話說檢驗

生化檢驗禁忌

文/王家仁（本院檢驗科總醫檢師）

問：為何要空腹禁食？

答：檢驗項目會隨著食物的攝取而有所波動，而造成暫時性增加或減少，影響結果判讀。為了幫助醫師診斷，使您獲得更好的醫療品質，敬請配合。

問：空腹時應注意哪些事項？

答：一般來說空腹時間10小時～12小時，乃指檢驗時間往前推10小時～12小時開始禁食。空腹期間請勿進食(但可正常喝水)，請勿喝含糖或酒精飲料。檢驗完即可開始進食。

問：空腹抽血要禁食多少時間？

答：對於醫師囑咐「禁食」後方可抽血之檢驗項目，病人須在空腹6小時~8小時後抽血。

問：抽血之後須注意事項是什麼？

答：抽血完畢後，病人須以手指緊壓抽血位置上之棉球10分鐘，不可以搓揉，以免造成血腫淤青現象。

問：抽血後如有腫脹現象如何處理？

答：如抽血部位發生血腫或淤青現象，大部分原因是由於壓迫時間不夠或壓迫位置不對所致。第一天先稍作冰敷消腫，24小時以後再作熱敷。

問：一般尿液如何採集？

答：用紙杯接取中段尿液(前段尿液不要用紙杯接)，之後將紙杯尿液倒入尿液收集管內約八分滿(10cc)。

問：尿液採集應注意哪些事項？

答：1. 飯後一小時內應避免作尿液採檢2. 婦女正值月經週期間，原則上應避免作尿液檢查。3. 以上尿液在取檢後，請在一小時內送達檢驗科4. 若尿液檢體無法即時送至檢驗科時，請把尿液放於4℃冰箱保存。

※若有任何疑問請電洽：（02）2858-7156檢驗科

寶貝老大人

105年度「臺北市」老人免費健康檢查開跑

105年度登記方式有「現場登記」、「電話登記」及「網路登記」3種詳細公告請參看衛生局網頁http://www.health.gov.tw/Default.aspx?tabid=401&mid=3146&itemid=32320

・預約時間:105年3月1日起

・檢查時間:105年3月4日至105年8月31日(額滿截止;總計1200名額)

1.設籍「台北市」且:(1)當年度年滿65歲以上之長者。

(2)或當年度年滿55歲以上之原住民。

2.檢查地點：3樓健檢中心

3.報到時間：上午8時至10時止，3樓健檢中心櫃檯。

4.老人健檢現場預約登記作業流程

5.費　　用：免費

6.注意事項：

(1)檢查當日請務必攜帶：身份證、健保IC卡。(2)早餐禁食（檢查前一天晚上12點後禁食）；檢查當天本院提供餐點。(3)檢查前5日請勿食用動物內臟或含高鐵質(豬肝、雞肝…)之食物。(4)請穿著二截式輕便寬鬆衣服，以便施行檢查。(5)行動不便者，本院備有輪椅供您使用，請向一樓服務櫃詢問。(6)正式檢查報告於檢查三週後自取，由專任醫師解釋。

7.檢查項目：A組、B組擇其一組做檢查（預約時請告知欲做之組別，檢查當天恕無法更動）；104年已作B組者，今年只可選擇A組。

8.配合國健局癌症篩檢：65-75歲長者(40-30年次)，糞便潛血免疫定量分析每二年檢查一次。

A　組	B　組
成人健檢項目	成人健檢項目
健康史、身體評估	健康史、身體評估
◎子宮頸抹片檢查(限女性)	◎子宮頸抹片檢查(限女性)
糞便潛血免疫定量分析	糞便潛血免疫分析
憂鬱症篩檢及認知功能評估	憂鬱症篩檢及認知功能評估
尿液常規檢查	尿液常規檢查
血液常規檢查	血液常規檢查
生化檢查	生化檢查
簡式健康表	簡式健康表
失智症篩檢量表(AD-8)	失智症篩檢量表(AD-8)
胸部X光檢查	上腹部超音波檢查
心電圖檢查	
α-胎兒蛋白	
甲狀腺刺激素放射免疫分析(TSH)	

諮詢專線：2858-7107或2858-7000#1180

醫眼透視

醫生的第三隻眼~超音波檢查

文／劉俊池（本院放射線科總放射線師）

超音波儀器在醫療上是一個應用非常廣泛的檢查工具，它的好處是方便、快速又不具侵

害性。是診斷疾病甚至於治療疾病的一個好幫手。在醫院，處處都可見超音波的應用，可愛的超音波幫我們穿越皮膚、脂肪、肌肉、骨骼，讓醫師的視野往身體內部延伸，進一步幫助我們找出身體的不適之處，才能作最有證據的診斷與治療。

超音波以診斷檢查為主的功能

超音波檢查主要提供以診斷檢查為主的功能，應用廣泛幾乎涵蓋從頭到腳，例如檢查頸動靜脈及腦部血管，藉以評估血管阻塞硬化程度；頸部可檢查甲狀腺疾病、淋巴系統異常、頸部腫瘤；乳房超音波可以檢查纖維囊腫、腺瘤腫瘤、腋下淋巴結異常現象；心臟超音波可以判定心臟瓣膜或結構異常問題；胸部超音波可以看出肺部是否有積水現象；腹部超音波可以檢查肝、膽、胰、脾、腎器官；婦科超音波可以檢查骨盆腔內子宮、卵巢等器官的異常狀況。產科超音波可以檢查從胚胎囊到胎兒生長發育程度，藉以評估實實健康狀態；男性攝護腺超音波可以看到攝護腺肥大或腫瘤軟組織；超音波也可以評估組織積水、血塊等病灶；藉由超音波導引也可以運用在靜脈留置針埋設及組織病灶穿刺、引流、抽吸運用上。達到簡單迅速又正確的定位與積極性組織取樣作業

超音波運用在治療上的功能

超音波運用在治療上可以利用在軟組織深層部位發炎：利用超音波深層導入，促使患部血液循環加速，促進代謝達到加速修復的作用，這種技術已經長廣泛應用在復健醫學上。而在醫學美容上也可以利用超音波促使深層細胞增加通透性，讓美白除皺達到更深層的效果，也使美容產品藉由超音波導入達到更好的效果。

超音波應用於母胎例行產檢

它是一種非侵襲性檢查，由於音波能量低，對人體沒有傷害，而且完全沒有游離輻射，如果短期內重複使用也沒有健康傷害的問題，因此也應用於孕婦及胎兒的例行產檢上，足以證明它是一項值得信賴也安全性相當高的檢查。

近代醫學中超音波檢查扮演著極為重要的角色，而且其重要性及適用範圍也隨著科技的進步而更加廣泛與精準。因此，有人稱超音波為醫生的第三隻眼睛其實再貼切不過了。

護理手記

過客終有美好的歸程
~對護理之家老奶奶永遠的懷念

作者/白青潤（護理之家護理師）

黑暗中，生命的火花在瞬間燦爛後，稍縱即逝，比起殞落的流星和消失的火焰，還要來得絢爛而短暫。

職場生活中，每位住民都是護理之家的過客，但在這個月我送走了多年也是唯一會叫錯我職稱的奶奶。

奶奶入住彷彿還是昨天的事，記憶仍鮮明。她在家人陪同下完成入住手續，交班事項和其他住民一樣尋常，但在生活細節上卻非同小可。媳婦說:「奶奶日常生活就是早上念經之後吃飯睡覺。」所謂早起其實是凌晨3點，而且奶奶按紅燈鈴後就得使命必達。奶奶是虔誠佛教徒，我們安排佛學社師父進行床邊訪視關懷。隨著時光的流逝，奶奶對宗教關懷、團體活動及復健參與度與日俱減，團隊發現奶奶渴望的是「回家」。與家屬討論溝通後，明白返家計畫不可行，之後奶奶在家人探望時，笑容明顯地減少了。每當隔床住民回家過節時，奶奶表情總是很落寞，紅燈鈴響常劃破寧靜的夜晚，探視時，總會說:「沒事！」或「不是我按的。」過了幾年，奶奶出現失智情況，某天凌晨我值班，奶奶說:「師父要來和我說佛法」、「家人要帶我回家了」，而且態度異常堅持。經多次與家屬溝通後，奶奶終於首次告假回家一天，此後奶奶心情好轉，參加活動會開心地笑，也幫我升官加爵，封我為「白護理長」。

直到去年10月奶奶開始用拒食表達她不能回家的無奈。多次與家屬商討後，團隊決定陪她回家，原本悶悶不樂的奶奶，此時突然認真地讀起經書，也稍有胃口了。返家當天，親友紛紛前來探視，奶奶和家人一起包水餃，家人烤了刻有「生日快樂」的餅乾　她慶祝91歲生日。當天回護理之家後，奶奶似乎耗盡體力，此後幾乎每日臥床，飲食和水份極為少量。直到那晚我值班，送走了睡夢中的她，她很安祥、很幸福，團隊達成她的願望。

《金剛經》有段話:「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」是指人生，就像夢幻般不真實，像水中的泡泡、清晨的露珠、天空的閃電，下一刻就消失了。這個世界有無數個不同的「片刻」，而不是不變的永恆，我們應該從這個角度去認識，就會對世界有不同的體悟和想法，才能真正的看破，看破之後，還要放下，如果放不下，執著這個，執著那個，便得不到自在，無論順境或是逆境，把它放下，毫不執著，才能得到自在。

現在我閉上眼，彷彿看到奶奶在微笑，我們在她生命的最後一刻陪伴她走完最後一程，回望一路上我們的交集有喜有悲，幸好與家屬在最後一刻讓奶奶完成心願，我想：還有什麼好放不下的呢？

讓美好的回憶留在心，隨著時間變得更美麗；將悲傷的回憶放下，隨著時間的流逝而忘去...

國內郵資已付
北投郵局
許可證
北投免字第86號

臺北市立關渡醫院
Taipei Municipal Guan-Dou Hospital
—臺北榮總經營—
第188期
2016年3月1日

宗　旨
配合國家政策，提供社區最優質的醫療服務

願　景
成為社區醫療最佳醫院

目　標
1.提供以病人為中心之優質醫療及全人照護
2.垂直整合發展急性後期照護
3.發展安寧及社區居家醫療整合照護
4.促進病人、員工及社區之健康親善服務

■發行人／黃炳勳　■總編輯／陳昌明　■編輯委員／張益德　高念慈　高麗雀　蔡文惠　高美華　蔣曉文　■執行編輯／黃蓉美
■發行單位／臺北市立關渡醫院　■地址／臺北市北投區關渡里知行路225巷12號　■總機/(02)2858-7000　■傳真電話/(02)2858-7197　■設計印刷/順耀印刷廣告事業有限公司・(02)8964-2727

醫師開講

甲狀腺結節腫

文/袁維新（本院放射線科主任）

什麼是甲狀腺結節腫?

健康檢查或門診時，有高達50%以上成年人被檢查出甲狀腺結節腫。有單一性或多發性結節。約93%都是良性的，只小於7%的患者最後被確認是甲狀腺癌，因此建議觀察或門診追蹤即可。

甲狀腺結節腫的主要原因

●缺碘:台灣自民國47年起在食鹽加碘後，國人缺碘情形已降低很多。

●水質:水質中的致腫物，特別是腐植酸，可能與甲狀腺結節腫有密切關係。

●甲狀腺發炎:自體免疫有關的慢性發炎最常見的，如橋本氏甲狀腺炎，通常表現出兩側甲狀腺腫大。亞急性甲狀腺炎與感染濾過性病毒有關，單側結節性腫大較常見，急性化膿性甲狀腺炎與感染細菌有關，呈現單側甲狀腺腫。

●甲狀腺腫瘤:良性的甲狀腺腫瘤以濾泡腺瘤最多，惡性腫瘤則以乳突癌最多，另外其他器官的腫瘤也可能轉移至甲狀腺。

身體檢查發現

當甲狀腺理學檢查有異常結節時，如果有下列因素存在時，須注意有甲狀腺癌之可能。

●甲狀腺本身或結節摸起來很硬。

●年齡：愈年輕的病人愈易得癌症。

●男性：男性的甲狀腺結節可觸摸到時，惡性的機會是女性的二倍。

●注意單發性甲狀腺結節:多發性的甲狀腺結節通常是良性的。

●短時間甲狀腺大得太快。

●在兒童期，胸、頸、頭部有放射線治療的病史，比如罹患淋巴癌或因胸腺、扁桃腺過大照過X光線。

甲狀腺生化檢查與核醫檢查

所有甲狀腺結節的病人，都要測血中的TSH（甲狀腺促進素）濃度，如果血中TSH濃度降低，表示可能是具分泌功能的單一或多結節的甲狀腺腫。因為具有分泌功能性的結節很少是癌症;相反地，若TSH上升，表示甲狀腺機能過低，雖然不能排除甲狀腺癌的可能，但因為癌症的機會很少，也可能是橋本氏甲狀腺炎。另外，血液中甲狀腺荷爾蒙如T3、T4、Free T4也可以做一些診斷上的幫忙。若核醫同位素碘-131攝取與甲狀腺掃描為冷結節時就要小心是否為甲狀腺癌，熱結節是代表有功能的或甲狀腺功能過高的，所以熱結節通常為良性。

甲狀腺結節腫診斷工具

●甲狀腺超音波掃描：是一個沒有輻射線且敏感度高的檢查，它很方便而且花費不多，可正確測出甲狀腺結節中一些特性。

●甲狀腺超音波導引細針抽吸細胞學檢查：不管是囊性或實質性的，若發現甲狀腺結節在超音波下表現出惡性特徵，細針抽取細胞學檢查是目前區分甲狀腺良惡性的最有效方法。

及早發現治療較佳

及早發現，即早配合醫師診斷與治療，甲狀腺疾病方能達到最佳療效。

門診新訊

本院新開辦女性整合門診

本院將於每週三下午門診時段開設「女性整合門診」，以婦產科為主，結合身心科、整形外科、中醫科為輔，提供婦女常見的疾病診療，一次掛號就可以解決婦女健康疾病問題，減少看診、候診與檢查的等候診時間，也能妥善照顧女性病人的相關醫療問題與提供整合性的醫療照護，藉由橫向的溝通與整合，使各專科能充分發揮所長，進而達到婦女全方位照顧的目標。

～3月8日是婦女節，關渡醫院祝福所有的婦女朋友健康快樂，請多多利用本院「女性整合門診」，多愛自己！

院內要聞

關渡醫院開辦醫美門診暨中醫藥局結合中西醫診療提供多元創新服務

醫學美容已經成為世界趨勢，臺北市立關渡醫院應社區民眾需求，將於105年3月1日起，把原有的整形外科及皮膚科醫美服務擴充為醫美門診，引進最新機種的韓國原廠儀器，聘請多位臺北榮總醫學美容專科醫師駐診，提供民眾各式各樣的雷射治療，如色素病灶、斑痣、疤痕及皮膚保養等。此外，繼2年前開辦中醫針灸門診，大受民眾好評之後，亦將同日開辦中醫藥局，結合傳統中醫和西醫的診療方式，提供具健保給付的科學中藥，讓民眾有更多元的就醫選擇。

醫美門診包括淨膚雷射、飛梭雷射、汽化式磨皮雷射等，舉凡各種色斑或角化斑治療、雷射除痣、良性皮膚腫瘤、各式疤痕治療、肌膚細紋、暗沈、毛孔粗大、肌膚粗燥、老化現象、青春痘肌膚、老人斑、色素斑點等問題，均可藉由最新的儀器及技術獲得改善。

現代中醫學是綜合診斷、治療、康復、預防及保健的綜合科學。針對慢性疾病，中醫可輔助治療，減緩並改善病況，除針灸治療外，亦可搭配中藥，加速病症的緩解。中醫師可針對個人體質，提供符合個人特別需求的日常生活飲食及身心保健知識，依照不同體質從根本治療疾病，作為養生與預防保健之道，提供西醫療法以外另一項選擇。關渡醫院中醫藥局診療目前以科學中藥為主，開辦後將逐步提供水煎藥配方與代煎等服務。

關渡醫院醫美門診及中醫藥局的開辦，均由臺北榮總提供最佳的醫療資源與人力，使關渡醫院的未來發展可以開拓更多元更寬廣的空間，讓民眾有更多元、更近捷、更可靠的就醫選擇，期能達成「臺北地區社區醫療最佳醫院」願景。