健康久久

中醫用於中風的輔助治療

文/謝承融（本院中醫科門診醫師）

入冬後，天氣變冷，尤其在農曆過年前的強烈冷氣團，帶來10度以下的低溫，造成急性腦中風發生案例增加。據統計，去年11、12月急性腦中風案件較9、10月增加10%。氣溫驟降，引起血管收縮，血液濃稠度增加、血壓不穩定，容易產生血栓，誘發急性腦中風發作。

中風前兆較少，預警性較低，有些人甚至沒有三高症狀。每年約有一萬兩千人死於中風，在103年重大死亡排行中佔第三位，平均約45分鐘有一人死於中風。由於營養過剩，工作忙碌，缺少運動等原因，中風的年齡層下降，已非老年人的專利。

患者常因為手腳麻木、肩頸緊繃而擔心自己是否中風，可以簡易中風指標自我檢測，即微笑測試、舉手測試及語言測試，首先「露齒」或「微笑」看看兩頰是否平衡，接著閉眼舉起雙手10秒鐘，看看雙臂是否均衡移動，再請病人說句簡單的話，是否說話不清或無法說話，若有出現任一症狀，中風率高達七成，三項皆有，中風率高達八成。

中風發生後患者需把握黃金時期緊急處理，以降低中風所造成的失能及後遺症。待中風狀況穩定後，除了配合復健治療外，亦可尋求中醫介入輔助治療，具有相輔相成的效果。中醫透過針灸，在體表及頭部的穴位進行針刺，藉由經絡系統傳達到腦部，提升腦部血液循環的功效，並輔以藥物，促進患者神經學與肢體功能的恢復。根據國內大型研究的結果，同時接受西醫及中醫針灸治療的患者，有較低的再次中風復發率，且針灸次數越多，再次復發的機率也越低。

家有小寶貝

大雞慢啼～發展遲緩兒

文/黃奕偉（本院身心科臨床心理師）

問：孩童的能力發展包括哪些？

答：孩子隨著年齡的增長，行為能力會逐漸增強，對大人的依賴相對減少。例如：位移動作能力的發展（如抬頭、坐、走、跑、跳等），操作動作能力的發展（如伸手拿物、手捏物、拆裝物體、手握筆寫與畫等），知覺發展（如用眼睛辨識物體、符號、景像，用耳朵辨識聲音、用手觸摸辨識物體等），語言發展（如會叫人，會聽懂大人的話，會用說話表達自己的需求，會跟人聊天，會使用複雜的句子等），認知發展（包括學會各種物體概念、時間概念、空間概念、因果概念、數概念等），以及社會情感發展（包括與周圍的人互動過程中，了解各種角色與自我的分界，學會人際關係技巧）等。

問：孩童為什麼會有發展遲緩的問題？

答：由於母親在生產前、生產過程、或者嬰兒出生後面臨一些不利的因素（如生理、心理或社會環境等因素），使得小孩在認知發展、動作發展（包括肌肉張力及動作平衡）、語言及溝通表達發展、心理社會適應、情緒發展或生活自理等方面，有全面或部分成熟速度落後或異常的情形。

問：兩歲的小孩還不會說話算是遲緩兒嗎？

答：很多發展遲緩兒將近兩歲，仍然不會走路、沒有口語表現，就被家長送來醫院接受發展評估。但孩子的發展，不是只有會走路、開口講話即代表正常發展了，還包括認知學習能力、社會互動與情緒表現方面，是否皆能符合一般幼童的發展里程碑，這些都是評估發展遲緩兒的重要項目。

問：如何鑑定孩童有發展遲緩的問題？

答：學齡前小朋友都領有一本「兒童健康手冊」，其中一部分是關於兒童身心發展評估紀錄，只要定時填寫紀錄事項，定期接受醫生健檢，就可初步發現孩子是否有發展遲緩的問題。家長如果希望對孩子發展遲緩的程度，做更詳盡的瞭解並尋找療育對策，就必須到專業的醫療機構或單位做詳細檢查，並為孩子遲緩問題安排合宜的早期療育。

問：如經專業評估孩童為發展遲緩兒，接下來該怎麼辦？

答：「及早發現及早治療」，是醫療的金科玉律。經過及早診斷、及早療育，透過醫療、教育、社會福利的介入，可讓部分發展遲緩兒童減少未來形成障礙的可能性，或是減輕未來障礙的程度。也就是說，經過早期療育，可以讓孩子的未來障礙程度由重度進展為中度，或由中度進展到輕度，甚至部分的發展遲緩兒童可以在經過早期療育之後，趕上正常發展的里程碑。無論孩子的發展遲緩程度有多嚴重，只要把握療育的關鍵期，並且提供孩子一個充滿關懷與支持的療育環境，孩子未來仍然很有可能像一般小孩，快快樂樂獨自地上學去，和其他小朋友一同讀書與玩耍。

（如有發展遲緩兒疑問請洽本院日間照護中心2858-7000分機7151或6051）

～4月4日是婦幼節，本院身心科臨床心理師祝福所有的媽媽和寶寶都健康快樂…

中醫團隊

謝承融 醫師

現職：本院中醫科主治醫師
　　臺北榮總傳統醫學部住院醫師
專長：急慢性疼痛處理、疼痛症候群、針灸、不孕症、幼兒體質調理、癌症腫瘤術後治療

謝承融醫師門診時間表

時段＼星期	一	二	三	四	五
上午 08:30～11:30		●			●
下午 13:30～16:30	●				

吳亭萱 醫師

現職：本院中醫科門診醫師
學歷：中國醫藥大學中醫系
　　陽明大學腦科學研究所碩士
專長：中醫婦科、中醫內科、針灸、過敏性疾病、情感性疾病、失眠、腸胃疾病

吳亭萱醫師門診時間表

時段＼星期	一	二	三	四	五
上午 08:30～11:30	●			●	
下午 13:30～16:30		●	●		●

張清貿 醫師

現職：本院中醫科門診醫師
　　臺北榮總傳統醫學部總醫師
學歷：長庚大學臨床醫學所博士班
　　中國醫藥大學中醫系
經歷：臺北榮總傳統醫學部住院醫師
專長：中醫內科、中醫婦科、針灸、不孕症、體質調理、腫瘤術後調理、乾燥症、失眠、憂鬱

張清貿醫師門診時間表

時段＼星期	一	二	三	四	五
上午 08:30～11:30			●		
下午 13:30～16:30				●	

有醫有靠

淺談糖尿病神經病變

文/黃維人（本院新陳代謝科主任）

糖尿病之所以可怕，在於它與許多器官或功能的併發症都有關係，而最多的併發症其實是神經病變，根據研究，罹病超過20年有高達50-70%的病人都有神經病變。而神經的分佈從頭到腳、從裏到外，所以糖尿病的神經病變也相當廣泛。

一般糖尿病神經病變可分為周邊神經病變、自主神經病變及其他類型神經病變。以下分別簡述之：

周邊神經病變

是發生率最高的神經病變，約佔70%左右，典型的症狀包括手腳部位的麻木感、灼熱感、刺痛感、無力感，甚至好像戴了一雙手套或穿了襪子在腳上的感覺，讓病人感到十分不舒服而影響生活品質。

自主神經病變

可能會影響腸胃道排空消化的功能，容易脹氣、嘔吐、便祕、腹瀉等等症狀；也可能影響泌尿系統，會頻尿、解尿困難、漏尿、容易泌尿道感染等；也可能影響性功能，如勃起或射精困難等；也會影響心臟血管功能，病人容易暈眩、姿勢性低血壓、持續性心搏過速，甚至在心肌缺氧時沒有典型的胸悶、胸痛的感覺。

其他類型神經病變

如神經性關節病變(Charcot foot)、顱神經病變(最常見是控制眼球的神經病變，造成複視等問題)、局部神經病變、單側垂足、壓迫性單一神經病變(最常見就是腕隧道政候群)等等。

糖尿病神經病變的診斷在於病史、臨床表現、以及神經學檢查。定期的神經學師檢是被所有專家建議及認可的，特別在發生率最高的周邊神經病變，定期的神經學師檢尤其重要，因為日後可能產生糖尿病足甚至截肢的併發症，所以定期的足部檢查和足部衛教護理極為重要。

治療方面仍然以改善血糖控制為主，但必須注意避免低血糖發生，多攝取抗氧化的新鮮蔬果或食品，有抽菸習慣者務必戒菸。若還有相關的神經症狀困擾病人，可諮詢醫師用藥物改善這些症狀，促進生活品質。

＊本院提供非侵入式的周邊神經溫度閾值測定檢查，如有相關症狀可以洽詢您的醫師。

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 Gan-Dou Hospital
—臺北榮總經營—
第 189 期
2016年4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. 營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

賀～本院榮獲臺北市政府衛生局104年度醫療安全督導考核特優醫院

門診新訊

增設中醫藥局提供多元就醫選擇

本院中醫科已於上個月成立中醫藥局，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，未來也將規劃客製化之水煎藥及代煎服務，為病患的健康把關，歡迎民眾多加利用。

以下列舉適用於中醫治療的各類疾病供您參考：

1. 對於感冒、功能性胃腸疾病(便秘、腹瀉)、過敏性疾病(氣喘、慢性咳嗽、鼻過敏)、皮膚疾病(濕疹，牛皮癬、富貴手)、婦科調經(痛經、月經不調、更年期症候群)、產前產後調理、失眠、情感性問題、自律神經失調、眩暈、頻尿等皆能使用中藥調理。
2. 糖尿病、高血壓、高血脂、慢性肝炎、中風、癌症等疾病，中醫亦可輔助治療，藉由中西結合，減緩並改善病況。若患者在日常生活飲食作息上有疑問，亦可請教中醫師，讓中醫師針對個人體質，提供符合個人特別需求的日常保健知識。
3. 長期為慢性的疼痛、退化性關節疾病、筋膜炎、神經痛等問題所苦的患者，除針灸治療外，亦可搭配中藥，加速病症的緩解。
4. 若有長期的疲倦、體弱、四肢冰冷、食慾不振等症狀，西醫檢查卻無法確認病因者，亦可至中醫科調理體質，依照不同體質從根本治療疾病，方為養生與預防保健之道。

※中醫藥諮詢專線：（02）2858-7000分機8191

給你好看

美麗再現信心重生

本院於上個月起開辦醫美門診，引進最新機種的韓國原廠儀器，為您解決皮膚的問題和困擾，讓您美麗再現，信心重生。以下簡介本院醫美門診主要服務項目：

淨膚雷射主要治療項目

肌膚出現細紋、暗沈、毛孔粗大、肌膚粗燥、老化現象、青春痘肌膚、痘疤、曬斑、老人斑、色素斑點等問題。

飛梭雷射主要治療項目

淡斑美白、痘疤緊實、細緻毛孔、緊實除皺、撫平凹洞、緊實鬆弛的肌膚。

汽化式磨皮雷射主要治療項目

1. 淺層色斑： 雀斑、曬斑、老人斑與各式角化斑
2. 雷射除痣
3. 良性皮膚腫瘤：汗管瘤、息肉、皮脂腺增生
4. 各式疤痕： 改善凹陷性疤痕，如痘疤、創傷或手術後疤痕

注意事項

●療程禁忌

1. 懷孕者。
2. 嚴重性皮膚病者。
3. 服用光敏感藥物或對光敏感者。
4. 免疫性失調患者(如紅斑性狼瘡等)。

●治療前

1. 禁止過度曝曬、做臉按摩。
2. 需停用果酸、A酸、水楊酸類產品及去角質護理。

●治療後

1. 術後照顧依照醫護人員指示照護。
2. 雷射治療後，請加強保溼及防曬。
3. 雷射治療後一週內勿使用刺激性產品，(果酸、A酸、水楊酸、去角質、高濃度VitC、酒精等刺激性保養品)

※醫美門診諮詢專線：（02）2858-7000分機7811

醫美門診時刻表

時段	週一	週二	週三	週四	週五	週六
上午		診間代碼00806/自費門診 ★黃沛盈(醫美) P.S.看診時間10:00-13:00				
下午						
晚上				診間代碼21503/自費門診 ★陳梅君(醫美-單週)	診間代碼21503/自費門診 ★蕭福尹(醫美)	

註1.本院於105年3月起，週二上午、週四夜間及週五夜間新增醫美自費門診各一診(診間位置:11樓1103室)。
註2.原時段之皮膚科及整形外科亦提供醫美服務(由醫師評估)。
註3.週三夜間及週六上午之皮膚科王文正醫師無提供醫美服務。