眼矯型科蔡傑智醫師與口腔醫學部口腔顎面外科吳政憲醫師共同呼籲，壓迫視神經的深部眼窩腫瘤，如能早期診斷，並以先進的電腦導航輔助定位系統配合內視鏡，術前規劃模擬，術中即時導引定位病灶，可大幅提高眼窩腫瘤手術的安全性及精準度，拯救深部

眼窩腫瘤對眼睛的傷害。

陳老先生有青光眼病史，一年未追蹤，109年9月因右眼視力模糊至本院眼科就醫。經檢查發現，右眼最佳矯正視力從以往的0.8降至只有0.1，眼底檢查顯示右眼視神經萎縮及視野嚴重缺損，與一般青光眼的視神經和視野的特徵並不相符，檢視外觀發現其右眼外斜視且眼球突出(圖1)，懷疑眼球後面可能有病灶存在。經電腦斷層檢查發現，眼球後有一3.3公分巨大眼窩腫瘤，壓迫眼部肌肉及視神經(圖2)。

如以傳統手術摘除眼球後深部巨大腫瘤，因眼窩後面空間狹小，光源不易由外照亮深部病灶，手術視野不佳，困難度極高，且腫瘤緊鄰附近重要血管、肌肉及視神經等，更增加手術的風險。

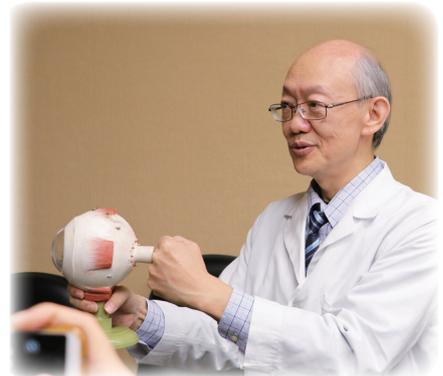
陳老先生排斥接受手術，視力逐漸退步至無光感(近全盲)。

蔡傑智與吳政憲醫師研議，利用先進的電腦導航技術，做術前規畫、術中導引及精確定位腫瘤與周遭眼組織的相關位置，並配合內視鏡來提高手術的安全性，終獲陳老先生同意接受手術。

醫療團隊先以內視鏡由口腔上牙齦前庭區經上頷竇途徑到達下眼眶底，將



▲圖：吳政憲醫師說明導航摘眼腫瘤。



▲圖：蔡傑智醫師說明眼窩深處腫瘤。

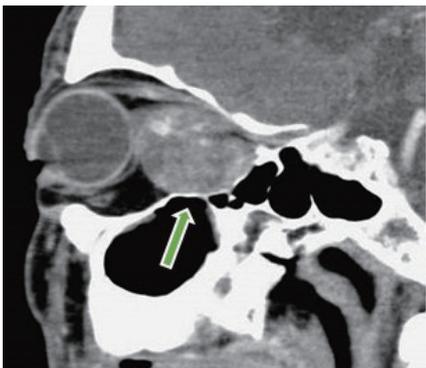
下眼眶底骨頭移除後進入眼窩深部(圖3)，取出此完整

巨大腫瘤後，再以鈦金屬網膜及膠原蛋白膜重建下眼眶底骨頭，並將上頷竇的骨頭窗口及牙齦前庭皮瓣復位。以口腔上頷竇途徑直達眼窩底病灶手術方式，可大幅減少傷害眼睛內重要組織的機率，並即時進行導航眼窩重建，外觀無傷口且復原迅速，為安全摘除深部眼窩腫瘤新利器。

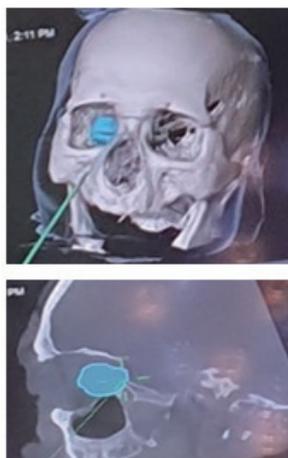
(報導/公關組 吳建利)



▲圖1：病患外觀呈現右眼突出及外斜視。



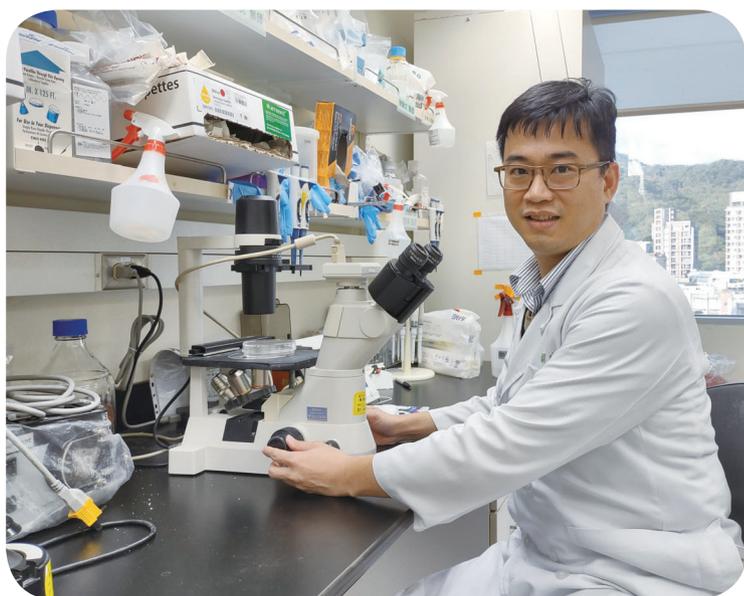
▲圖2：電腦斷層影像顯示眼球後方有一個比眼睛大的腫瘤，將眼球後肌肉與視神經擠壓到眼窩上壁。



▲圖3：透過電腦導航術中即時定位系統的幫忙(左圖上及下)，並在內視鏡影像系統輔助下(圖右)，可清楚的看見手術器械的位置精準地在眼窩腫瘤的正下方。

蠶絲蛋白讓停止跳動的心臟恢復跳動

榮陽交團隊成功利用生物材料 將心肌細胞轉換為節律細胞



▲圖：北榮心臟內科胡瑜峰醫師。

臺灣約有超過四萬人裝有心律調節器，現在科學家發現一種以蠶絲做成的生物材料，可以將原本不會放電的心肌細胞，轉換為可以自我跳動的心臟節律細胞，讓心臟恢復跳動。這項重大發現改變人們對治療心律不整的看法，也讓來自臺灣本土的研究登上國際舞台。

每分鐘約70下的心跳，來自於心臟右心房竇房結(sinoatrial node)的電刺激，電流讓心臟的平滑肌能夠收縮把血液打到全身。不過隨著年齡增長，器官用久了總會耗損，竇房結也不例外。估計全台心律不整的盛行率約1%到2%，

如果是65歲以上長者這個數字可能更高。

目前治療這類心臟傳導疾病的方法就是花兩小時的手術，在心臟裝設心律調節器。不過心律調節器大約6到8年需要換電池，侵入性手術也有手術感染的風險，甚至在手機盛行的年代，這類安裝調節器的患者也必須盡可能讓手機遠離心臟。所以科學家無不希望找到可以替代方法。

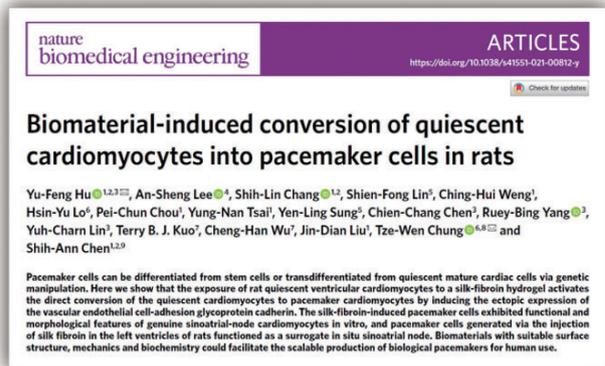
陽明交大生物醫學工程學系教授鍾次文，以及臺北榮總心臟內科主治醫師胡瑜峰所組成的研究團隊，成功利用來自農委會苗栗改良場所培養的蠶絲，經純化製成蠶絲蛋白凝膠，注射到小鼠心臟後，讓原本不會跳動的心肌細胞，轉換為可以放電跳動的節律細胞。蠶絲蛋白過去就曾用來作為手術縫線、人工敷料等，這是首次發現蠶絲蛋白除了力學與生化特性外，還有電的性質。

研究團隊在動物實驗中發現，蠶絲蛋白做成的生物材料，能促成一種名叫Cdh5的鈣黏蛋白表達，而這種鈣黏蛋白

不存在於心肌細胞，只存在掌管心跳的竇房結。Cdh5在心肌細胞的異位表達，啟動了一連串下游的機轉，才讓心臟恢復心跳。換句話說，研究團隊等於是讓心室也有了竇房結的功能，如此一來一旦竇房結老化或病變，心室還能承擔放電跳動的作用。

北榮心臟內科主治醫師胡瑜峰表示，自己過去就已經發現將特定基因注射到心肌細胞的基因療法，但這個方法必須用腺病毒做載體，就像現在新冠肺炎疫苗一樣，用病毒做載體的副作用大，而且多少都有疑慮，所以才考慮用生物材料的方法。

陽明交大生物醫學工程學系教授鍾次文說，研究團隊嘗試數十種生物材料，最終找到蠶絲蛋白的方法。他說，蠶絲蛋白因為生物相容性高，作為生物材料其實有跡可循，包含人工皮膚、手術縫線、傷口敷料都可以發現它的蹤



影。自己過去也曾用相同材料製成修補心肌細胞的心肌綴補片，可見國內自產的蠶絲也有高階醫材應用的潛力。

胡瑜峰形容，當自己把鐘次文的蠶絲蛋白注射到小鼠已停止跳動的心肌細胞後，竟發現心肌細胞「活過來」才開始這項研究並找尋原因。

這項研究在動物實驗上證實，除了幹細胞培養與基因療法外，生物材料也有機會治療心臟傳導疾病，獲得Nature旗下Nature Biomedical Engineering刊登。(報導/公關組 吳建利)

111年度身障輔具檢測（修）巡迴服務即將展開

日程如下：

- 1月17日(星期一)下午：南投縣政府（檢測地點由縣府社會處安排）
- 1月18日(星期二)上午：彰化榮家（彰化縣田中鎮中南路2段421號）
- 1月18日（星期二）下午：彰化榮家
- 1月19日(星期三)上午：嘉義市政府（檢測地點由市府社會處安排）
- 1月19日(星期三)下午：嘉義市政府
- 1月20日(星期四)上午：南投縣政府

（檢測地點由縣府社會處安排）

☆臺北榮總表示，身障中心所派人員均已完成兩劑新冠疫苗注射且逾14天。籲請各單位轉知本年度應裝配輔具之榮民，準時參加檢測；另義肢、支架、輪椅、拐杖、助行器等肢障輔具需修理者，可於排定之日程持榮民證、身分證、印章及身心障礙手冊前往接受維修服務，並請配合防疫相關規定。

道在屎溺 糞便也能救人！

種入腸道正常細菌 拯救骨髓移植後的血癌病患



▲圖：骨髓移植監測。

39歲急性白血病（AML，俗稱血癌）患者王小姐，在接受骨髓移植後三個月，出現嚴重急性腸胃型反排斥反應（GVHD），終日腹瀉不止甚至出現血便，生命垂危。本院血液科與胃腸科跨團隊合作，以腸道微菌叢移植術（FMT），將正常人的腸道細菌種入病人腸道，成功治癒腸道感染，完全控制急性反排斥反應，移植至今一年多病況穩定，血癌亦無復發跡象。



▲圖：腸道糞菌叢植入。

血液科高志平主任表示，維持腸道內正常細菌種類，可對抗致病的細菌，例如困難梭狀桿菌，同時改善病人的免疫力。以腸道正常細菌（微菌叢）移植術治療骨髓移植後的急性反排斥併發症，國外研究顯示有成效，王小姐更是國人少見的成功案例，值得進一步研究運用。

王小姐家住中部，罹癌後首次化療初步穩定後轉至本院就醫。在接受加強化學治療後等待骨髓移植時，血癌再度復發，醫師發現復發的血癌細胞帶有一種稱為FLT3-ITD的基因突變，預後不

佳，讓王小姐幾乎想要放棄，但在孩子與先生不斷鼓勵下，決定勇敢接受治療。

在本院血液科團隊細心治療，及慈濟骨髓幹細胞中心的協助，王小姐終於在非完全吻合配對的情況下，成功完成異體造血幹細胞移植(骨髓移植)。但由於血癌細胞帶有FLT3-ITD基因突變，預後不佳，特別是已經復發過的病患，即使在骨髓移植後仍然會有很高的復發風險，移植團隊希望儘快減少預防排斥藥物藥量，讓王小姐儘早恢復身體免疫力，對抗血癌細胞，避免復發。

移植後近三個月，王小姐仍不幸發生極為嚴重的急性腸胃型反排斥反應(GVHD)，終日腹瀉不止，甚至出現血便，屬於最嚴重的第四級，死亡風險極高，使用類固醇及各種免疫抑制藥物效

果不佳，並因免疫力低下合併有敗血症及困難梭狀桿菌腸道感染，病況危急。

高志平主任與胃腸科微菌叢實驗小組討論後，決定採經下消化道內視鏡進行腸道微菌叢移植術(FMT)，也就是將正常人的腸道細菌種入王小姐腸道，治療困難梭狀桿菌感染，並希望一石兩鳥，同時改善嚴重腸胃型急性反排斥反應。初步治療後，王小姐曾短暫出現腹脹現象，但一兩周後，病人的腹瀉與腸道出血症狀，明顯改善，再給予第二次的細菌種植，胃腸道症狀完全緩解，不僅困難梭狀桿菌的腸道感染成功治癒，急性反排斥也得到完全控制，移植後一年多病況穩定，無復發跡象，擴大腸道微菌叢移植治療領域，成功案例可作為醫界治療參考。（報導/公關組 吳建利）



更多北榮故事，
請掃QR CODE



或  北榮院史廳

歡迎大家透過院史廳探索更多本院故事！

小傷口也會出大問題！

擺脫蜂窩性組織炎，從小地方做起

「我又來住院了，醫生！」一名七十餘歲，患有糖尿病的伯伯，近兩年來第三度因為左腳紅、腫、熱、痛影響生活作息到急診求診。醫療團隊為其進行檢查，發現這位伯伯白血球及發炎指數超過正常值，加上左腳局部發炎徵兆，診斷為蜂窩性組織炎。伯伯合併有香港腳、糖尿病，雙腳時不時有細小的傷口，難怪發炎始終好不了！本院內科部感染科主治醫師陳夙容每個月都會遇到數名因蜂窩性組織炎入院的病人，其實只要注意雙腳的保養，便可以大大降低罹病的機率！

什麼是蜂窩性組織炎？

陳夙容醫師指出，皮膚是身上最大的器官，負責屏障有害物質、細菌及外來異物進入人體危害健康。當皮膚受損導致屏障出現漏洞，病原菌入侵在皮下組織產生紅、腫、熱、痛等發炎反應，即是蜂窩性組織炎。

為什麼我會得到蜂窩性組織炎？

其實感染蜂窩性組織炎，最大的風險因子來自於破裂的傷口或受損的皮膚：如割傷、燙傷、動物咬傷所產生的傷口；皮膚疾病如蕁麻疹、帶狀皰疹(皮蛇)或乾癬導致表皮不完整，細菌就能大

舉入侵造成傷口感染。然而有時候，一些長輩會納悶：「我明明沒有皮膚病，也沒有受傷，為什麼還會得蜂窩性組織炎？」其實並不一定需要有肉眼可見的傷口，只要皮膚狀況不佳，如香港腳導致脫皮、皮膚乾燥龜裂等狀況就有可能讓皮膚屏障出現漏洞、讓細菌有機可趁。

此外，體內的白血球、淋巴球及其它免疫物質會隨血液循環到發炎部位進行殺菌作用，現代社會普遍生活水準提升，大多數老人家身上多少帶有高血壓、糖尿病、高血脂等文明疾病，若未用藥好好控制就會造成血管脆化、老化、肢端血液循環變差，進而導致反覆發生蜂窩性組織炎。

治療要趁早，才能避免惡化

蜂窩性組織炎是個隨時可能惡化的疾病，嚴重可能會進展至骨髓炎、甚至導致壞死性筋膜炎及敗血症，若嚴重至此則可能需要外科手術清創、或截肢！因此，即使在疾病初期只有發紅的局部症狀，仍不可輕忽，以免造成不可挽回的局面！即時發現身上不尋常的紅熱腫痛，盡早就醫，才能防患未然！

從小地方做起，改善肢體健康

陳夙容醫師也提醒，有些長輩因為蜂窩性組織炎反覆發作而住院，除了身體免疫力較弱而導致的反覆感染之外，更有可能來自於對身體一些小傷口的處理不當以及對自身健康狀況的忽視。家中長輩如果有反覆發炎困擾的話，不妨注意以下幾點：

1. 控制代謝性疾病如肥胖、糖尿病、高血壓、高血脂，避免循環變差，增進自身抵抗力。
2. 穿著鞋襪保護腳趾避免受傷，注意腳趾甲修剪避免甲溝炎發生。
3. 使用乳液保濕，避免皮膚龜裂；若有皮膚疾病應按指示定期抹藥保養。
4. 當有蚊蟲咬傷或割傷時，應正確清潔傷口、包紮、定期換藥。
5. 如果有慢性傷口，定期消毒，作好傷口護理。

從小地方認真做起，遠離感染！

（資料提供/內科部感染科主治醫師 陳夙容；整理報導/公關組 吳建利）



▲圖：香港腳，糖尿病末梢循環不良所導致的慢性傷口，是引發蜂窩性組織炎的危險因子。



▲圖：被蚊蟲叮咬傷、擦傷、貓狗抓傷，若沒進行傷口清潔，也有機會進展成蜂窩性組織炎。



▲圖：蜂窩性組織炎在老年族群進展快速，若不盡快對症下藥，可能會需要截肢甚至是危及生命，不可輕忽。

北榮智慧科技訓練 職安病安雙重保障



▲圖1：於COVID-19疫情期間，許惠恒院長鼓勵，由侯明志教學副院長帶領教學部團隊，為加強各醫事人員臨床前的教育訓練，保障病人與自身安全。

本院教學部為因應新冠肺炎疫情及各種新興傳染疾病的興起，加強訓練各醫事職類、實習學生與醫學生的專業技能，學習如何做好感染控制與自我防護，積極發展擴增及混合實境輔助教學，讓學員在有限獨立的空間內，一個人即可完成基本臨床教育訓練。

在許惠恒院長鼓勵，侯明志教學副院長帶領下，教學部團隊(圖1)在COVID-19疫情期間，為加強各醫事人員臨床前的教育訓練，保障病人與自身安全，特別利用擴增實境技術，製作「洗手六步驟」、「穿戴及脫除單雙層防護衣」等教學影片(圖2)；再以AR混合實境技術，設計困難插管情境，讓學員擁有實際臨場感，學習如何因應各種突發狀況，保障病人的安全。

智能眼鏡訓練 安全精準又環保

如何結合最新科技，持續創新培育

人才，一直是本院教學訓練的目標。楊盈盈主任說明，本院率先使用智能眼鏡訓練教學，由最早單雙眼操作模式，進階到需拿起手機點擊連結才能進行下一步驟，再進階至3.0版本，即智慧眼鏡直接掃描QR碼，即可在眼鏡視窗觀看教學影片，無須使用雙手點擊操作，不需中斷訓練過程，避免碰觸其他物品，減少感染風險，並可有效縮短訓練時間，達到精準學習的目標。

科技結合教學 持續創新培育人才

楊盈盈主任表示，運用最新科技製作的教材已實際應用於學員職前訓練、線上學習以及例行性模擬與職業安全演練，不只是臨床準備，也在醫學院獲得極大迴響，目前已陸續推廣到護理單位，並舉辦各分院線上推廣，未來將持續推廣給海外學生及國際醫療。

(報導/公關組 吳建利)



▲圖2：教學影片QR CODE 亦或上 <https://ipsp.vghtpe.gov.tw/xrc/> XR平台教材內容短片區觀看。

企業愛心灌注 北榮打造全臺第一座花園醫學中心 (二)

採訪報導/特約記者 張嘉芳

湖畔門診旁水池 蓮(荷)花綻放 天鵝 烏龜也齊聚

除了八仙圳河岸吸引白鷺鷥佇足，湖畔門診旁水池也可以看到許多天鵝與烏龜齊聚一堂曬太陽、做日光浴，並跟池中四區的荷花植栽構成一幅自然生態的有趣景象。陳威明副院長透露，原本湖畔門診旁水池種植不少荷花，所以被稱為荷花池，但前幾年荷花池改造，荷花已全部被移除，為了讓荷花池增添色彩，我們努力在三區種入多年生且花期長的睡蓮。這些年來，陸續有民眾將鰻跟烏龜放生到水池中，導致每次剛把睡

蓮種到池內，即使周圍已刻意加裝圍欄，但通常睡蓮開花隔天，就會立刻被鰻吃光，儘管連續種植三次睡蓮，卻依然逃不過成為鰻的盤中飧命運。

在不破壞自然生態、不捕抓鰻及烏龜的前提下，負責北榮整體綠美化改造工程的大漢設計工程有限公司董事長兼設計總監徐世萃決定改種植荷花，因荷花較不會貼著水面長，而會往上生長開花，如此就能順利逃過被鰻啃食厄運，但缺點是花期甚短，秋後葉柄葉片全部枯黃，花朵數日即落。陳威明副院長表示，期盼以後除了冬季，無論是春季、



夏季、秋季都能見到荷花生長的不同風貌，別具一番韻味。

科技大樓化身日式庭園 植栽樹形優美意境高

科技大樓南北兩側走道規劃為日式庭園景觀，原有的桂竹林已移至牆側遮蔽磁磚，高矮樹團與草花交錯，民眾沿著碎石步道往上，就能欣賞到樹形優美的大型赤楠木與羅漢松的設計植栽擺設，純日式風格庭園造景突顯出科技大樓的靜謐意境、頗具巧思。

科技大樓化身為幽靜日式庭園，不只樹形優美，上面更結滿一顆顆紫色果實，大樓人行道與立體停車場沿路也鋪滿各式各樣的花花草草，無論是排水



整治工程到樹種選擇，處處皆是精心規劃設計，美麗景象彷彿置身在國外，一時間讓人忘了身在何處。「北榮處處是美景、處處是花園，好像身處在大公園裡，美景盡收眼底」，陳威明副院長笑著說。

中正樓前兩側百花綻放 北榮迎賓最美風景

佇立在北榮中央的中正樓是民眾到醫院最醒目的標的建築，中正樓前方與兩側花圃景緻更代表著北榮門面。不同於一般園藝造景庭園，北榮中正樓前方及兩側花圃設計亮點是要創造「沉浸式體驗」，希望讓病患、家屬、醫護人員、眷屬及每一個路過民眾只要走入花





園，透過蓊鬱草木與百花綻放的大自然美景以及夜間投射照明的點綴，完全沈浸沐浴在自然植物、陽光微風、花叢錦簇的大花園裡，視覺、嗅覺感官與身心靈皆得到全面療癒，輕鬆簡單就能達到放鬆身心及情緒舒壓目的，也讓中正樓一躍成為北榮迎賓最美風景。

沈浸在繁花盛開的精心規劃的美麗造景庭園中，通往一門診步道的歐式蒂



芬妮(Tiffany)藍花台美不勝收…。一走進中正樓大廳，左側是已故總統蔣中正的雄偉雕像，搭配特別訂製與珠寶精品「蒂芬妮(Tiffany)」一樣的藍綠色花台，改造後的明亮盆鉢栽種著高矮不一的植栽及花卉，不止大廳顯得明亮活潑，更充滿綠意盎然蓬勃朝氣，也因為這些盆鉢植栽，室內空氣品質有明顯改善，現在民眾大口吸氣就能感覺到舒適清新氣息。

三號門停車場上方綠美化 延伸中正樓左側MRI上方庭園美景

北榮景觀改造工程不止如此，原本三號門停車場上方建物的植栽零落稀疏，庭園景觀改造工程補種各式仙丹、金露、鵝掌蹄、黃蟬、牡丹、繁星、蔓花生、火鶴、玉葉金花、梔子花、牽牛花、變葉木，入口處也種植5棵黃花風鈴木大型成樹，三號門停車場上方的綠美化工程與中正樓左側磁共振造影(MRI)上方改造後的庭園景觀延伸、互相輝映。民眾從三號門或停車場出入口悠閒散步至中正樓，沿路皆是綠意盎然、五彩繽紛百花齊放景象。

思源樓頂樓中庭花園 故前副總統李元簇捐出老家12棵茶花

「思源樓頂樓的中庭花園，深具歷史意義。」陳威明副院長說，已故前副總統李元簇於2010年在北榮住院期間，曾特地派人從苗栗搬運了12棵茶花



至思源樓11樓中庭，捐贈給北榮，極具歷史意義。如今10多年過去，枝幹更加茁壯，原本孕育茶花生命的盆鉢相形尺寸不足，這次景觀改造工程特地将12棵茶花重新翻土，並換上美麗盆鉢新裝，院方也將這段歷史製成刻石。「李前副總統元簇先生民國99年將苗栗官邸至愛茶花贈與本病房，淡麗清香嘉惠同仁病友。民國110年9月誌記。」這段刻石上文字也放在花園裡，永遠記載保存下來、別具意義。

日前退輔會主委馮世寬訪視北榮時，更親自探視已故前副總統李元簇所捐贈的茶花，看到思源樓11樓中庭種滿了四季春、使君子、鳥形九重葛、美麗幸福樹、盛開荷花與蓮花，上面還長了結實蓮子，小蝸牛攀爬樹上…，紅花綠葉、充滿生命力的大自然景色，讓馮世寬主委高興不已。

思源樓頂樓中庭花園的花團錦簇美

景，不止深受馮世寬主委喜愛，連許多北榮護理人員也在下班後特地繞到思源樓頂樓中庭花園拍照，希望記錄每天大自然不同美景的奧妙變化。如今更成為十一樓病房病患及家屬紓解壓力的好地方。

打造北榮花園醫院 半義工性質不計成本

「真的非常感謝企業友人對北榮的全力支持，他們的熱情感染了北榮每個角落的一草一木，讓全臺首座花園醫院的花草樹木充滿了旺盛生命力。」陳威明副院長說，目前院區第二階段的庭園造景工程於2021年10月完工，總計第二期種植的樹種花草共131類、數量高達20,441株，另還有3處碎石步道、20座花台、4座荷花水盆以及各式盆鉢，這次連



同排水及庭園座椅也都一併設計施工。企業友人的善心義舉，實物捐贈逾500萬元的第一階段及第二階段園藝景觀造景工程，完全沒有花費院方一分一毫經費。

現在無論路過中正樓前方左右兩側花圃及走道花台，或是到介壽堂周圍鋪滿碎石走道與露天座椅，介壽堂旁更可見蒼鬱青翠的老榕樹及盛開蜘蛛蘭…，相當適合作為醫學會或研討會的戶外交流園地。

如今榮總儼然已成為自然公園，四季都能看見美麗的花草樹木，陳威明副院長除了萬分感謝企業友人實物捐贈的愛心支持，也對大漢設計工程公司董事長兼設計總監徐世萃的用心付出十分感

激。陳威明副院長表示，徐世萃董事長不計成本、半義工性質全力支援，只要一看到院區有花草枯萎凋零，她跟團隊成員就立刻換上新的盆栽及植種，讓院區美麗的自然景緻持續保鮮、完全沒有「賞味期限」。

此外，潤泰集團也以實物捐贈方式捐出9棵阿勃勒，並種植在北榮重粒子癌症治療中心旁花園。由於夏季是阿勃勒花期，陳威明副院長十分期待明年6月阿勃勒開花季節，屆時一串串黃花如流水般垂下，滿樹金黃色景象如同滿城盡帶黃金甲般地充滿著詩情畫意。

感謝三位院長全力支持與總務室同仁細心照料 花園醫院願望得以實現

不只是設計規劃與造景施工，打造北榮成為全臺首座花園醫院，成為大家夢想療癒園地，後續的保養與環境維護也相當重要。陳威明副院長十分肯定總務室主任洪志成及總務室同仁們不分日夜、寒冬酷暑每天辛勤地付出與用心照料這座花園醫院，包括灌溉、施肥、修剪…，甚至颱風天前夕還得事先將大型花架搬運到安全處置放，等到風雨停歇再將花架草木移回原處…，如此細心維護讓許多醫護人員都明顯感受到醫院變美了，甚至有不少人更情不自禁停下腳步駐足拍照。

陳威明副院長看在眼裡，內心十分感動又欣喜，所有的一切都必須感謝這



兩年多來歷任北榮院長的大力支持，包括張德明院長、李發耀代理院長、許惠恒院長，他們的支持鼓勵才讓陳威明副院長的心願得以實現。「我一直有一個小小願望，就是用我微薄的能力，讓眼下環境所及都是美麗的花園、蒼蒼鬱鬱的樹木、自在奔流的清溪…。如果能帶給周遭的人們一眼欣喜，就是一日最美的心情」，他說。

三、四期園藝景觀改造工程已規劃 盼給人們無限欣喜與美麗心情

第三、第四階段的園藝景觀改造工程即將啟動，總務室規劃第三期預定

從2021年10月起至2022年6月為止，施工範圍主要是二號門出口兩側、延伸至三號門，包括拆除鐵欄杆、改設花台、二號門旁人道設置花台及種植矮灌木花卉；另外生活廣場前兩側台以及中正樓公車等候區旁的花圃也將重新規劃改造。至於第四期工程將配合長青樓（新醫療大樓）、手術大樓完工，預計從2022年6月起至12月止，計畫將進行八仙圳兩岸櫻花種植及綠帶美化。

北榮透過完整的四階段園藝景觀改造工程，打造一個溫馨舒適又怡人的自然生態環境，讓醫療不再冰冷，讓醫院如同花園般美麗動人，病患、家屬、醫護人員與眷屬、甚至每一位路過的人都能感受到北榮的進步與美好，沐浴沈浸在療癒花園裡徹底洗滌疲憊的身心靈。陳威明副院長笑說，未來北榮花園醫院的美麗景緻或許有機會開放給院內同仁，成為拍攝婚紗的熱門絕美場地。

(全文完)



表：北榮打造花園醫院的四階段施工規劃

工程規劃	施作地點	主要栽種植物
第一階段 (2019/10/1~11/30)	中正樓左側磁共振造影(MRI)上方	重新設計規劃園藝造景、改善排水 鳳凰木、排氣管美化作圖
	介壽堂前方	周邊園藝植栽美化
	中正樓左側庭園造景區	裝設色彩繽紛的投射照明燈
第二階段 (2021/5月~10月)	八仙圳河岸	10顆富士櫻、杜鵑、沿階草 上游左右兩岸：牽牛花、繽紛草花 左岸：5棵小富士櫻、荷花、綠色植物
	湖畔門診旁水池	荷花、睡蓮
	三號門停車場上方空間	各式仙丹、金露、鵝掌蹄、黃蟬、牡丹、繁星、蔓花生、火鶴、玉葉金花、梔子花、牽牛花、變葉木、5棵黃花風鈴木
	中正樓兩側花園、 中正樓大廳平面車道出口	訂製Tiffany藍綠色的大型盆鉢、歐式花台 大型綠色植物盆栽、美麗造景庭園 七彩投射照明燈
	平面車道出口兩側	各式高矮草花
	介壽堂前四號門旁	綠帶改造
	科技大樓南北兩側走道	赤楠木、羅漢松、日式庭園造景
第三階段 (2021/10~2022/6)	思源樓頂樓(11F)中庭花園	前副總統李元簇、刻石、12棵茶花、高矮植栽、使君子、荷花、睡蓮水池、蓮子
	重粒子癌症治療中心旁花園	9棵阿勃勒
	二號門出口兩側延伸至三號門	拆除鐵欄杆，改設花台 二號門旁人行道設置花台及種植矮灌木花卉
第四階段 (2022年6~12月)	生活廣場前兩側台、 中正樓公車等候區	花園重新規劃改造
	長青樓(新醫療大樓)、 手術大樓	八仙圳兩岸櫻花種植及綠帶美化



安全使用鴉片類止痛藥

文/藥學部藥師 林子超

止痛藥依強度大致可區分為三種：

(1) 用於解熱鎮痛，但不具消炎作用的乙醯胺酚 (acetaminophen)；(2) 一般急性或較輕微疼痛常使用的非類固醇消炎止痛藥 (簡稱NSAIDs)，例如阿斯匹靈，長期使用會有胃潰瘍、腸胃道出血風險，且可能引發腎臟功能受損、心臟功能降低等副作用；(3) 癌症病人使用的鴉片類 (opioid) 止痛藥。因癌症病人疼痛狀況較複雜，經常是體感疼痛、內臟疼痛和神經病痛混合發生，加上疼痛強度較高，目前全球癌症疼痛指引都已將鴉片類止痛藥列為癌症病人止痛的首選藥品。

鴉片類止痛藥成份具有類似嗎啡作用的化學物質，主要用途是鎮痛。副作用包括噁心、嘔吐、便秘、排尿困難、呼吸抑制等，除了便秘與瞳孔縮小不具耐受性外，其他的副作用如噁心、嘔吐等，這些副作用通常於用藥後5-7天會減輕甚至消失；嚴重的副作用例如呼吸抑制和痙攣等，發生機率不高，也不會傷胃、傷腎或傷肝，只要依醫師指示，並

注意用藥期間勿飲酒、避免操作機械及從事需警覺性的工作，正確使用鴉片類止痛藥是非常安全的。

許多民眾認為鴉片類止痛藥吃太多會成癮，所以不敢服用。其實癌症疼痛屬於慢性疼痛，許多癌症病人的疼痛可能會持續超過三個月以上，因此醫師會開立長效鴉片類止痛藥來維持病人血中鴉片類止痛藥濃度，提高病人的疼痛中樞門檻，以降低痛覺敏感度，並開立短效鴉片類止痛藥來預防病人偶爾發生的突發性疼痛，能立即有效緩減病人的疼痛感。此外強效鴉片類止痛藥的效果沒有所謂「天花板效應」，也就是隨著劑量越高，止痛效果越強，而沒有絕對的最高劑量。因此重度疼痛的癌症病人，經過劑量調整後，若沒有嚴重副作用仍持續疼痛時，通常醫師會視病況繼續開立鴉片類止痛藥，以幫助病人疼痛緩解。

鴉片類止痛藥是癌症病人最重要的疼痛治療藥品，只要正確的遵循醫師醫囑和藥師的用藥指導，雖然剛開始使用

時會出現副作用，但會隨著持續使用而減退，使用於癌症止痛的成癮性極低，癌症病人可安心使用。



表、本院現有鴉片類止痛藥品

成份	商品名	中文名	規格/含量	副作用
Codeine phosphate	Codeine phosphate [®]	可待因	錠/30毫克	嗜睡、意識不清、便秘等
		磷酸可待因	注射液/15毫克	
Fentanyl	Fentanyl [®]	吩坦尼	注射液/0.1毫克	呼吸抑制、肌肉僵硬、虛弱等
		吩坦尼	穿皮貼片/12、25、50微公克	
	Painkyl [®]	平舒疼	口頰溶片/200微公克	呼吸抑制、嗜睡、便秘等
Hydromorphone HCl	Jurnista [®]	釋通	緩釋錠/8毫克	噁心、嘔吐、嗜睡、便秘等
Morphine sulfate	Morphine sulfate [®]	硫酸嗎啡	錠/15毫克	搔癢、噁心、嘔吐、嗜睡、便秘等
		嗎啡	長效膜衣錠/30毫克	
		嗎啡	注射液/10毫克	
	MXL [®]	默痛舒	持續藥效膠囊/60毫克	
Tramadol	Muaction [®]	妙而通	持續釋放錠/100毫克	便秘、噁心、頭暈、頭痛、嗜睡等
	Tramal [®]	舒敏	注射液/100毫克	

冬令進補六技巧 飲食健康免煩惱

文/營養部營養師 姜保如

冬令時節一到，許多人會相約一同大啖羊肉爐、薑母鴨、麻油雞、藥燉排骨等，既暖身又暖胃，然而大家進補的重點大多鎖定高蛋白食物，如：羊肉、鴨肉、雞肉等及長時間熬煮的燉湯，因此無形中也攝取過多蛋白質、飽和脂肪、鈉、普林以及熱量。

現代人普遍營養充裕甚至過量，其實不需要進補，對於糖尿病、高血壓及高血脂等慢性病患而言，進補更容易造成負擔，以下提供幾項飲食技巧，讓大家安心進補少負擔：

蔬菜菇類增纖維：吃藥膳時除了肉類以外，不妨多搭配不同種類蔬菜和菇類，如：高麗菜、白菜、茼蒿、蘿蔔、木耳、香菇、金針菇、美白菇等，攝取充足膳食纖維。

肉類去皮減油脂：盡可能剔除肉類的肥油及皮，減少動物油脂，並且按照平時份量攝取，如此肉類才不會過量。

加工食品藏脂肪：加工食品火鍋料是大家常選擇搭配烹煮的食材，其外型往往讓人無法察覺隱藏在內的高量脂肪，而不知不覺吃太多，因此有三高等慢性病的民眾，更應該謹慎攝取。

減少喝湯更低鈉：藥膳鍋品的湯頭，口感濃郁香醇，卻

含有不少的鈉及油脂，對心血管健康不利，特別是反覆烹煮後的湯應少喝，以免攝取過多的油脂、普林、鈉等，增加慢性病風險。

天然食材做沾醬：常見沾醬如：沙茶醬、醬油膏、豆瓣醬、花生醬等，其含鈉及油脂含量都很高，須酌量食用，建議以天然食材如：蔥、薑、蒜、辣椒、胡椒、香菜、九層塔、山葵、白醋、洋蔥、番茄、鳳梨、蘋果、檸檬等，自製調配沾醬增添風味又少負擔。

根莖主食不過量：藥膳鍋通常會搭配麻油麵線或滷肉飯，鍋裡常見南瓜、芋頭、地瓜、蓮藕、山藥等根莖類食材，建議須控制血糖的民眾，依照平時份量攝取替換，以維持血糖穩定。

藥膳料理種類繁多，民眾如有疑問，進補之前建議可依個人體質需求及疾病狀態，諮詢醫師或營養師，再做適當的選擇，千萬別因一時口腹之慾，反而補出身體負擔！



▲圖：應盡量避免高油脂、高普林鍋物，並減少喝湯。

財團法人惠眾醫療救濟基金會 110年10月份捐款芳名錄

林孝信、財團法人純青社會福利基金會各300,000元；徐蘭英200,000元；活泉公益信託社會福利基金140,000元；盧陳○英100,000元；財團法人南山人壽慈善基金會80,000元；盧靜之70,000元；梁漢章50,000元；周白金、韋明傑 韋明豪、莊○睿、莊○碩、莊○江各30,000元；徐欣泰家屬、陳學琳各20,000元；文陳桓、洪翊婷、張○華、趙○英各10,000元；張達倫6,000元；合作金庫5,975元；吳劉菊、宋璟萱、京原企業股份有限公司、陳明德全家、程美媛各5,000元；曾慶芬4,000元；王黃月麗等7名3,500元；呂翠玉、李惠齡、高敏各3,000元；李茂財2,550元；蘇慧芳2,200元；丁美倫、李明倫、金○、陳○雅各2,000元；范偉琪1,324元；吳華席、戴俊源各1,200元；張子建1,100元；毛嘉慶、王維善、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、巫郁珩 劉讚成、林秀淑、林○榮、林瓊君、邱玉琴、邱慶宗、徐乙仁、徐廖和、高明凱、康淑琴、許楊秀卿、郭陳言、陳景新、曾純瑛、劉永緯、劉馥榕、蔡素鳳 林淑婷 林玟薇 林伊雯、蔡國權、盧毅 陳姿婷、鍾瑞珠各1,000元；梁幼明800元；林啟榮600元；謝沁寰520元；江好桓、江秀珠、江宜家、江泓機、吳云梅、李佩玲、李雲維、林盟翊、林盟翊的弟弟、邱書暉 陳建龍、洪子涵、洪子雅、洪秀蕓、洪明珠、張政彥、張郁、張素玲、張素姬、張媛、莊素珍、許清愈、許貴雄、許憲煌、陳玉美 杜宜瀾 淨演師 呂雨臻 黃政忠、陳秀芬、陳秀珍、陳秀儀、陳建緯、陳萱潔 陳奕秀、陳興、曾薇樾、黃錫雄、楊承翰、楊晴惠、詹啟祥、劉冠顯、簡序和各500元；李俊德、李國助、范勝傑、康興邦、黃育嫻各300元；朱迪 侯謙行、吳陳水雲、周芳伊、林泊仲、張秋眉、張婕、陳慧姿、馮懷琛、甄祉婷、劉人瑄各200元；無名氏132元；尤家慧、王珮蓉、江芯誼、林寶釧、無名氏、詹新妹、羅春蓮各100元；

臺北榮民總醫院及分院員工愛心百元捐款55,100元
捐款總計1,647,901元

臺北榮民總醫院謝謝您的愛心和支持！

四癌篩檢 早鳥開跑
健康如虎
免費・只需持健保卡

111.1.1至3.31篩檢送好禮

乳房攝影檢查 ・ 45-70歲 (民國66-41年次) 40-44歲二等親 乳癌病史 ・ 兩年篩檢一次	糞便潛血檢查 ・ 50-74歲 (民國61-37年次) ・ 兩年篩檢一次
口腔黏膜檢查 ・ 30歲以上 (民國81年次) 18歲以上原住民 ・ 抽菸、嚼檳榔者 ・ 兩年篩檢一次	子宮頸抹片 ・ 30歲以上 (民國81年次) ・ 一年篩檢一次

<篩檢一項送一樣・以現場實物發放・送完為止>

精美好禮
環保浴廁清潔劑500g

鼓勵專區 乳攝/腸篩 首次篩檢
乳攝/子抹 三年(含)以上未檢者

施巴潔膚露50ml・施巴洗髮乳50ml・施巴乳液50ml・
玻璃享樂隨行杯、防曬袖套、浴巾

活動地點：第一門診一樓 癌篩中心
聯絡電話：02-2875-7817
服務時間：星期一至五
8:00-12:00/13:30-17:00

臺北榮民總醫院 Taipei Veterans General Hospital

大事不妙

用了喵喵

喵喵-第三級毒品，是一種新興毒品，多與其他毒品偽裝混雜於咖啡包中。

反毒大本營 諮詢專線
相關資訊可洽各縣市毒品危害防治中心：
諮詢專線 0800-770-885 (24小時專線)



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

451

榮總人月刊110年12月號



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) : vghb@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：承印實業股份有限公司

地 址：23644 新北市中和區中正路988巷15號

電 話：(02)2222-7689