



讓我們一起了解、預備失智症，共創失智友善社會

文／神經內科 個案管理師 李浣榛

失智症者因大腦的病變，失去已經建立好的智力、能力，失去與現實的連結，彷彿被一層黑幕薄紗遮蔽，失去了關係（人際、自己、自己跟家人），失去了尊嚴跟社會地位。我們可以從極早期失智者抗拒承認罹患失智症、拒絕就醫了解到他們的心路歷程。

失智症協會定期舉辦工作坊為失智症共照中心個管師進修。該協會理事長徐文俊醫師鼓勵個管師們應考慮從靈性角度陪伴失智症者。徐理事長社區演講經驗豐富，他表示經常鼓勵民眾要跟子女培養感情，加強關係連結。因為失智就是一個關係的疾病，有關係就是沒關係。同樣的今天沒有子女的長者，他可以透過活躍的宗教社群互助或鄰里互助來替代。

家庭照顧者也許會想問，我該如何跟這樣的家人建立【豐富的關係】？

透過共同參與活動，讓長者從過程中體驗到樂趣和成就感。把環境調整成友善失智者環境以及展現同理心及耐心，營造適合溝通的場所。家庭照顧者也可以陪伴長者以靈性角度回顧他自己生命的價值、意義、關係。靈性照顧角度告訴我們，臨終個案即使不再經濟生產也還是有價值的，接受教師模範的傳承後續角色，連結、重建、深化愛與被愛、饒恕與被饒恕，超越存在意義價值，

道謝、道歉、道愛、道別等來醫治患者的心靈。而失智症者因為疾病關係，有可能在臨終前認知能力就喪失完全，也許該反思以上靈性照護的部分是否不要拖延，應該在失智症狀演變的途中就應該先進行。

最後理事長也鼓勵大家衛教時，強調人人都要【預備】失智症而非【預防】失智症，以前經常說要預防遠離失智，或許會讓人對失智症徒增恐懼排斥，好像罹患失智就會世界末日。失去讓人感傷，但失去並非不曾擁有，隨著家屬及社會大眾們對失智症的了解，許多對失智者的抱怨與誤會也會隨之解開。

家庭照顧者的機會

- ◎放下過去，創造新的連結
 - 藉由擁抱、牽手等肢體接觸，表達對父母的愛和關懷。
- ◎從照顧者的角度出發，發掘新的互動方式
 - 一起聽音樂、唱歌、跳舞、玩遊戲，或從事其他患者能力可及的活動，創造新的共同回憶。
- ◎透過懷舊，重新連結
 - 他們的情感和記憶仍然存在，可以與他們一起回憶過去。
 - 如一起看舊照片、分享過去的故事等，讓他們感受到被愛和珍惜。
- ◎把握機會表達愛與感謝
 - 藉此機會，對患者表達感謝和愛意，讓他們感受到家人的支持和關懷。
- ◎學習新的溝通技巧
 - 學習如何與失智者溝通，例如：使用簡單的詞彙、放慢說話的速度、給予充足的時間回應等，可以減少溝通上的挫折，增進彼此的理解。

仁濟醫院參訪關渡醫院 | 智慧醫療交流共創健康未來

日前，台北仁濟醫院林水龍總院長及各級主管；貴客一行，蒞臨本院進行智慧醫療與長照服務的參訪與交流。仁濟醫院多年來深耕精神醫療、長照服務與社區心理衛生，在推動社區健康促進上成果豐碩，而在守護健康、促進社區福祉方面，仁濟醫院與關渡醫院的理念不謀而合。本次參訪、交流活動由關渡醫院陳亮恭院長親白主持，雙方就智慧病房、護理之家智慧護理、數目轉化應用等創新成果，深入交換意見，並探討如何透過科技加強長照服務，讓長者在社區中得到更優質的健康護理。

參訪內容：
 ◎智慧病房與智慧照護：利用科技提升住院與長照照護品質
 ◎長照創新服務：如何讓社區長者獲得更完整的醫療支援
 ◎數位轉型與醫療未來：透過大數據、AI優化醫療流程
 此次的交流，不僅是雙方醫療專業的對話，更是攜手共創智慧醫療與長照新模式的重要契機。我們期待透過這次互動，分享彼此的經驗與成果，為社區居民帶來更全面的醫療服務。



臺北市立關渡醫院 114 年度志工招募簡章

◎招募對象：

- 1、具服務熱忱或退休人士。
- 2、願意提供每週固定三小時，且能持續一年者。

◎報名日期：

即日起至114年4月11日(五)止。

◎招募方式及流程：(煩請準時報到，以利活動進行)

一、參加說明會：採先到者，優先面談

地點：本院地下一樓 員工餐廳

♥ 請準時參加，不再另行通知 ♥ (請攜帶身分證或健保卡)

(一)日期/時間：114年4月17日(四)下午13點45分

13:45-14:00	報名表填寫
14:00-15:00	說明會
15:00-17:00	面談

二、職前訓練日期：114年4月29日(二) 下午13:45-17:00

地點：地下一樓員工餐廳

(煩請務必參加，以利熟悉服務內容及志工系統)

三、實習日期：自114年5月1日(四)至114年6月30日(一)

止，每週須服務三或四小時/次，最多請假2次。

四、正式志工：實習完畢後，經雙方評估後，始成為正式志工。

114年7月1日(二)開始服務。

◎聯絡方式：社工組電話：2858-7000 轉 2145、7170、2146、2147。

◎報名方式：請掃描 QR code 登記報名說明會場次。



捐款人	金額	捐款人	金額	捐款人	金額	捐款人	金額	捐款人	金額
廖 O 女士	2,000	社區衛生組	10,000	俞林 O 子女士	2,000	周 O 娥女士	5,000	義賣	475

國內郵資已付
北投郵局
許可證
北投免字第86號

宗旨 配合國家政策，提供社區最優質的全人健康照護。

願景 全人健康社區典範

短期目標 2025

- 落實分級醫療，實施雲端數位全人醫療健康管理計畫。
- 強化 PAC 特色優質醫療服務。
- 推動全人與全方位智慧社區醫院，提供多元社區服務延緩失能失智。
- 導入智慧照護，提升醫療與長照品質。
- 因應氣候變遷風險，強化醫院韌性，落實 ESG 永續經營及責任。
- 推動無菸、健康及友善就醫環境。
- 持續落實防疫，強化醫院與社區之防疫能力。
- 持續提升員工、病人及社區之健康處能與健康促進活動。

■發行人 / 陳亮恭 ■總編輯 / 林麗華 高念慈 ■編輯委員 / 王柏山 林祐任 蔡文惠 李淑瑋 劉曉君 陳榮碧 王家仁 ■執行編輯 / 吳東盾 ■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 / 社團法人中華民國領航弱勢族群創業暨就業發展協會 印刷

臺北市立關渡醫院
Taipei Municipal Gan-Dau Hospital
—臺北榮總經營—
第 297 期
2025 年 4 月 1 日

關渡人

醫師專長簡介

復健科 吳宛錚 醫師



現職：

• 臺北市立關渡醫院復健科主治醫師

專長：

- 骨骼復健：肌筋膜疼痛、坐骨神經痛、足部疼痛、退化性關節炎、運動傷害、板機指、媽媽手、網球肘、腕隧道症候群、旋轉肌袖肌腱炎及撕裂傷等
- 神經復健：腦中風復健、脊髓損傷復健、腦傷復健等
- 小兒復健

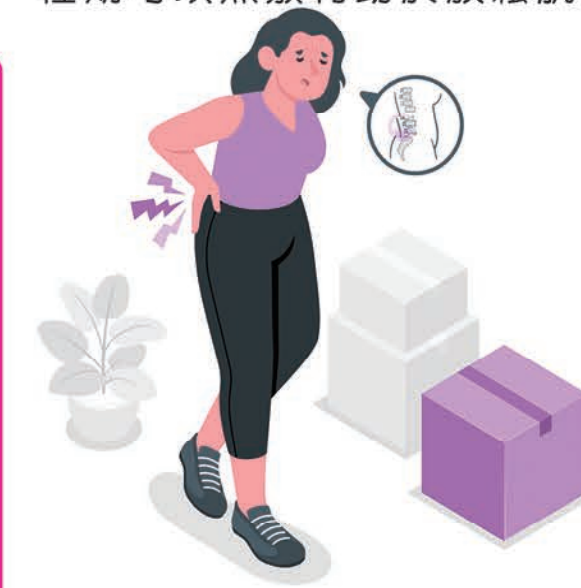
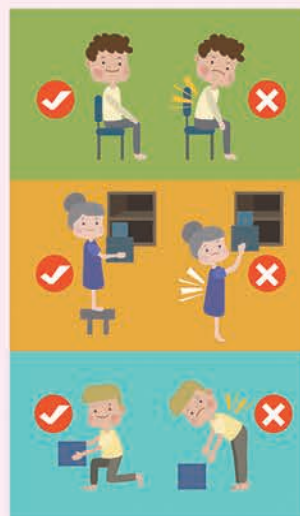
看診時間	星期一	星期二	星期三	星期四
	上午	上午	下午	晚上
科別	復健醫學科			



醫療小知識

疼痛不上身！簡單 5 要點，讓你遠離腦人的梨狀肌症候群

1. 規律運動，以保持肌肉健康。
2. 運動前熱身，運動後拉筋。
3. 正確搬運姿勢：蹲下來抬起東西，將物體靠近身體，保持腰背挺直，利用臀部及腿部的力氣將重物搬起。
4. 保持良好姿勢，不翹二郎腿、不站三七步、不盤腿坐。
5. 需久坐時，務必定期從椅子上站起來行走和伸展。



疼痛嚴重時可服用消炎止痛藥及肌肉鬆弛劑來緩解疼痛。物理治療方面包括深層熱療、電療、雷射以及按摩、伸展及加強梨狀肌的居家運動。如果上述的治療無效，可考慮局部注射，只有極少數患者經保守治療皆無效後才需接受手術治療。



本院全面禁菸 違者最高罰一萬元



臺北市立關渡醫院

－委託臺北榮民總醫院經營－

114 年 4 月 門診時刻表

院址：（112）臺北市北投區知行路 225 巷 12 號

服務電話：（02）2858-7000（總機）

網址：www.gandau.gov.tw

本門診表若有異動，以公告為準，限當月有效

星期			星期一		星期二		星期三		星期四		星期五		星期六
科 別	樓層	分機	上 午	下 午	上 午	下 午	上 午	下 午	上 午	下 午	上 午	下 午	上午
胃腸肝膽科	3 樓		00406 分機 2046 陳志彥 09:10 看診 00407 分機 2045 林崇棋	10406 分機 2046 王聖賢 10407 分機 2045 魏天心	00407 分機 2045 鄭元龍 00406 分機 2046 魏天心	10406 分機 2046 廖偉志 10407 分機 2045 藍耿欣	00406 分機 2046 王聖賢 00407 分機 2045 廖偉志		00406 分機 2046 張景智 00407 分機 2045 鄭元龍 00408 分機 2047 魏天心	10406 分機 2046 蘇建維	00406 分機 2046 王聖賢 00407 分機 2045 鄭元龍 00408 分機 2047 黃惠君	10406 分機 2046 羅景全	00406 分機 2045 盧俊良 09：10 看診 00407 分機 2046 李偉強
胸腔內科	2 樓	2087	01201 張孫貽	11201 林祐任	01201 張孫貽	11201 林祐任	01201 王聖明	11201 高建華	01201 王聖明	11201 高建華	01201 林祐任	11201 陳沛谷 (整月關診)	01201 高建華
心臟高血壓科	2 樓		00306 分機 2088 陳嬰華 11:30 看診		00306 分機 2095 段大全 09:10 看診	10306 分機 2096 常敏之	00306 分機 2096 徐粹烈 00307 分機 2095 段大全 09:10 看診		00306 分機 2095 黃柏勳 00307 分機 2096 段大全 09:10 看診		00306 分機 2095 鄭浩民	10306 分機 2095 許百豐	00306/分機 2095 段大全 4/19 00308/分機 2096 黃金洲 4/19 00310/分機 2090 吳道正 4/19 00307/分機 2095 黃柏勳 4/12、26 00309/分機 2096 呂信邦 4/12、26 01307 分機 2018 吳進安 01308 分機 2017 王碧君 (07:00 看診) 01309 分機 2016 高克瑋 4/19 01310 分機 2047 顏得楨 3樓 09:00 看診
神經內科	5 樓		01308 分機 2017 王柏山 失智特別門診 01307 分機 2018 陳沛儒	11308 分機 2018 陳沛儒 失智特別門診	01309 分機 2018 林柏佐 01307 分機 2017 翁文章	11308 分機 2018 林思穎	01307 分機 2017 王柏山 失智特別門診 01308 分機 2018 林思穎	11308 分機 2017 陳沛儒	01307 分機 2018 陳沛儒 01309 分機 2017 廖乃毅	11308 分機 2017 王柏山 失智特別門診	01307 分機 2017 蘇明勳 01308 分機 2018 林思穎 (失智特別門診)	11307 分機 2018 廖乃毅	
神經外科	5 樓		03501 分機 2016 郭昭宏	13501 分機 2096 張志漳 2 樓									
新陳代謝科	2 樓	2086			00606 黃維人 (僅 4/8) 00607 陳涵栩 / 單週	10606 雷尊翔			00606 雷尊翔		00606 雷尊翔	10606 林亮羽	
風濕免疫科 週六分機 2088						12108 分機 2088 陳明翰 2 樓	02108 分機 2016 劉志偉 5 樓						02108 黃德豐 4/26 02109 陳瑾昇 4/12 02110 孫易暄 4/12、19
腎臟科	2 樓	2088			00705 分機 2092 張益德		00705 張益德			10705 分機 2086 陳聿歆	00705 分機 2096 09:00 李國華 / 雙週 00706 分機 2096 08:30 陳進陽 / 單週	10705 分機 2096 王韋銘	
骨 科	1 樓	2083	07804 邱方遙 07:20 看診	17804 鄭銘輝	07804 黃意超 09:00 看診	17804 林峻正	07804 邱方遙 07:20 看診	17804 馬瑄孝	07804 蔡尚聞	17804 蔣恩榮 14:00 看診	07804 黃東富 09:00 看診	17804 殷震宇	07804 黃東富 09:00/ 雙週 07805 黃意超 09:00/ 單週
一般外科	2 樓	2090			05906 分機 2096 黃其晟 不提供門診手術		05906 周嘉揚			15906 分機 2088 黃炳勳 / 雙週	05906 金光亮 09:10 看診		
直腸外科	2 樓	2090				14401 黃聖捷				14401 楊逸文			
整形美容外科	2 樓	2090		11501 石育仲 14:00 看診	01501 王天祥 / 雙週 09:10 看診 不提供雷射								
泌尿科	2 樓		03904 分機 2090 郭俊逸			13904 分機 2095 郭俊逸 16:00-18:00 看診							03904 分機 2092 郭俊逸
家庭醫學科			05505 分機 2096 周世斌 2 樓 05501 分機 2095 賴劭華 2 樓	15501 分機 2084 蕭學誠 1 樓	05501 分機 2084 張依雯 1 樓 05505 分機 2088 賴劭華 2 樓	15501 分機 2084 賴劭華 1 樓	05501 分機 2096 方瑞雯 2 樓	15505 分機 2088 周世斌 2 樓 13:30-16:00 看診 15501 分機 2096 吳彬源 2 樓	05501 分機 2084 蕭學誠 1 樓	15501 分機 2084 張依雯 1 樓 (青少年保健)	05501 分機 2084 蕭學誠 1 樓 05505 分機 2088 張依雯 2 樓	15505 分機 2088 方瑞雯 2 樓 15501 分機 2017 賴志冠 5 樓 / 單週	05507 分機 2084 陳 健 文 1 樓 4/12、26
皮膚科 (含醫美)	5 樓	2014	00805 李定達	10805 陳志強	00805 張雲亭		00805 何翊芯	10805 張綜顯	00805 陳長齡	10805 何翊芯 / 雙週 10806 李政源 / 單週 14:00 看診	00805 黃沛盈	10805 李定達 14:00 看診	00805 王文正 不含醫美
老人醫學科	1 樓	2083		15701 分機 2095 陳亮宇 2 樓 (整合醫療)			05701 分機 2084 陳健文			15701 分機 2096 曾崧華 2 樓 (整合醫療)		15701 分機 2084 陳健文 兒醫門診 (整合醫療)	
醫美門診	11 樓	8031		分機 2014 陳志強 限當天約診	00808 黃沛盈 09:00 看診 雙週								
耳鼻喉科	2 樓	2092		15201 藍唯倫		15201 秦郁晴		15201 林祐華		15201 廖文輝 14:00 看診			
身心科 早期療育特別門診 (每診限額 3 人)	5 樓	2015	07707 藍彩烜 4/7、21	17707 劉弘仁	07707 劉弘仁	17707 邱嫻寧 14:00 看診		17707 分機 2015 劉弘仁 17708 分機 2016 藍彩烜 兒童發展特別門診	07707 藍彩烜	17707 邱嫻寧	07708 邱嫻寧 09:00 看診 僅 4/25	17708 邱嫻寧本月停診	07707 分機 2015 劉弘仁 4/19 07708 分機 2015 邱嫻寧 4/12、26 07709 分機 2016 藍彩烜 4/12、26
牙 科	2 樓	2101	00908 黃惠華		00908 黃惠華 00909 許明倫				00908 黃惠華 00909 沈子超		00908 黃惠華 00909 沈子超		
婦產科	3 樓	2047		18203 劉希儒		18203 張燕後 整月停診	08203 江齡諭 / 單週 09:30 看診 08204 鄭乃銘 / 雙週 09:00 看診	18203 洪煥程 14:30 看診		10002 婦女整合			
婦女整合門診	3 樓	2045						10002 婦女整合					
眼 科	5 樓	2011	01003 葉則祥	11003 張毓帆	01003 黃渝芸	11003 張毓瑜 / 雙週	01003 許志堅	11003 黃德光 14:00 看診	01003 許粹剛 09:30 看診		01003 郭哲源	11003 游偉光 14:00 看診	01003 黃德光 4/12、19
中醫針灸 / 拿拿藥	11 樓		06004 分機 8181 陳柏勳	16008 分機 8181 陳方佩 14:00 看診	06001 分機 8191 曾元卜	16004 分機 8191 陳國豐	16008 分機 8191 陳方佩 14:00 看診	06001 分機 8191 陳國豐 09:00 看診			06004 分機 8181 陳柏勳	16008 分機 8191 陳方佩 14:00 看診	
中醫內科	11 樓			16001 分機 8191 張清賢 15:30		16004 分機 8181 陳柏勳	06001 分機 8191 陳國豐 09:00 看診	16004 分機 8181 陳柏勳		16001 分機 8191 陳國豐	06001 分機 8191 陳國豐 09:00 看診		
復健醫學科	3 樓	2038	04102 分機 2038 吳宛鐸	14102 分機 2038 賴至柔 14103 分機 2048 吳思嫻	04102 分機 2038 吳宛鐸	14102 分機 2038 楊文東 14:00 看診 14103 分機 2048 吳思嫻 13:00-16:00 看診	04102 高志慈 04103 分機 8031 賴至柔 11 樓	14102 分機 2038 吳宛鐸	04102 賴至柔	14103 分機 2048 高崇蘭 14102 分機 2038 楊文東			04102 賴至柔 4/12、26
一般內科			張孫貽 / 王柏山		張孫貽		王聖明	高建華	王聖明	夜 陳明翰			
安寧門診							陳健文					陳健文	
藥酒癮戒治門診			藍彩烜		劉弘仁							邱嫻寧	
小 兒 科 (疫苗諮詢)	3 樓	2048	06304 吳子聰 09:20 看診		06304 許庭榕 09:20-11:00		06304 楊佳鳳 09:00-10:30 看診	16304 羅玉芳	06304 吳子聰 09:20 看診		06304 林建宏 09:20 看診		06304 賴昭誠 09:45 看診
營養諮詢	11 樓					15601 林恬安			05601 曾姿涵				

夜 間 門 診 18:00 至 20:30 (小兒科 1830 看診)												週六下午	
星期一			星期二			星期三				星期四		星期五	星期六
25505 家醫科 張依雯 1樓 分機 2084	25501 家醫科 方瑞雯 1樓 分機 2083	21201 胸腔科 王聖明 2樓 分機 2087	25505 家醫科 吳彬源 1樓 分機 2084	21201 胸腔內科 張孫貽 2樓 分機 2087	26304 小兒科 黃清峯 3樓 分機 2048	25505 家醫科 賴劭華 1樓 分機 2084	21201 胸腔內科 陳沛谷 2樓 分機 2087 (整月關診)	28203 婦產科 洪煥程 3樓 分機 2047	20306 心臟內科 呂信邦 2樓 分機 2096 18：30 看診	25505 家醫科 黃茂雄 1樓 分機 2084 22108 風濕免疫 陳明聰 2樓 分機 2088	21201 胸腔內科 林祐任 2樓 分機 2087 27707 身心科 藍彩烜 5樓 分機 2015	25505 家醫科 蕭學誠 1樓 分機 2084 20306 心臟內科 張琰詠 2樓 分機 2095	
20306 心臟內科 黃金洲 2樓 分機 2096	20705 腎臟科 張益德 2樓 分機 20888	20406 一般內科 (胃腸) 廖偉志 3樓 分機 2045	21501 整形外科 廖文傑 2樓 分機 2090 19:30 看診	20306 心臟內科 吳承學 2樓 分機 2096	27707 身心科 邱嫻寧 5樓 分機 2015 18：30 看診	20406 胃腸科 林崇祺 3樓 分機 2046 18:30 看診	20805 皮膚科 王文正 5樓 分機 2014 不含醫美	21307 神經內科 單定一 5樓 分機 2017 18：30 看診	21003 眼科 張晉瑜 5樓 分機 2011 18：30 看診 僅 4/16	21501/單週 廖文傑 (19:30) 21502/雙週 陳梅君 (18:30) 20306 單週 心臟高血壓 黃柏勳 2樓 分機 2095 1830-2000 看診	26304 小兒科 黃清峯 3樓 分機 2048 20306 單週 心臟高血壓 黃柏勳 2樓 分機 2095 1830-2000 看診	26304 小兒科 黃清峯 3樓 分機 2048 21503 雙週 醫美門診 蕭福尹 11樓 分機 8031 19:00 看診 (整月關診)	
24102 復健科 楊文東 3樓 分機 2038 18:30 看診	26304 小兒科 洪妙秋 3樓 分機 2048		21307 神經內科 王柏山 5樓 分機 2017	28203 婦產科 葉長青 3樓 分機 2047 19：30 看診					21503 醫美門診 陳梅君 / 單週 11樓 分機 8031	24102 復健科 吳宛鐸 3樓 分機 2038 18:30 看診	21501 整形外科 邱宇任 2樓 分機 2090		

就醫注意事項									
一、掛號及批價請出示健保卡、身份證、藥民證 (有職、無職) 及殘障手冊等相關證件，核驗後發還。									
二、網路初診及現場初診者請先至服務台填寫初診單									
三、醫師休診或臨時代診，於診間及本院網站公告									
四、原時段看診醫師由另一醫師看診 (代診) 時，本院則另行通知該診次之就醫民眾！									
五、若無法於當日就醫者，請於前一日自行改期或取消掛號。									
六、退費須知：請於就診當日起 10 日內 (不含例假日)，持 1. 健保卡 2. 本院收據 3. 身分證 (兒童請帶戶口名簿) 至批價櫃檯辦理退費。									
七、本院配合健保政策設有整合醫療照護門診，提供多重慢性病人適切、效率、良好品質之醫療服務。									
八、本院提供婦女整合門診，包含婦產科、身心科、整形外科及針灸科，由護理師初步評估，轉介適當科別。									
九、減重諮詢專線 (02)2858-7165。									
十、中醫門診掛號，僅限預約 1 次									
十一、戒菸門診專線：分機 2084									
十二、牙科僅提供電話預約掛號，(初複診皆可) 不提供現場掛號。									
十三、如遇天然災害人事行政局公告停止上班上課，本院開診資訊請參考官網最新消息。									

日	一	二	三	四	五	六
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

醫師休診公告

醫 師	日 期
張 孫 貽	4/1
陳國豐	4/1、2
吳宛鐸	4/1、2
張燕後	4/1-8/5
吳彬源	4/1-4/8
郭俊逸	4/1、4/21-4/29
常敏之	4/1
翁文章	4/1
邱方遙	4/2
陳方佩	4/2、21、23、25
徐粹烈	4/2、23、30
許志堅	4/2
劉弘仁	4/2
陳沛谷	4/2-10/31
張晉瑜	4/2
張毓帆	4/7
魏天心	4/7、14、21、28
雷尊翔	4/8、10(夜診)、29
黃其晟	4/8
周世斌	4/9、14、23
蔣恩榮	4/10
蕭福尹	4/11、25
邱嫻寧	4/11、4/17、18
陳亮宇	4/14
張益德	4/14、21、28
羅玉芳	4/16、23
陳沛儒	4/21-4/24
林思穎	4/22
葉長青	4/22
高念慈	4/23
陳明翰	4/24
黃炳勳	4/24
陳梅君	4/24
李國華	4/25
林亮宇	4/25
邱宇任	4/25
顏得楨	4/26
郭昭宏	4/28
陳涵栩	4/29
4/3-4/5 全院門診停診	

如有異動，以網路或診間告示為主

門診報到時間 (含兒童預防保健)

- 上午 08：30-11：00
- 下午 13：30-16：00
- 夜間 18：00-20：00

p.s. 部分看診時間異動請依門診表公告。

門診看診時間

- 上午 08：30-11：30
- 下午 13：30-16：30
- 夜間 18：00-20：30

p.s. 部分看診時間異動請依門診表公告。

人工 (預約 / 現場) 掛號

02-28581155 (限預約 30 日)

- 週一至週五上午 08：00－夜間 20：20
- 週六上午 08：00－下午 16：20

語音掛號