

醫師
開講

我有糖尿病，我要加入糖尿病照護網！！

文 / 黃維人（新陳代謝科主任）

糖尿病是一種影響全身器官的慢性疾病，多年來在台灣十大死因中名列第四或第五名，而與其直接相關的心血管及腦血管疾病更是位居第二、三名，事實上第一名的惡性腫瘤和糖尿病也有間接的關係。除了以上所述，糖尿病所帶來的併發症如視網膜病變、腎臟病變、神經病變、糖尿病足、截肢等，均對病友的生活品質影響甚鉅，也造成病友及國家在醫療上大量的花費。

糖尿病照護過去只有醫師開藥看診，病友無法獲得有系統的照護及相關自我保健的知識。有鑑於此，衛生福利部於民國85年8月在宜蘭縣啟動了臺灣第一個「糖尿病共同照護模式」試辦計畫，第一年的重要推手之一就是曾任本院特約醫師的前

臺北榮總新陳代謝科林宏達主任。此計畫推動了醫事人員的認證制度，提昇醫事人員糖尿病照護專業知識，接著陸續於全台各地推動糖尿病共同照護網，希望藉由經訓練的專業醫事人員間的團體合作，提供病人包含診察、檢驗、衛教及追蹤等完整的服務，以降低或延緩糖尿病併發症與合併症的發生，不但改善病人的健康及生活品質，亦可控制醫療花費，達到三贏的目標。

現今台灣粗估糖尿病人已經超過180萬人，尚未診斷出的可能有80萬人以上。關渡醫院雖是地區醫院，卻也照顧了4000人以上的糖尿病病人。為了提供更優質的照護品質，本院在民國99年參加了糖尿病醫療品質改善方案，並於100

年成為台北市糖尿病共同照護網機構，同時成立糖尿病衛教中心。在專業醫師及專任衛教師共同努力下，連續榮獲品質進步獎、品質卓越獎、品質績優金糖獎等榮譽。而我們的照護團隊和其他大型醫院不同，除了新陳代謝科醫師外，更有眼科醫師、腸胃科醫師、家醫科醫師、胸腔科醫師及神經內科醫師一起加入，由各科醫療專業的醫師共同來照顧本院的糖尿病人，更具有全人照護的協同效益，讓病人獲得更完善的照護。

糖尿病至今仍無根治方法，但是良好的控制卻不難。如果您有糖尿病，請加入本院糖尿病照護網。

你問我，加入有哪些好處，我告訴你，加入我們，你就知道了！

門診
生力軍

醫美門診新進醫師

馬旭 醫師

現職：本院整形外科暨美容醫學主治醫師
臺北榮總外科部主任

學歷：陽明大學臨床醫學研究所博士

經歷：臺北榮總外科部重建整形外科主任

新北市立聯合醫院院長

臺灣整形外科醫學會理事長

臺灣燒傷暨傷口照護學會理事長

專長：整形手術 / 美容手術膝關節鏡手術（韌帶重建、半月軟骨修補） / 肩關節鏡手術（肩部不穩定、旋轉肌袖破裂）

骨科門診新進醫師

蔣恩榮 醫師

現職：臺北榮總骨科部主治醫師

經歷：關節鏡醫學會現任理事

肩肘關節醫學會秘書長

美國史丹佛大學醫學中心研究員

教職：陽明大學教育部部定助理教授

專長：骨科運動傷害 / 關節重建術 / 骨折手術 / 髖關節鏡手術（軟骨修補） / 膝關節鏡手術（韌帶重建、半月軟骨修補） / 肩關節鏡手術（肩部不穩定、旋轉肌袖破裂）

復健科門診新進醫師

賴至柔 醫師

現職：本院復健醫學科主治醫師

經歷：臺北榮總復健部主治醫師

專長：小兒復健 / 神經復健 / 復健醫學 / 神經肌電檢查

腎臟科門診新進醫師

王峯銘 醫師

現職：本院腎臟科主治醫師

經歷：臺北榮總腎臟科主治醫師

臺北醫學大學附設醫院腎臟科主治醫師

樂生療養院迴龍院區血液透析中心主任

國防大學醫學系臨床講師

專長：急慢性腎臟病 / 血尿 / 蛋白尿 / 高血壓 / 糖尿病 / 透析治療 / 痛風及高尿酸血症

陳聿歆 醫師

現職：本院腎臟科主治醫師

經歷：臺北榮總腎臟科主治醫師

臺北榮總蘇澳分院腎臟科主任

陽明醫院腎臟科主治醫師

國立陽明大學醫學系講師

專長：急慢性腎臟病 / 蛋白尿 / 電解質異常 / 尿毒症 / 透析治療

門診
公告

兒童節及清明節醫療業務開放公告

日期	4/3 (星期一)	4/4 (星期二)
急診及住院	照常	照常
門診及健檢	全日停診	全日停診
復健治療	全日停診	上午8時至下午4時

國內郵資已付
北投郵局
許可證
北投克字第86號

臺北市立關渡醫院
Taipei Municipal Gan-Dou Hospital
—臺北榮總經營—

第201期
2017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. 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 / 陳昌明
■發行單位 / 臺北市立關渡醫院

■編輯委員 / 張益德、高念慈、高麗雀、蔡文惠、陳榮穎

■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

■執行編輯 / 黃藝美

■設計印刷 / 承印實業股份有限公司

• (02) 2222-7689

親親
小寶貝

寶寶很焦慮，所以寶寶不說

文 / 謝家智（身心科臨床心理師）

十多年前一個嚴熱的午後，依約前來的是一個瘦小黝黑的國小一年級女生 -- 靜靜。經過家長的介紹和說明來意之後，我與靜靜留在遊戲治療室裡。遊戲治療室有布偶、家家酒玩具，但是面對我的鼓勵，靜靜完全沒有反應，只是緊盯著那些玩具，卻沒有任何動作，直到治療時間結束。

孩子真的只是害羞不好意思說話嗎？

這是我臨床生涯中第一個選擇性不語症個案。所謂選擇性不語症 (Selective Mutism) 是指個案在特定的環境中可以自在地說話，一旦離開特定環境便沈默不語。這些孩子不說話的狀況各異，有些只和熟悉的對象說話，有些只在家裡說話。當孩子還小，家長會認為孩子只是害羞、不好意思說話，進入學校後，經老師反應才發現原來孩子不跟老師、同學說話。這樣的狀況可能持續到青春期，甚至成年之後。

父母會苦惱要用甚麼方法才能讓孩子開口跟別人說話，孩子則是面對父母或是外人的誤解和要求而焦慮，越焦慮就越不說話。根據研究指出，選擇性不語症的大部分原因是焦慮情緒影響，另一部分是與發展時期的口語表達能力較弱有關，有些學者則認為可能與自閉症相關。暫且不論病因為何，選擇性不語症的影響層面和處理策略都很複雜。

用遊戲建立情感連結讓孩子放鬆情緒

與靜靜的父母訪談後發現，她很晚才會說話，說話也不太清楚。但由於家裡人都能理解她的意思，而且她和兄姐們玩得很瘋，所以就不太在意她的狀況，更遑論事先預防入學後的適應問題。

在之後治療時間裡，我先在遊戲治療室裡自己玩起來，但重點是觀察靜靜的

情緒表現和身體姿勢有沒有越來越放鬆。某次，我故意把一列玩具火車推出軌道而大叫時，卻發現靜靜的表情顯得相當的興奮。雖然孩子仍舊沒有口語，但是我們就這樣玩了起來。沒錯，我們建立了連結。

用詞卡和圖卡解除被強迫說話的壓力

在幼兒園階段，安靜、溫順的特質很容易被貼上聽話的標籤而被忽略，更耽誤了處理、介入的契機。建議父母留意孩子幼兒園階段是否經常在出門前哭鬧或抗拒上學，或是在參加團體活動時因反應慢表達不清楚而被嘲諷、排斥。再者，當孩子在家向您直白反應他的焦慮時，您是否直接否定孩子的感受，而用更激烈的方式逼迫孩子上學？

在情感上建立了連結之後，靜靜開始願意用點頭、搖頭的方式表示她的意願，然而並非所有的問題都能以這種方式表達。所以我準備了詞卡和圖卡，讓她得以自由組合詞卡和圖卡表達自己的意思。是的，靜靜解除了被強迫說話的壓力，開始自在地表達自己的想法。換句話說，我在幫她減壓，也讓她自己尋找解決問題的方法。

鼓勵孩子自己尋找與環境互動的頻率

建議父母、師長（還有隔鄰的大叔、大嬸）在面對較為害羞、退縮的孩子時，請採取包容、接納的態度。因為他們真的不是故意不說話，而是太過焦慮而不知道怎麼說。在情感上理解孩子焦慮的情緒，在做法上則用微笑面對孩子迴避互動的行為。不強迫孩子與陌生人說話或打招呼，鼓勵孩子自己尋找與環境互動的頻率和方法。

經過了一年的治療。靜靜的老師告訴我，她現在可以小聲地和老師們說話，不

再沉默不語；和同學玩樂時，偶而會放聲大笑。令人莞爾的是，當她發現自己笑得太大聲時會立刻捂住嘴巴。治療結束前，靜靜始終未告訴我她的焦慮是甚麼，但是在治療室裡她可玩得很開心！

建議父母和師長在面對選擇性不語症的孩子時，千萬別急著要求孩子開口說話，或是讓孩子在全班面前回答問題。對這些孩子來說，在人前開口講話，就好比我們上台演講一般困難。萬一孩子「不小心」在外面或學校開了口，也請別大驚小怪，讓說話回歸到自然的反應。與孩子之間建立情感的連結，讓孩子願意也能夠信任您才是最初始、也最重要的事情。

~ 4月3日是今年的婦幼節，本院祝福所有婦女親子闔家健康快樂...

芳芳
關渡

關渡關懷站捐款芳名錄 (106/01/04-02/15)

單位 / 姓名	金額 (元)
新光人壽股份 (有)	3,000
廖 ○ 隨女士	2,000
林 ○ 池先生	1,000
陳 ○ 銅先生	1,000
謝 ○ 娥女士	6,000
范莊 ○ 月女士	3,000
林 ○ 春女士	1,600
何吳 ○ 英女士	1,500
蘇 ○ 英女士	2,000
蘇 ○ 慧女士	2,000
謝 ○ 娥女士	3,000
林 ○ 女士	2,000
郭黃 ○ 月女士	2,000

製表單位 / 社區衛生組

感謝 ~

財團法人全聯慶祥慈善事業基金會 實物捐贈本院住院經濟弱勢病家

- ✎ 內容：提供經濟弱勢住院病人之生活用品，如：尿布墊、紙尿布等。
- ✎ 辦法：由醫療團隊評估審核資格及數量。
- ✎ 日期：即日起至發放完畢。