

成人健康檢查

一、資格審查：

1. 四十歲以上未滿六十五歲者，每三年補助一次。
2. 六十五歲以上者，每年補助一次。
3. 罹患小兒麻痺且年在三十五歲以上者，每年補助一次。
4. 五十五歲以上原住民，每年補助一次。

二、檢查項目：

第一階段

- 尿液檢查: 蛋白質
- 血液生化檢查: GOT、GPT、肌酸酐、血糖、血脂(總膽固醇、三酸甘油酯、高密度脂蛋白膽固醇、低密度脂蛋白膽固醇計算)、腎絲球過濾率(eGFR)計算。

- B型肝炎表面抗原及C型肝炎抗體：1. 年滿45歲。2. 民國55年(含)以後出生。符合上述兩項條件者，終身給付一次。
- 費用：免費

第二階段

- 身體檢查：一般理學檢查、身高、體重、血壓、身體質量指數(BMI)、腰圍。
- 健康諮詢：戒菸、節酒、戒檳榔、規律運動、維持正常體重、健康飲食、事故傷害預防、口腔保健。
- 費用：免費

三、注意事項：

1. 檢查前一晚12時後請勿進食(含水及食物)。
2. 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。
3. 請穿著二截式輕便寬鬆衣服，以便施行檢查。
4. 如有慢性病用藥者，請繼續服用；婦女懷疑或確定懷孕者，請延期做健康檢查。
5. 行動不便者，本院備有輪椅供您使用，請向一樓服務檯詢問。

★ 本月新星 ★

復健科 吳思嫻 醫師

現職 本院復健科主治醫師

經歷 臺北榮總復健科主治醫師
臺北榮總復健科總醫師
專業學會：臺灣復健醫學會

專長 一般復健/骨關節復健
神經復健/小兒復健/媽媽手
超音波導引注射/板機指
肌筋膜疼痛/坐骨神經痛
足部疼痛/退化性關節炎

看診時間 星期一 下午
星期二 下午
星期四 夜間

婦產科 張燕後 醫師

現職 本院婦產科專科醫師
臺北榮總婦產部總醫師

經歷 天主教耕莘醫院婦產科住院醫師
臺北榮民總醫院婦女醫學部住院醫師、總醫師
臺北榮民總醫院婦女醫學部婦癌臨床研究員

專長 一般婦產科疾病診治
一般產科/產檢/月經問題
月經不順/內分泌失調
更年期問題/骨質疏鬆
婦女癌症治療

看診時間 星期二 下午

婦產科 黃本湘 醫師

現職 本院婦產科主治醫師
陽明大學醫學系婦產學科講師

經歷 臺北榮總 婦女醫學部
住院醫師及總醫師
臺北榮總員山分院 主治醫師
陽明大學附設醫院 主治醫師

專長 產檢及接生
一般婦科及腹腔鏡手術
婦科癌症篩檢及治療
婦女泌尿診治(尿失禁、子宮脫垂、膀胱脫垂與直腸脫垂治療)

看診時間 星期一 下午

眼科 許志堅 醫師

現職 本院眼科主治醫師
臺北榮總眼科主治醫師

經歷 陽明大學醫學系畢業
陽明大學臨床醫學研究所博士候選人
約翰霍普金斯醫院威爾瑪眼科中心研修
臺北榮民總醫院眼科部住院醫師
臺北榮民總醫院眼科部總醫師
臺北榮民總醫院眼科部角膜病研究醫師
臺北榮民總醫院眼科部視網膜科研究醫師

專長 眼瞼疾病診斷及手術治療
淚囊及淚道疾病
肉毒桿菌素之治療與美容應用
白內障小切口超音波手術
一般眼科疾病診治

看診時間 星期二 上午

風濕免疫科 蔡長祐 醫師

現職 本院風濕免疫科主治醫師
臺北榮總過敏免疫風濕科主任

經歷 臺北榮總過敏免疫風濕科主治醫師
國立陽明大學醫學院醫學系教授
英國風濕病雜誌編輯委員
財團法人風濕病基金會執行長

專長 過敏免疫病
風濕病
狼瘡疾病
基礎免疫研究

看診時間 星期三 上午

風濕免疫科 廖顯宗 醫師

現職 本院風濕免疫科主治醫師
臺北榮總過敏免疫風濕科主治醫師

經歷 萬芳醫院內科部過敏免疫風濕科主任
萬芳醫院內科部過敏免疫風濕科主治醫師
臺北榮總過敏免疫風濕科總醫師

專長 類風溼性關節炎
僵直性脊椎炎
乾燥症/痛風
退化性關節炎/骨質疏鬆

看診時間 星期二 下午

婦產科 黃貞瑜 醫師

現職 本院婦產科主治醫師
臺北榮民總醫院婦女醫學部
生殖內分泌不孕症主治醫師

經歷 臺北榮民總醫院婦產部總醫師與不孕症次專科訓練
臺北榮民總醫院婦產部住院醫師
美國加州大學聖地牙哥分校(UCLA)婦女生殖內分泌部門暨英國倫敦大學(ULC)胚胎著床前遺傳診斷(PGD)實驗室與不孕症中心短期進修

專長 不孕症相關疾病
助孕相關醫療手術
人工生殖技術「人工受精」
月經失調/經血過多/經痛問題(不做產檢)

看診時間 星期四 下午

眼科 黃渝芸 醫師

現職 本院眼科主治醫師
臺北榮總眼科部眼鏡型科 主治醫師
國防大學國防醫學院 臨床講師

經歷 臺北榮民總醫院眼科部 住院醫師
臺北榮民總醫院眼科部 總醫師
臺北榮民總醫院眼科部 眼鏡型科 臨床研究員

專長 眼瞼疾病診斷及手術治療
淚囊及淚道疾病
肉毒桿菌素之治療與美容應用
白內障小切口超音波手術
一般眼科疾病診治

看診時間 星期二 上午

關渡人月刊電子報服務上線囉！



掃描QRCode
填寫姓名、
Email、
電話即可訂閱
電子報，每個
月10號抽出5名
獲得小禮物唷！

得獎名單

107年十月份電子報訂閱

★ c**g*d**@gmail.com 莊○琴
★ c**h**g@gandau.gov.tw 張○中
★ j**e**1*9@yahoo.com.tw 林○燕
★ k**e**h**29@gmail.com 邱○萍
★ s**u**9@gmail.com 簡○瑛

請持健保卡至關渡醫院地下一樓圖書室領獎
領獎期限：即日起至107年12月20日

醫病溝通做得好，聰明就醫沒煩惱

就醫時，請記得說清楚、聽明白、勤發問、作筆記，對於治療的選擇，您可以利用就醫三問—

- 第一問 我有哪些選擇
- 第二問 這些選擇的優點和風險是什麼
- 第三問 我如何得到幫助，做出最合適的選擇

關渡醫院 醫病決策小組 關心您

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 221 期
2018年12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顧
2. 垂直整合發展急性後期照顧
3. 配合長期2.0計畫，擴展關懷據點，推動高齡在地健康老化
4. 促進病人、員工及社區之健康報告服務

■ 發行人 / 陳昌明 ■ 總編輯 / 張文貴 ■ 編輯委員 / 張益德 高念慈 高麗雀 蔡文惠 陳瑩穎 蔣曉文 王家仁 ■ 執行編輯 / 劉思妤 ■ 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 / (02)2858-7197 ■ 設計印刷 / 卡衛視覺廣告設計 (03)9312-133 宜蘭市擺厘路9之62號

生命末期的腎病安寧

醫務部 張益德 主任

西方人常說：「Add life to years, not years to life.」依據信達雅原則，我試翻成：「不僅延年，更要享壽。」的確，年多無益，若無益壽，寧可善終，生老病死循環中，善終其實是更重要的課題。

根據統計，超過80%台灣長者最希望於家中往生，但資料也顯示，不到20%的老年人可以完成這樣的善終心願。另一方面，對於多重器官衰竭的末期腎臟病人而言，洗腎或可延長生命，卻無法讓病人享受到延壽的意義，多病拖累下，往往徒增病家的痛苦與負擔；高達76%的洗腎病人於臨終前一個月曾住院治療（半數住加護病房），近一半腎友在醫院過世，比例高於其他末期疾病；經社會有識之士疾呼奔走，台灣終於在2009年將八大非癌疾病的末期患者也納入健保安寧服務，其中包括急性與慢性腎臟病，也將於2019年1月實施「病人自主權利法」，鼓勵老年人或慢性病人在尚稱健康或意識清楚時自行規劃醫療計畫，並註記於健保卡，保障「終止、撤除或不施行心肺復甦術等維持生命治療」的權利，期待進一步提升善終比率。

哪些腎友可以考慮安寧緩和醫療呢？依據國內外的研究，略整理共識如下：

- (1) 長期使用呼吸器、(2) 惡性腫瘤末期患者、(3) 嚴重感染性合併症(敗血症)、(4) 嚴重營養不良(惡病體質)、(5) 其他重要器官衰竭(如心臟衰竭與重度失智)並危及生命之合併症。

停止洗腎通常不會立刻往生，但存活多久仍有許多變數，國外研究指出有六成腎友在停止透析後3-10天往生，平均為8 到10 天，撤除透析的存活期通常少於30 天。大部分的死因推斷為尿毒症，其過程常被描述為無痛和平靜的死亡。台灣從2000年安寧緩和醫療條例立法以來，急診病人簽署DNR的比例逐漸上升，但洗腎病人簽署DNR的比例仍然很低，顯示腎友在自主善終及預立醫療照護諮商方面仍有很大進步空間；目前對於慢性腎臟病人的善終意願，應在病人尚未開始洗腎前就探詢，並了解病人心目中的善終重要性排名，末期腎病可以不經過洗腎或換腎即接受安寧緩和治療，這是基於病人自由意志下的第三種選擇。

文末，分享印度詩人泰戈爾的詩句：【生如夏花嬌豔，死若秋葉靜美】，值此生死觀念不斷進化的時代，如何增進自己的生活並開創繼起之生命？安寧緩和醫療的選擇考驗著每個人的智慧。

『醫』起推動關渡健康幸福社區

護理部 高麗雀 主任

世界衛生組織將「健康」定義為：「身體的、心理的與社會的安適狀態，而不只是沒有疾病或虛弱而已」，因此「全人健康」為世界各國一致努力目標，也是健康促進醫院之核心精神。

關渡醫院是一家社區型醫院，公共衛生、預防保健的任務責無旁貸，向來以『視病猶親、融入社區、打造一個無藩籬的醫院』為我們的理念。而關渡社區是一個高齡社區，老化指數高於台北市，『在地老化，活躍老化』的想法很早就萌芽；2005年護理部啟動了那把推動高齡健康促進的鑰匙，並培訓了42位社區志工作為社區健康促進的種子，穿梭社區，傳遞健康訊息，扮演健康促進的重要推手，也開啟我們日後一連串推動社區健康促進的序幕。2006年我們做了社區資源的整合與連結，在關渡國中成立全國第一所結合衛政、社政、與教育三大體系的『關渡關懷據點』。這是全國第一所由醫療專業人員提供的據點，透過這平台將社區醫療服務的觸角從點、線、面延伸到社區每一個角落。截至2018年『關渡關懷據點』有長者70位，年齡從68到98歲，平均年齡81歲，91歲以上9位佔13%，據點年年評鑑均獲優等殊榮，更是國內、外團體觀摩的模範據點，並於2010年榮獲SNQ國家品質標準的殊榮。

關渡關懷據點是由醫院經營，所以擁有別的確點沒有的醫療資源例如健康管理、健康諮詢、健康講座、老人健檢、共餐服務、關懷訪視等，更推動多元健康促進方案，例如高齡體適能、音樂律動、陶藝、園藝輔療、尿失禁課程，並帶領長輩積極社會參與以及參加國健署舉辦的『阿公阿嬤活力秀』，年年獲佳績，也提昇長輩社會功能與降低憂鬱指數，延緩了失能與失智。近幾年更擴大服務之面向輔導北投區其他的關懷據點，2017年與北藝大有『藝』、『醫』結盟的『關渡共生共好』計畫，希望在這塊共同生活的土地上，一起關心關渡的人、事、物，共創美好的生活與愉悅的生命。為了達成無縫接軌式的長照服務，2018年更承接長期照顧ABC計畫，成立「北投區石頭湯據點」，提供社區有長照需求者更可近、更即時的服務；所以走在關渡社區你會看到一群穿著關渡醫院『社區志工背心』的身影，他們的愛與熱誠讓關渡社區感覺很不同。