

慈濟醫療誌

慈濟醫療以人為本
日日上演著動人的溫馨故事
真善美志工與同仁用感恩心
見證慈濟醫療人文之美



- ◆「銀髮族大腦保健・樂齡闖關桌遊 PK賽」在玉里靜思堂熱鬧展開，有大腦健康檢測、桌遊活動，讓長者動動腦，也親手製作環保樂齡教具……
- ◆花蓮慈濟醫院進行「保骨大作戰－骨質疏鬆健康衛教週」啟動儀式，為民眾進行骨質密度篩檢，現場教導四招保骨妙法……
- ◆大林慈濟醫院社區式服務類長期照顧服務機構及失智症據點一周年，邀長輩親自上臺表演，展現學習成果……
- ◆臺北慈濟醫院兒科部舉辦一年一度的「早產寶寶童樂會」，二十多位早產寶寶及爸爸媽媽回到醫院來，有闖關有表演，最重要的是顧健康……
- ◆臺中慈濟醫院跨十四個醫療單位、動員逾六百人次，九十天的時間，救回一個病人……





玉里

十二月一日

銀髮動腦桌遊 樂活防失智

在花蓮縣衛生局、慈濟基金會、玉里慈濟醫院共同主辦下，位於玉里靜思堂內的玉里慈院健康促進中心舉行「銀髮族大腦保健・樂齡闖關桌遊PK賽」，當天現場除了大腦健康檢測、多項桌遊及預防失智宣導講座，也帶領長者運用腦力、眼力及手力製作簡易環保樂齡教具，並且實際體驗教具運用在日常生活及桌遊活動，讓高齡長者及社區民眾體驗大腦體操及激發腦力、儲存腦本，

葉雲鑑護理師引導長輩透過彩繪瓶身讓視覺、觸覺同時並用。



邁向樂活之人生。

因有研究發現「桌遊」能夠讓長者訓練觀察力、注意力及反應力，進而預防或延緩認知退化，減少失智症發生，所以此次活動也充分利用桌遊讓老人家參與。

活動最後，由巫佩陵營養師分享如何

歐欣怡護理師與郭念庭護理師協助高齡長者檢測。





玉里慈濟醫院巫佩陵營養師向長輩分享「地中海飲食」的優點。



透過飲食來預防失智症上身，其中「地中海飲食」是很受現代營養學推薦的一種飲食模式，源自於一九四〇到一九五〇年代環地中海地區及國家的傳統飲食型態。其以大量橄欖油、豆科植物、天然穀物、水果和蔬菜為重要特色。巫佩陵強調，想要預防失智症上身的關鍵就在於養成均衡飲食的生活習慣。而其

中效法地中海周遭國家，大量攝取橄欖油、天然穀物、蔬果等食物的「地中海飲食」方式就是很好的選擇。大家認為失智是無可預防及挽救的退化性疾病，其實只要養成充足睡眠、健康運動、均衡飲食少吃加工食品、多吃蔬果的好習慣，就算已罹患失智，也能有效延緩腦部退化。（文、攝影／張汶毓）

花蓮

十二月二十四日

保骨大作戰 四招對抗骨質疏鬆

骨質疏鬆症是人老化後最常見的骨骼疾病之一，對停經後婦女來說更是健康問題上的隱形殺手。二十四日上午九點，花蓮慈濟醫院骨科部陳英和名譽院長帶領骨科部團隊吳文田主任、骨質疏鬆照護中心葉光庭主任、姚定國醫師，以及高齡醫學中心羅慶徽副院長、老年醫學科主任高聖倫進行「保骨大作戰－骨質疏鬆健康衛教週」啟動儀式，免費為民眾進行骨質密度篩檢，同時透過骨

鬆講座，盼能喚醒全民對骨鬆的重視。

骨頭的骨質自出生後會隨著年紀而增加，三十五歲以前達到最高峰，之後即逐漸減少，女性在停經後，骨質原本緻密的骨頭變成中空疏鬆。骨質疏鬆照護中心主任葉光庭表示，由於骨質疏鬆無明顯症狀，容易被輕忽，像是在診間經常遇到婦女平時身體狀況穩定，但一不小心走路跌到、屁股著地造成髖關節骨折、彎腰抱小孩造成脊椎壓迫性骨折、打個噴嚏造成脊椎骨折等，才知道自己骨質疏鬆。

現場參加的許多民眾最關心的問題，就是自己有沒有骨質疏鬆。七十八歲的李女士，得知花蓮慈院舉辦骨質疏鬆健康衛教周活動，一早就到院報到，接受超音波骨密機檢查，才發現骨質

花蓮慈院骨科部陳英和名譽院長（左二）帶領骨科部團隊吳文田主任（右三）、骨質疏鬆照護中心葉光庭主任（右一）、姚定國醫師（右二），以及高齡醫學中心羅慶徽副院長（左三）、老年醫學科主任高聖倫（左一）進行「保骨大作戰－骨質疏鬆健康衛教週」啟動儀式。





歡迎五十歲以上的停經女性以及六十五歲以上的男性等高風險族群進行骨質密度檢測。

密度已經坐落在 -2.36 (骨密度 >-1 為正常值)，讓她不敢再輕忽骨頭健康。接受骨質疏鬆特別門診衛教後，李女士開心地表示，透過專業醫師的評估及診斷，了解自己的骨質密度、及早介入運動和飲食的管理，這樣才能健康活到老。

正常的骨密度應該大於 -1 ，若是介於 -1 與 -2.5 之間，表示有骨質流失的狀況；小於 -2.5 就很可能有骨質疏鬆的問題。葉光庭醫師表示，衛福部公布資料顯示，老人髌骨骨折後，約四成無法恢復行走能力，約兩成在六個月內死亡，而發生第二次骨折的機率高達一半，但因骨鬆症狀難以察覺，往往在跌倒造成骨折後才前往就醫，影響生活品質，也易造成難以挽回的遺憾。

陳英和名譽院長現場也與民眾分享「保密防跌」顧骨本四招。保密就是存骨本，建議四十五歲以上的民眾，約一至兩年應定期接受骨密度檢查，尤其是已停經的婦女應多攝取鈣質食物，如：

牛奶、豆製品、杏仁、綠色蔬菜等，同時別忘記多曬太陽，增加維生素 D3 吸收；在居家環境也需要多用心，加強防跌措施；最後則是接受適當用藥，對抗流失治療等，才能有效提升骨品質，避免骨鬆變骨折。

治療骨鬆除了藥物治療之外，運動與營養等非藥物治療對於增肌強骨也有非常顯著的成效。姚定國醫師說，要保骨本「補充鈣質與維生素 D」很重要，最好的方式就是規律運動與早睡早起的生活型態，飲食中選擇富含鈣質的乳製品，避免攝取過多茶類、咖啡等，如果是茹素者，也可以透過海帶芽等深色蔬菜來補充。

從二十四日起一連五天的活動，每天早上都安排專科醫師進行衛教說明，現場還有骨質密度檢測，尤其是針對五十歲以上的停經女性以及六十五歲以上的男性等高風險族群，如果發現有骨質疏鬆症狀，就可以直接為民眾安排骨質疏鬆特別門診。（文、攝影／彭薇勻）



大林

十二月十七日

長照中心慶周年 長者展成果

大林慈濟醫院社區式服務類長期照顧服務機構及失智症據點成立滿一周年，十二月十七日至十九日在醫院大廳舉辦成果展，除了展出老人家的手工藝作品外，也邀請長輩們上臺表演，展現學習成果。大林慈濟醫院長期照顧服務中心主任林名男副院長表示，希望藉由成果展與大眾交流互惠，促進社區、家屬及團隊彼此間的聯繫與情誼。

一連三天上午，在大林慈院大廳舉辦長照中心成果發表會，第一天上午由明華日照中心、溪北失智據點及大林環保站等五十多位長者們登臺表演，明華日照中心的長者們大聲齊唱大家耳熟能詳的〈農村曲〉，個個精神奕奕；溪北失智據點長者們演唱逗趣的〈來去臺東〉；而大林環保站的長者們則表演〈感恩的心〉手語，並邀請現場的主管們一起同樂。明華日照中心的王阿嬤開心地表示，加入日照中心一年，老師會教大家唱歌、和家人說好話，覺得很快樂，家人也覺得很溫馨。

林名男副院長表示，嘉義縣、雲林縣是全臺灣最老的第一、二名縣市，大林慈濟醫院除了提供生病的老人家醫療服務之外，對於有居家服務需要



大林慈濟醫院社區式服務類長期照顧服務機構及失智症據點成立滿一周年，長者說在日照中心很开心也很溫馨。

大林環保站的長者們表演〈感恩的心〉手語。林名男副院長(左三)、曹汶龍醫師(左四)也一起上臺。



的鄉親也提供長照服務，從去年(二〇一七)開始申請國家長照 2.0 及失智共同照護服務計畫，其中長照 2.0 提供從醫院出院或社區在地的老人家，一般的居家家事服務之外，並有專業的居家服務，如居家醫療、居家復健等，由醫院的同仁提供在宅或社區據點的照顧，對雲嘉的老人家提供更完整的服務。

大林慈院在社區長照 2.0 服務，包括嘉義縣大林、梅山、溪口，以及雲林縣的西螺及斗南等五個 A 據點，據點設有個案管理師，目前有二十四位居家服務員，若是老人家有打掃、煮飯、洗澡、陪伴等需求，可到個案家

中提供服務，目前約服務一百七十位個案的生活需求。另外有八個失智症據點及一個失智共照中心、八個巷弄長照站，以及一個日間照護中心，幫助許多長者減緩失能惡化的速度，也減輕許多家屬的照顧負擔。

林名男指出，同仁在各據點提供老人家做手工藝等預防失智、延緩失能的課程，在年終時，有機會讓他們分享在據點的學習成果，包括在環保站用回收資源做的小飾品等，對老人家有鼓勵作用，讓他們感受到雖然年紀大了，但只要經過努力，仍然能夠做出很好的東西與大家分享。(文、攝影／黃小娟)

臺北

十二月十五日

早產寶寶回娘家 醫護團隊共享樂

一早，原本入冬寒冷的天氣，難得露出些許暖陽，一群滿心期待的爸爸媽媽和早產兒寶寶，歡喜來到臺北慈濟醫院參加兒科部舉辦的一年一度早產寶寶童樂會，共有二十多位早產寶寶及爸爸媽媽參加。

黃思誠副院長感恩每一位爸爸媽媽和早產寶寶們，祝福寶寶健康平安快快長大，鄭敬楓副院長看到有這麼多人踴躍參與，很開心有機會和大家一起同樂，也感恩婦產部與兒科部團隊守護每位新生兒生命。蔡立平主任今日有門診，仍撥空前來參與童樂會，見見老朋友與新朋友，祝福每一位寶寶。

新生兒科趙露露主任說：「看到寶寶們回來，就是最開心的一件事，相信爸爸媽媽也是一樣的感受，透過童樂會活動，讓爸爸媽媽及寶寶和醫護



臺北慈濟醫院早產寶寶童樂會。攝影／范宇宏



健康小站，趙露露主任（右）關心寶寶們健康。
攝影／徐莉惠

團隊交流，分享衛教新知和照護心得，也藉由團隊巧思設計的闖關，讓寶寶開心的運動，歡喜的成長」。蘇一字醫師補充：「守護這些寶寶的未來，就是兒科醫師最大的成就，看到大家回來，內心充滿著歡喜」。

醫護團隊設計統合活動，坐雪橇採水果，包壽司彈跳床，量測身高體重，烘焙小站，健康小站等關卡，每一關卡都精心設計，透過闖關活動，增加身體接觸的刺激發展，並促進親子關係，訓練寶寶身體平衡感。營養師特別準備燕麥餅乾，並備了堅果類、莓果，除了容易有飽足感之外，食材可以增加抗氧化能力及護眼效果。

可勳、可霏媽媽分享著：「三十一週時就生下了他們，當時只有一千多克，現在已經兩歲兩個月了，感謝李裕祥主任和醫護團隊無微不至的在身旁照顧，現在長大了，但醫護團隊還記得他們，很窩心。」

宜辰、宜軒爸爸說：「去年剛出生時，



闖關遊戲，大人小孩都開心。攝影／徐莉惠

看到寶寶身上很多管線，心中很無助，但醫護團隊不斷在旁支持和鼓勵，看著寶寶一天天越來越好，心中的石頭也就放下了。」

「容甄已經五歲了，但這次是第一次參加，回想容甄剛出生時，腦中一片空白，幸好有趙露露主任細心的說明和陪伴。很感動，要感謝醫護團隊……」容甄爸爸也說出心中的話。

早產寶寶們為了這次活動，也和爸媽在家中不斷練習，呈現許多才藝，不管是唱歌、英文、背唐詩、論語……讓在場的醫護團隊鼓掌聲不斷，結束之後，團隊也贈送小禮物，除了肯定他們的努力，也鼓勵繼續快樂學習。

「天上最美是星星，人間最美是溫情，愛是人間最好的藥」，醫護團隊用心用愛守護每一位孩童的健康，看見早產寶寶漸漸的發芽展枝、成長茁壯，蕚露最美的笑容，就是醫護團隊和每一位爸爸媽媽，最好的聖誕禮物。

（文／范宇宏）



臺中

十二月二十七日

糖尿病人停藥險送命 十四科接力搶救

臺中慈濟醫院醫護團隊搶救瀕死病人，跨十四個醫療單位、動員逾六百人次竭盡所能攜手接力。醫護同仁看到病人健康走向加護病房感恩團隊的那一刻，忍不住眼眶泛淚、激動上前擁抱，直說「臨床上所有努力都值得了。」醫務祕書邱國樑主任也感謝醫療團隊，為了守護生命不惜代價，願意團隊接力，關關難過關關過，救回病人，再多花費都值得！

五十八歲的簡先生有糖尿病史，自述因感冒發燒、食欲差，病情加劇掛急診時檢查發現有肝膿瘍，隨即昏迷，就此展開驚險的生命拔河。胸腔內科醫師陳立修表示，簡先生自行停用糖尿病用藥，以致原本在腸胃道中的細菌經血液被帶入肝臟，造成肝臟感染引發肝膿瘍，雖然感染科一開始就使用正確的廣效抗生素，但失控的血糖讓白血球跟免疫系統失去作用，後續併發敗血症且轉移成肺部膿瘍。

陳醫師指出，肺膿瘍導致病人兩側肺葉遍布二十個大大小小破洞，超過肺葉面積一半以上，破壞肺部功能達六成，出現急性呼吸窘迫並引發嚴重肺部穿孔與氣胸，插管後用呼吸器幫忙，效能調到最大仍無法改善缺氧，生死交關急性



胸腔內科陳立修醫師指出，肺膿瘍導致病人兩側肺葉遍布二十個大大小小破洞，破壞肺部功能達六成，生死交關急性期，靠心臟外科體外循環系統團隊放置葉克膜救命。

期，靠心臟外科體外循環系統團隊放置葉克膜救命。

儘管簡先生病情極不樂觀，但醫護團隊從未放棄，加護病房團隊每天不斷討論如何救治照護，終於讓病人撐過最危險階段，但病情起伏讓所有人心情跟著上上下下，隨著肺部功能漸漸平穩，葉克膜裝置十天後移除，並進行氣切。

重症照護長達十五天，簡先生出現全身肌肉無力，甚至連一根小指頭都舉不起來，他清醒後以為成了廢人，還灰心質問醫師「為什麼要救我回來？」營養師、藥師此時介入提高營養加強機能，復健團隊在加護病房及早展開心肺復健訓練，一方面協助重建身體功能，另一

方面從最簡單的肢體動作，一步步訓練他重新控制自己的身體，一直進步到手腳稍微會動。復健科主任蔡森蔚提醒，把握黃金期及早復健，預後更好。

簡先生走過生死邊緣，轉入亞急性呼吸照護病房，復健團隊繼續針對呼吸肌進行復健，逐漸能控制軀幹、坐姿，且耐力足夠自主呼吸，與呼吸照護團隊合力下幫病人拔掉呼吸器。九月初，簡先生告別躺了近九十天的病床，短暫在護理之家接受照顧，最後由耳鼻喉科醫師評估拿掉氣切管，完全沒有任何後遺症平安回家，由復健科協助持續康復。

簡太太從驚惶失措到重拾圓滿家庭，對醫護團隊有說不盡的感恩。她說，醫護人員為確認先生病情，推病床從三樓

加護病房到一樓做影像檢查，將近二十人管控電梯、管制通道，還邊注意病人身上管路，分秒必爭的用心令人感動。簡先生夫妻感恩團隊搶救生命，特地帶著蛋糕與感恩卡到加護病房致謝，醫護人員看著他恢復健康走向病房，感動不已含淚擁抱並鼓勵他「一定要好好活著」。

簡先生給陳立修醫師的感恩卡片上寫著「未曾經歷如此的生命拔河，有幸及時的援手，讓我們家庭的幸福得以延續。」陳醫師一直留在他辦公桌的前面。同樣的，加護病房主任沈煥庭、謝珮琪護理長分別收到不同卡片，也被深深打動，時時提醒他們不論再困難的個案，都不能放棄。（文、攝影／曾秀英）

臺中慈濟醫院動員十四個醫療單位、動員逾六百人次搶救及後續復健，簡先生與太太特地回院感謝。

