



本院參與衛福部國健署首屆整合健康促進、高齡友善及無菸醫院三項之健康醫院認證，以高分認證通過，專家委員對本院長期對健康與高齡之投入皆表肯定。



本院配合國家政策積極推動預防及癌症篩檢，榮獲臺北市衛生局頒發最佳合作夥伴獎，門診護理人員端木蓓及陳翠薇護理師榮獲防癌天使服務獎。

本月新星

神經醫學科

林思穎 醫師

現職：本院神經科主治醫師
 經歷：臺北榮總神經內科總醫師
 臺北榮總神經內科專科醫師
 國防大學醫學系臨床講師
 專長：失智症
 認知功能退化
 腦血管疾病
 頭痛頭暈
 周邊神經疾病



看診時間	星期三 上午	星期五 上午
------	--------	--------

神經醫學科

陳沛儒 醫師

現職：本院神經科主治醫師
 經歷：臺北榮總神經內科總醫師
 臺北榮總神經內科主治醫師
 專長：頭痛頭暈
 失智症
 周邊神經疾病
 腦血管疾病
 動作障礙疾病



看診時間	星期三 下午	星期四 上午
------	--------	--------

您的血糖機準確嗎？

依據國際糖尿病聯盟 (International Diabetes Federation, IDF) 的統計資料，截至 2017 年全球約有 4.25 億名糖尿病患，其中約有 1.59 億 (37.4%) 發生於東亞地區，是世界發生率最高的地區。這樣的數字還在不斷成長，預估至 2045 年全球將會有高達 6.29 億的糖尿病患，較現今增加約 48%，預計的醫療支出將高達 7760 億美元，顯見糖尿病已經成為 21 世紀最需重視的公共衛生課題之一。糖尿病的治療目標在於穩定血糖並進而減少併發症的發生，近年已有許多研究證實自我血糖監測 (Self-Monitoring of Blood Glucose, SMBG) 對於糖尿病患穩定血糖有十分顯著的幫助，然而，正確的診斷建立於正確的量測結果之上，血糖機的精準與否將直接影響自我血糖監測、判斷及療程規劃。血糖機檢測的精準會受到許多因素的影響，最常見的影響有：

(1) 採檢不良

血糖檢測需使用全血，但我們時常因怕痛而扎得過淺 (適當的深度是輕輕擠壓

就會有一整滴血)，採到樣本多為血漿或組織液，影響結果。一般而言，血漿 (組織液) 的葡萄糖濃度會比全血高 10-15%。有時採血消毒的酒精還沒乾或手上有殘留的食物也會污染，造成誤差。

解決方式：

確實清潔採血部位，並使用足夠穿深的採血針具，並將擠出的第 1 滴血擦掉，用第 2 滴血檢測。

(2) 不正確操作

如未更換試紙校正碼、使用過期或受潮的試紙，錯誤的比對方法等。

(3) 部分藥物及食物影響

(4) 血糖機不準確

目前較為普遍接受的血糖機準確規範為國際標準組織 (ISO-15197)2013 年版，可接受的血糖檢測結果為 $\leq \pm 15\%$ (註 1)，簡單舉例來說，您在醫院抽血檢驗血糖的結果為 120 mg/dL 時，同一時間自己的血糖機檢驗結果落於 102~138 mg/dL 之內表示準確度合格，若結果是在此範圍之外，就可能代表血糖機的準確度有問題，需先停用。

檢驗科 王家仁 主任

找當初販售的廠家校準後再繼續使用。

此外，關渡醫院檢驗科提供各位好鄰居免費的血糖機準確度比對服務，建議您可以每隔 6 個月配合門診抽血時帶著您的血糖機至抽血櫃檯諮詢。提供服務時需要攜帶：

- (1) 本院門診開立的血糖檢驗單
- (2) 自家的血糖機及試紙 (最好有說明書)

註 1：
 ≤ 100 mg/dL 差距需在 ± 15 mg/dL 內，
 > 100 mg/dL 差距需在 $\pm 15\%$ 內。



國內郵資已付
 北投郵局
 許可證
 北投光字第 86 號

臺北市立關渡醫院
 Taipei Municipal Gan-Dou Hospital
 —臺北榮總經營—
 第 210 期
 2018年01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 ■ 編輯委員 / 張益德 高念慈 高麗雀 蔡文惠 陳榮穎 蔣曉文 王家仁 ■ 執行編輯 / 劉思婷
 ■ 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 / 承印實業股份有限公司 · (02) 2222-7689

用藥五大能力在手 聰明就醫希望無窮

藥劑科 陳筱穎 藥師

親愛的民眾：

本篇目的是希望大家能夠了解自己或家人使用的藥物及具備正確的用藥習慣。且將用藥概念分為五大核心能力，學習就能掌握用藥訣竅！

能力一 做身體的主人 - 五不原則

※ 中藥西藥亦或是健康食品均適用 ※

正確用藥 5 不原則：

1. 不聽別人推薦的藥
2. 不信神奇療效的藥
3. 不吃別人贈送的藥
4. 不推薦藥給別人
5. 不買地攤、夜市、遊覽車上所販賣的藥



能力二 清楚表達自己的身體狀況

※ 看診時主動向醫師說明以下事項 ※

- 現在症狀 於初次就醫前或看診間隔中發生
- 過去病史 已痊癒或慢性疾病
- 過敏記錄 曾發生食物或藥物過敏
- 看其他科別或正在服用的藥物或健康食品
- 其他事項：含醫療計劃 (拔牙等)、是否懷孕哺乳、特殊飲食習慣

能力三 看清楚藥品標示



- 上下橫向排列項目 (圓圈部份)：個人資訊區
須優先核對確認領藥正確。含日期、姓名、發藥量、發藥天數等資訊。
- 中間直向排列項目 (方框部份)：用藥須知區
服用藥品前需再次閱讀。含用法用量、藥名及顏色形狀、用途、注意事項或副作用。

能力四 清楚用藥相關技巧

※ 學習用藥技巧讓用藥過程更順利 ※

- 藥品保存—領藥後保存良好才能避免失效
 ▲ 陰涼乾燥環境：避開潮溼及陽光曝曬
 ▲ 固定抽屜：避免孩童拿取及服用錯誤。
 ▲ 開封：內附棉花及乾燥劑應立即丟棄。
 ▲ 保存：未開封藥品可存至其保存期限，如有變質請立即丟棄勿再使用。

● 藥品回收—五大類藥品請交由藥物檢收站



抗生素、賀爾蒙、化療藥、液體藥物、針具針頭

▲ 其他藥品處理：將剝出之藥錠、藥水集中於夾鏈袋，放入茶葉或咖啡渣等吸附混合。將夾鏈袋密封後即可隨一般垃圾丟棄。

- 藥物過敏—注意「疼痛紅腫破燒」
發生率及嚴重程度因人而異，可能會立

即或延遲發生。如疑似發生藥物過敏請立即攜帶藥品就醫。

往後看病請隨身攜帶藥物過敏紀錄卡。

藥物過敏紀錄卡

姓名：

若您曾經有過敏紀錄，請將此卡連同健保卡隨身攜帶，就醫時主動出示。

財團法人藥害救濟基金會 食品藥物管理署 關心您

【我對下列藥物過敏】

請將您過敏的藥名記錄在本卡，也可請醫療人員(社區藥局)協助填寫。

藥名	反應

能力五 與醫師藥師做朋友

※ 如還有以下情況及問題請向藥師諮詢 ※

- 特殊藥物使用指導及衛教單張之提供
- 特殊醫療族群 (肝腎功能不全、懷孕哺乳、放置鼻胃管、年長及幼童) 用藥建議
- 用藥整合 - 重複用藥及交互作用評估
- 正確資訊 - 依據衛政單位所發布公告宣導
- 線上藥物諮詢專線 - 請撥打

本院總機 (02) 2858-7000 轉 7177 或 2116



臺北市立關渡醫院電子報

關渡人月刊電子報服務上線囉！
 掃描上方 QRCode 填寫姓名、Email 即可訂閱電子報，每個月 10 號抽出 5 名獲得小禮物唷！！