

亞東

院訊



我們的精神
誠 勤 樸 慎 創新

我們的理念

宗旨：持續提升醫療品質

善盡社會醫療責任

願景：成為民衆首選的

醫學中心

2014年4月號 | 第173期
ISSN 2310-9696



愛心、耐心、信心、安心、開心 五心保護兒童

亞東醫院兒童病房

■院長的話

重視國家未來主人翁

■醫學專欄

打造健康防護罩『提升孩子免疫力』

腸病毒不要來『預防腸病毒』大家一起來洗手

避免『小朋友常見意外』

我跟別人不一樣 談『兒童性早熟』

您不可不知的『兒童虐待』

為什麼他總是不懂我的心

淺談『亞斯伯格症(自閉症群疾患)』

■旅遊衛教

旅遊『醫學門診』

『旅遊、遊學』要打那些疫苗呢？

■藥師說藥

『小兒用藥』常見Q&A

■醫療園地

『心臟震波』 現生機



手機掃描
亞東院訊
QR Code



重視國家未來主人翁



朱樹勳 院長

亞東醫院自創院以來，即成立內、外、婦、兒等醫療部門，戮力為大板橋地區的兒童健康照護貢獻心力。為了使大板橋地區的兒童能夠得到24小時全天候的高品質醫療照護，醫療團隊投入大量的人力及物力來建構兒童急重症照護人力。個人很高興這些努力能獲得衛生福利部的肯定，使本院於去年再次通過兒童急重症醫療重度責任醫院及醫學中心的評鑑。

兒童是國家未來的主人翁，近年來隨著經濟環境改善，公共衛生以及醫療科技的進步，兒童健康照護不能只停留在傳統「治病」的角色而已，而是必須朝著疾病的預防與提升品質的方向來思考。根據「國際兒童人權宣言」，兒童必須受到特別的保護，以獲得身體上、知能上、道德上、精神上以及社會上的成長機會。嬰幼兒0到6歲是發育成長的關鍵，特別是在兩歲以前，身高幾乎是成年人的一半，甚至腦部的重量發育也已達成人的80%，確保每個兒童從母親妊娠期到第二個生日這關鍵重要的1,000天內得到足夠的營養，不只可以對一個孩子的成長、學習和擺脫貧困能力產生深遠的影響，更可塑造一個社會的長期健康，穩定和繁榮。兒科醫師是孩子們的守護天使，藉由幫幼兒定期健康檢查，生長發育的評估與施打疫苗等，進行整合把關。畢竟「上醫醫於未病」，防

範疾病於未然極為重要！

至於提升品質方面，我們治療生病的兒童，要以病童為中心來思考，創造一個兒童友善醫療環境。因此，在本院新院區擴建工程，會增加兒童一般病床及加護病房床位數，以期能縮短等待住院的時間。同時也擴充兒科門診診間數目，並且改建兒童急診診區，藉由充實及提升硬體的設備，創造更優質的工作環境給兒童醫療團隊的同仁們。除了硬體之外，也推出「柚子超人」(配合醫療處置集點活動)、「我針的很勇敢」等品管活動來舒緩病童住院時的焦慮及無法配合治療的問題，這些活動結果證明能有效的降低病童的焦慮，也提升家長的滿意度，更促進醫病關係的和諧。

我們深知所謂「五大皆空」：內、外、婦、兒、急診等醫療人力的缺乏及經營困境，我們仍然持續擴充兒童醫療資源，顯示亞東醫院重視國家未來主人翁的用心。也正是亞東醫院承諾「善盡社會醫療責任」的具體體現。衷心期望值此「少子化」的時刻，本院從事兒童醫療同仁能和家長一齊用心來呵護國家幼苗的健康，讓大板橋地區的兒童都能平安、順利的成長及茁壯。也呼籲家長應給予孩子們「優質陪伴」，多一點擁抱、讚美、傾聽，讓「愛」住在每個家庭。孩子們真正需要的不是「電子保母」，而是在家長們「優質陪伴」中快樂的長大！



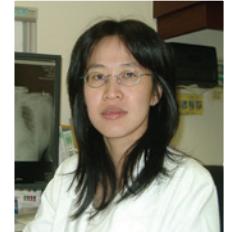
目錄 CONTENTS

173期 · Apr. 2014

院長的話	封面裡 重視國家未來主人翁 朱樹勳院長
旅遊衛教	2 旅遊『醫學門診』 家庭醫學科 / 許秀卿醫師
	4 『旅遊、遊學』 要打那些疫苗呢？ 家庭醫學科 / 古君揚醫師
醫學專欄	6 打造健康防護罩 『提升孩子免疫力』 小兒部過敏免疫科 / 陳家駿醫師
	8 腸病毒不要來 『預防腸病毒』 大家一起來洗手 小兒部感染科 / 高凱亮醫師
	11 我跟別人不一樣 談『兒童性早熟』 小兒部遺傳科 / 高銓宏醫師
	12 避免『小朋友常見意外』 小兒部 / 尤嘉宏醫師
	14 您不可不知的 『兒童虐待』 小兒部 / 林佳麗護理師、葉樹人主任
	16 為什麼他總是不懂我的心 淺談『亞斯伯格症(自閉症群疾患)』 精神科兒童心智 / 林育如醫師
藥師說藥	18 『小兒用藥』 常見Q&A 藥劑部 / 謝欣哲藥師
醫療園地	20 『心臟震波』 現生機 心臟血管內科 / 林恆旭醫師
預防保健專欄	22 認識『子宮頸抹片』 家庭醫學科 / 古君揚醫師
醫品暨病安專欄	24 狂賀榮獲2013年『國家生技醫療品質獎』 品質管理中心 / 陳韻靜組長
社區園地	26 叫-叫『C-A-B-D』 社區健康發展中心 / 李采璘
衛教課程	28 衛教講座課程
活動看板	29 婦產科團體衛教 社區健康講座 社區四癌篩檢 更年期支持團體 CPR+AED急救訓練班 癌友資源中心(向陽屋)活動 社區保健諮詢服務



旅遊『醫學門診』



家庭醫學科 許秀卿醫師

隨著經濟起飛以及全球化的熱潮，國外旅遊的機會越來越高，無論是觀光、工作、遊學或是留學、探訪親友、朝聖等等。想要快快樂樂的出門，平平安安的回家，旅行中的健康風險不可不知道，因此在出國前最好能對可能的健康問題預作評估與預防，更能對自己的安全多一層保障。有鑑於此，疾病管制署與各醫院簽約開設國際旅遊門診，也因為民眾需求的增加，疾管署規畫最快今年3月中旬，全台旅醫門診將從目前12家醫院擴增至23家，因為新北市過去並沒有旅遊醫學門診，對於有特殊疫苗及藥物需求常常需要轉介至他院，造成民眾不便，本院為了就近服務民眾積極爭取與疾管署合作開設新北市第一家旅遊醫學門診。

旅遊醫學門診提供的服務

■出發前的評估

旅遊地區和行程安排的風險評估：每個國

家的地理環境、氣候變化、衛生狀況、流行疾病都不相同，我們會依據疾病管制署、世界衛生組織和美國疾病控制中心每週更新的資料，提供旅遊者最新資訊和疾病的預防方法，不同的目的地，活動內容及旅遊時間可能都有不同注意事項。

■個人身體的評估

包括相關的醫療病史(例如：過去疫苗接種史、過敏史與慢性病等)、體能是否合適旅遊所安排的活動與旅遊地點或有無旅遊禁忌症等。特殊族群的需要評估，包括：老年人、嬰幼兒與兒童、懷孕婦女、慢性病患者(例如：糖尿病、慢性呼吸道阻塞性肺病與心血管疾病等)、肢體障礙者、免疫功能不全者(例如：愛滋病)等都有不同的注意事項。

■疾病的預防

提供旅行者良好的衛生教育(見下表)，並建

4F、4S危險準則

Food 食物	煮熟、烹調、剝皮後再食用，否則，避免食用	Safe Cars 行車安全	繫安全帶，避免開夜車
Fluid 飲水	勿飲生水，足夠的水分補充	Swimming 游泳	注意水域安全，不酒後戲水
Flis 蚊蟲	完善的防蚊措施	Sun 曬曬	預防曬傷
Flirts 調情	安全的性行為	Stress 壓力	休息，避免過度旅遊



建議適當的預防接種作為疾病的預防。旅行前最好在出發日前4-8週就能先找醫師諮詢，因為有些疫苗接種後需要一段時間來產生較好的保護力，或是數種活性菌疫苗若未能同時接種則須間隔一個月等原因。

■ 旅遊所需常備用藥諮詢

可以準備一個醫療包，包含可以應付常見疾病的藥品與基本醫療用品、簡單的急救用具，和其他個人化需求，以減輕旅途中發生的不適症狀。

■ 出國留學及工作健康檢查與報告

若為出國留學進修前健檢，請務必需攜帶先前的疫苗注射證明(如：幼兒注射黃卡等)，以便評估須追加接種的疫苗，及報告填寫。

旅遊後追蹤

返國後疾病評估、治療及追蹤，因為許多

疾病有潛伏期，感染後可能長至數月、半年才發病，因此回國後有不明原因發燒、腹瀉或其它不適，建議門診追蹤檢查，並主動告知醫師旅遊地區、接觸史、病程及同行者有無類似狀況及經過情形以供診治之參考。

聰明的旅行者在旅行前會儘可能蒐集旅遊相關的資訊，做好健康評估及自行評估旅行風險後，若自行評估旅行風險後，希望能獲得下列協助時：旅行目的地傳染病風險專業評估；疫苗接種與證明；瘧疾預防用藥或其他常備藥物；自我防護健康衛教資訊；帶處方藥物或尖銳醫療器材（如糖尿病胰島素注射針等）之醫療證明文件及個人慢性疾病旅遊風險評估與諮詢等，可至旅遊醫學門診尋找專業醫師協助。



『旅遊、遊學』 要打那些疫苗呢？



家庭醫學科 古君揚醫師

隨著地球村形成、生活水平的提高，愈來愈多人有出國的安排，旅行地點與行程也愈來愈多樣化。其中，不乏前往非洲、中南美洲等傳染病風險較高的國家。另外，每到寒暑假，出國留學的學子為數不少，多半是前往先進國家，如英、美、日等；這些國家對疫苗接種的要求尤其嚴格。疫苗接種是旅遊醫學重要的一環，在各種預防措施中來說，最有實際效力。疫苗接種有雙重意義，除了保護旅行者不受當地傳染病感染，也是各國的重要防疫措施，保護當地不受來自疫區的病原入侵。

出國前多久要來打疫苗？

建議民眾，出國前4-8星期來旅遊醫學門診是最好的。為什麼呢？因為疫苗接種後，需要一段時間才能產生足夠的保護力，而有些疫苗需要一系列的接種，也就是要打兩三針。另外，有些疫苗不適合同時接種，若需要間隔，一般建議是間隔至少一個月。

要打什麼疫苗？

就醫時，要清楚自己旅遊的地點（包括：行程中每一個入出境國家、停留地區、是否前往郊區）、旅遊型態（自助、商務、前往朝聖、或是醫療相關）、旅遊活動（如接觸動物）。另外，也要準備自己過去的接種紀錄，特別是出國求學的學生，因為停留較長時間，並有住宿需求，疫苗要求往往嚴格。需依照學校規定完成疫苗接種或出示證明（各州各校要求不盡相同）。如果資料不全，到了國外被要求補接種，所費不貲。如果過去的預防接種卡遺失，可至衛生所

申請補發。

旅行前的預防接種分成三大類

■例行性疫苗(Routine vaccination)

是依照我國例行性疫苗接種計畫（詳見各種疫苗接種時程表），不管要不要出國都應該要施打。台灣的例行性疫苗相當完備，這些傳染病在台灣已獲得有效控制，或者很少出現，僅有零星個案。但在世界上仍有許多地方有流行疫情，對於未按時接種的旅客，風險會更大。所以出國前，應確認例行性疫苗依照建議完成注射，未完成的部份，應該補注射。

■建議性疫苗(Recommended vaccination)

或選擇性疫苗(Selective vaccination)

例行性疫苗以外，依照旅行者年紀、健康狀況、旅遊地點及行程，進一步建議施打的疫苗。通常與欲前往國家當地的衛生條件、流行病、疫情有關。包括：A型肝炎疫苗、狂犬病疫苗、傷寒疫苗、霍亂疫苗。若不知是否須施打，可上疾管署網站參考當地疫情資訊，並且與醫師討論。

■必須性疫苗(Required vaccination)或強制性疫苗(Mandatory vaccination)

- ◆黃熱病：目前世界衛生組織(WHO)實際規定的必須接種疫苗只有黃熱病一項。（過去曾有天花、霍亂。天花因全球已根絕，無須再接種。霍亂則因疫苗保護力差、副作用大、且可經飲食習慣避免感染，因此目前並不建議）。黃熱病致死率高，但疫苗安全性高、副作用少、保護效力長。黃熱病

各種疫苗接種時程表

例行性疫苗	B型肝炎 (HepB)	三劑	出生24小時內、1個月、6個月
	卡介苗 (BCG)	一劑	出生24小時後
	五合一 (白喉、破傷風、非細胞性百日咳、b型嗜血桿菌、不活化小兒麻痺) (DTaP-Hib-IPV)	四劑	滿2個月、4個月、6個月、18個月
	水痘 (Varicella)	一劑	滿12個月
	麻疹德國麻疹腮腺炎 (MMR)	二劑	滿12-15個月、滿5歲國小入學前
	日本腦炎 (JE)	四劑	滿15個月(兩劑間隔一個月)、27個月、滿5歲國小入學前
	流感疫苗 (Influenza)	每年一劑	滿六個月(初次兩劑)至國小入學前
	減量破傷風、白喉、非細胞百日咳及不活化小兒麻痺混合疫苗 (Tdap-IPV)	一劑	滿5歲國小入學前 (19歲以上可考慮每十年追加一劑Td/Tdap)
選擇性疫苗	A型肝炎疫苗 (HepA)	二劑	大於一歲，欲前往A肝流行國家，建議接種。兩劑間隔六個月。
	狂犬病疫苗 (Rabies)	暴露後五劑	前往流行區者，建議暴露後接種。僅高危險工作者建議暴露前接種。
	霍亂疫苗 (Cholera)	口服兩劑 (六歲以上)	霍亂可經由飲食習慣避免傳染。疫苗僅在醫療資源缺乏的疫區停留較長時間考慮接種。
必疫須苗性	黃熱病疫苗 (Yellow fever)	一劑	除依WHO及各國規定強制接種外；欲前往具感染風險區，也建議接種。
	流行性腦脊髓膜炎疫苗 (Meningococcal vaccine)	一劑	

流行疫區，多在撒哈拉以南之非洲國家、熱帶南美洲國家(註：考量對觀光旅遊之衝擊，WHO現稱「疫區」為「具感染風險的地區」)。若至上述國家旅遊，有些國家會要求旅客出示黃熱病疫苗接種證明書；很多國家也要求來自黃熱病流行地區者，須出示黃熱病疫苗接種證明書。依國際衛生條例，黃熱病疫苗接種必須使用WHO批准的疫苗，且須由國家衛生行政機關指定的接種中心實施(在台灣，是有與疾管署簽約開設旅遊醫學門診的醫院)，才可獲得有效的國際預防注射證明書，時效自接種後十天起算十年。(接種十天後才有足夠保護力，效果十年)。

◆流行性腦脊髓膜炎：民眾前往沙烏地阿拉伯朝聖，必須接種流行性腦脊髓膜炎。流行性腦脊髓膜炎也流行於中非一帶，前往當地旅遊，亦建議接種疫苗。通常入境十

天前接種一劑，會有三年的保護效力。

如何查詢疫苗建議資訊？

上衛生福利部疾病管制署網頁<http://www.cdc.gov.tw>

- **查詢例行性疫苗：**「預防接種」->「預防接種專區」->「預防接種重點時程」->「我國現行預防接種時程」及「成人預防接種建議時程」。
- **查詢當地疫情、建議性疫苗及必須性疫苗：**「出入境健康管理」->從世界地圖中點選前往之國家->查看「即時疫情」、「旅遊前的準備」(包括疫苗建議)。
- **查詢黃熱病、流行性腦脊髓膜炎流行地區與接種建議：**「出入境健康管理」->「國際旅遊資訊」->「國際預防接種及藥物」->「國際預防接種疫苗」-> 查看「黃熱病疫苗」、「流行性腦脊髓膜炎疫苗」流行地圖及接種建議。



打造健康防護罩 『提升孩子免疫力』



小兒部過敏免疫科 陳家駿醫師

許多家長覺得，孩子好像一年到頭都在感冒、發燒，每個月要看好幾次醫生，做父母的不免會憂心忡忡：「這孩子是不是抵抗力太差或免疫力太弱？」

不知道大家記不記得一部電影叫「世界大戰」，面對外星人的入侵，我們節節敗退，但最後打敗他們的不是強大的軍隊而是不乾淨的水中藏匿的病菌！基本上，人類對抗外來的病原體，就像是「星際大戰」一樣，永無止息。人類必須像「哈利波特」般擁有魔法，不管致病菌如何多變，我們得靠多樣的武器包括完整皮膚、黏膜、胃酸、腸內的益菌以及吞噬細胞做第一線的防禦。而接下來就需要一些更專一性但費時才能產生的抗體及淋巴球等接續作戰，靠著完整的免疫力防線，才能連戰皆捷，才不至於面臨重病或死亡。在小兒科門診，時常見到家長帶著反覆感冒、拉肚子、發燒的小孩前來，擔心這些小孩是不是在體內缺少像『神偷奶爸』中的小小兵用來抵禦外敵？但是在診斷「先天性免疫不全」之前，有幾個常見問題需排除掉，

第一：嬰兒出生後，來自母親的抗體會逐漸減少，而自我產生的免疫功能有些要四到六歲才會逐漸成熟。因此從出生六個月後到就讀國小這段時間，是最容易感染的時期，特別是

家中如有較多在就學的兄弟姐妹，有時俗稱叫做「新生症候群」。因為免疫是需要訓練才會有一些記憶的，開始進入幼兒園時，特別容易被感染，有時次數一年可達十次之多，如同幼獅要長成強壯的「獅子王」，都是必經過程，並不需特別緊張。

第二：有一些孩童因久咳不癒，令家長覺得孩子經常感冒，但究竟是感冒與感冒接在一起，或者並非感冒而是因過敏疾病所引起。如果是過敏疾病，沒有進行診斷、治療與保養，類似感冒的咳嗽或鼻涕則可能拖了數週或一個月才好。所以包括鼻子過敏、鼻水倒流、氣管過敏或是黴漿菌感染都要納入鑑別診斷。

那何時需真正懷疑「先天免疫不全症」呢？

這是身體的免疫系統發生缺失，導致使免疫力降低的疾病。它的成因很複雜，當小孩出現以下的情形時，我們才會考慮：

- 反覆性感染：小孩曾出現兩次以上敗血症、腦膜炎或骨髓炎等嚴重全身感染或一年之內出現三次或三次以上嚴重的呼吸道或局部感染，包括：肺炎、蜂窩性組織炎等。
- 嚴重的感染：在平常小孩造成更久或更嚴重的感染症狀。
- 少見的感染部位：如肝臟、腦部出現膿瘍

等。

■罕見的病原菌。

■其它如發育不良、慢性腹瀉或是家族有免疫不全遺傳史等都需要考慮。

至於如何避免嬰幼兒常生病呢？有些家長以為，讓嬰幼兒多吃補品、補藥、健康食品或維生素等，可以增加抵抗力。其實寶寶抵抗力雖然與先天的體質有關，更受到後天照顧的影響，如果家長能掌握到一些增強抵抗力的方法，那麼就可以為寶寶的健康把關喔。以下分享10種增強抵抗力的方法！

提升免疫力的十大撇步！

■從小餵母乳：最好4-6個月。母乳所含的營養不論對於疾病或過敏體質的預防，都有幫助。所以不要對母乳餵養輕言放棄！

■均衡飲食：每天讓孩子均衡攝取五蔬果，因為蔬果含有豐富維生素B、礦物質、膳食纖維等，盡量不要給寶寶吃油炸、燻烤、太甜、太鹹的食物。

■多喝開水：多喝水可以保持黏膜濕潤，成為抵擋細菌的重要防線。

■攝取優質蛋白質：可以從奶、蛋、豆腐來攝取，具高營養價值。儘可能少吃經過加工的罐頭，或經過油、鹽、色素、調味料等烹調。

■少吃甜食及高油、高熱量食物：像市售的飲料、可樂、乳酸飲料等糖分過高、高油、高糖等食物易影響免疫細統，也不容易讓您的小孩變成胖胖的「腹愁者聯盟」！

■良好衛生習慣但不需要過度殺菌潔：做好基本的衛生清潔，像多洗手等感染控制，但不要過度使用含有抗菌的清潔用品。

■曬太陽以增加維生素D：有研究發現維生素D

具有調節免疫系統的效果。因此，建議每天至少曬10-15分鐘的太陽，但要避開紫外線指數強的時段。

■運動、鍛練和多接觸大自然：運動和鍛鍊是增強寶寶免疫力的一個良好途徑，且活動身體還可以加快體內循環，增強他們的胃口，並有助於他們休息。

■足夠的睡眠：足夠的睡眠，無論對於人體的抵抗力會有幫助。醫學報告顯示，睡眠不足容易造成T細胞的功能會下降。

■定期健康檢查與按時接種疫苗：疾病重在預防，所以依寶寶健康手冊規定回診做健康檢查與預防接種是重要的。如肺炎鏈球菌，若不慎遭到感染，必須使用抗生素去治療，又可能引發重症。

如果您的寶寶也有經常生病的困擾，請用耐心和毅力，在日常生活保健中，

養成好習慣。孩子會成長，

免疫力改善的空間很大，

父母親只要觀念正確，持之以恆，不妨寬心，期待

您孩子的成長與茁壯，

總有一天他們會成為

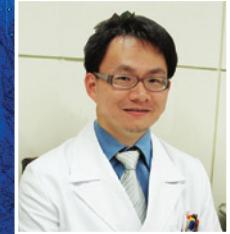
像「功夫熊貓」般的
武林高手的！





腸病毒不要來 『預防腸病毒』 大家一起来洗手

小兒部感染科 高凱亮醫師



隨著天氣的回暖，又到了每年腸病毒感染高峰的夏季，雖然腸病毒通常在夏季、初秋流行，但因台灣氣候溫暖，四季如春，所以一年四季均會有案例發生。腸病毒不只能感染兒童，對成人亦可造成症狀，而對年幼的兒童或新生兒更易造成嚴重結果。在家庭當中，腸病毒有很高的傳染率，尤其是人群密集的地區，較容易發生傳染的現象，要如何預防腸病毒呢？得到腸病毒要怎麼辦？

先簡單介紹一下腸病毒，腸病毒其實是一個大家族，其實是67種病毒型的通稱(仍在增加中)，其中包括有：

- 小兒麻痺病毒：3型。
- 克沙奇病毒：23種A型、6種B型病毒。
- 伊科病毒：31種。
- 腸病毒：68-71四種。

當中以腸病毒71型最容易引起神經系統的併發症，其重症致死率約在3.8%至25.7%之間。

腸病毒的傳染途徑

腸病毒是經由接觸、飛沫或吃進被腸病毒污染的食物而傳染，玩具常常成為幼兒間傳染的媒介，尤其是帶毛的玩具，由於清洗和消毒不易，更容易帶有大量的腸病毒而傳染給其他幼兒。潛伏期通常是三到五天。傳染力其實開始於發病的前幾天，在病童的喉嚨與糞便都有

會有病毒的存在，尤其腸道中的病毒排出時間更可以持續數週之久。一般而言，在腸病毒發病後的一週內傳染力最高。

腸病毒的症狀

- 大多數感染者，尤其是成人，並沒有臨床症狀或臨床症狀極為輕微，過了幾天之後就會自然痊癒，但卻會傳染給其他幼兒。
- 手口足症，為口腔、手掌、腳掌出現水泡、潰瘍，可能合併發燒，病程為七至十天。極少數個案，特別可能發生無菌性腦膜炎、腦炎、心肌炎、心包膜炎、麻痺等併發症。
- 泡疹性咽峽炎，則是口、腔、舌頭、上顎、咽頭等出現潰瘍、水泡，會有食慾不振、發燒等症狀。病程為四至六天。
- 無菌性腦膜炎，為發燒、嘔吐、噁心、頭痛等，症狀治療後，大多自行痊癒。
- 嬰兒發燒及皮疹，高燒後出全身皮疹，與玫瑰疹類似。
- 急性肌肉炎，小腿肌肉酸痛，一般三至五天可恢復。
- 急性肢體癱瘓症，現在的野生之小兒麻痺病毒已經根除，其它腸病毒或疫苗偶會引起類似小兒麻痺之症狀。
- 腸病毒重症，常常是腸病毒71型造成，但其它型仍會出現重症。大部份都會有手足口



病，手腳會有疹子，若病患為五歲以下幼童，應該要提高警覺，特別是出現不尋常的嗜睡、肌躍型抽搐(類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作)與持續嘔吐等，都必須馬上就醫。

其它腸病毒所引起之病症千變萬化，幾乎身體每一個部份都會被影響。小至一般感冒、腹痛、氣管炎等，大至腦炎、敗血症等都可見。

腸病毒的診斷

必須靠有經驗的醫師依臨床癥候診斷，採病患之分泌物及抽血清，送至實驗室做病毒分離及抗體檢查才能真正確定診斷。可是傳統實驗室方法，有時間上的限制，通常對單獨之病患幫忙不大，僅有流行病學的意義。

腸病毒的處理(什麼情況該立刻送往大醫院就醫呢？)

目前還未有安全有效的抗病毒製劑上市。照顧病患的原則為多喝水多休息，確病之第一週內是轉為重症之危險期，若孩童為五歲以下，更要特別注意有以下症狀，應立刻送往大醫院就醫，如：嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力、無法吞嚥、喝水會嗆到、持續嘔吐未改善、抽搐、厲害咳嗽、心跳很快、臉色蒼白、呼吸急促或困難。

如何避免腸病毒感染

目前腸病毒中，除了小兒麻痺病毒以外，還沒有衛生署核准可上市的疫苗可以預防，雖然含酒精的清潔劑或肥皂水無法殺死腸病毒，但洗手卻能減少腸病毒量和降低腸病毒存活於手上的時間，所以勤於正確洗手、保持良好個人衛生習慣，減少被傳染的機會是預防腸病毒的基本方法。

- 時時注意個人衛生，經常正確洗手。正確的洗手方法如下：在水龍頭下把手淋濕，擦上肥皂或洗手液，兩手心互相磨擦，兩手揉搓自手背至手指，兩手揉搓手掌及手背，作拉手姿勢以擦洗指尖，用清水將雙手洗淨，關水前先捧水將水龍頭沖洗乾淨，用乾淨的紙巾或乾淨的烘手機將手烘乾。
- 流行期間儘量避免出入公共場所，不避免和他人接觸，更不要跟疑似病患（家人或同學）接觸。
- 注意環境衛生及通風，不免在人潮擁擠的場所。
- 確病之學童，宜請假暫勿上課，接受治療並好好休息，同時也可避免傳染其他學童。
- 增強個人之免疫力，請注意營養、均衡飲食及運動。
- 環境消毒僅能使用漂白水才能有效分解病毒結構達到消毒效果。

該如何正確消毒？

環境全面消毒重點為地板擦拭(尤其學童平日活動或玩耍處)、玩具泡消、桌椅擦拭(尤其餐桌)、餐盤泡消、廁所內馬桶蓋擦拭、沖水器擦拭、洗手水龍頭擦拭、棉被清洗並曝曬、擦手或洗臉毛巾泡消後曝曬。

建議使用濃度為500ppm漂白水，配置方法如下：市售家庭用漂白水濃度一般在5至

洗手步驟

6%，以喝湯用的湯匙舀5湯匙共約80-100cc，加入10公升的自來水中（大瓶寶特瓶每瓶1,250cc，8瓶等於10公升），攪拌均勻，且於24小時內使用。如遭病童口鼻分泌物或排泄物污染之物品或表面，建議使用1000ppm漂白水擦拭（取20cc市售家庭用漂白水加入1公升之自來水）。若玩具材質特殊無法泡消，皆使用日光曝曬法消毒(需曝曬超過6小時)。

雖然腸病毒目前並沒有特效藥，只能採取支持療法（如：退燒），但絕大多數患者會在發病後7到10天內自行痊癒，腸病毒傳染力雖然很強，但透過以上簡單的衛生保健動作仍可達到降低感染的機會。

（本文主要資料來源：衛生署疾病管制局 www.cdc.gov.tw）



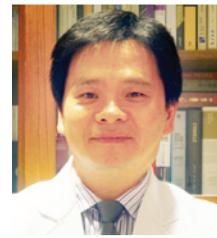
—洗手乳、消毒劑、酒精乾式洗手液容器—應清洗、晾乾後再填裝—

感染管制中心 ~ 關心您 ~

資料來源:世界衛生組織



洗手五步驟，洗手宣導海報比賽圖



我跟別人不一樣 談『兒童性早熟』

小兒部遺傳科 高銓宏醫師

近年來根據國外家專統計，性早熟的兒童有增加趨勢，在台灣根據小兒科醫師臨床發現也有相同趨勢。性早熟兒童，剛開始身高可能比一般孩童高，原因是其體內性荷爾蒙的增加，導致骨齡加速進展，但是生長板卻因此提早癒合，使得病童常在兒童時期就達生長高峰，甚至在10歲前身高發展就開始延遲、停滯。以東方人而言，性早熟的女孩成年後身高不易超過150公分，男孩身高不易超過160公分。

無論男女，性早熟可區分為以下內容定義

- 一般指女孩在8歲前，男孩在9歲前出現性徵。這些孩童由於青春期提早到來，性荷爾蒙開始大量分泌，男孩可能有睪丸、陰莖變大、聲音變粗等現象。女孩可能在學齡前出現胸部隆起、出現陰毛，甚至初經來潮等性徵。性早熟無論男女都同時伴隨有身高增加快速情形。
- 中樞性性早熟：是指腦下垂體因某些原因開始分泌，例如：腦下垂體腫瘤，促使性腺激素變得異常亢進，造成性徵提早出現。
- 周邊性性早熟：是指睪丸、卵巢的分泌出現問題，例如：先天性腎上腺增生、卵巢腫

瘤、睪丸腫瘤等，而使得性荷爾蒙大量分泌，造成性徵提早出現。

造成兒童性早熟的原因，除了上述的原因外，尚有許多原因仍未知，若病童經過檢查屬於特發性的中樞性性早熟，也就是不明原因造成的，則可使用性腺激素釋放激素促進劑來治療 (GnRHa)。此藥物對中樞性早熟症患者，能使女孩的女性激素血中濃度及男孩的男性激素血中濃度恢復至青春期前正常濃度，如此一來，可抑制或減緩過早出現的第二性徵。最重要的可減緩骨齡進行，避免生長板提早癒合，有效降低年成長率，經治療一段時間後，可改善患者成年後的身高。針對周邊性性早熟的治療，若為腫瘤引起，只要切除腫瘤即可改善，如合併中樞性性早熟，也須要使用促性腺激素釋放激素促進劑來治療，以提昇成人身高。

早熟的特徵讓孩童必須以青少年的外表，稚的心靈去面對外界事物，外觀的改變容易引起同年齡孩子的嘲笑，影響病童心理的健全發展。更重要的是，性早熟的背後可能藏著一個病理性的原因，影響孩童的健康甚鉅，因此若孩童出現性早熟的特徵，務必請小兒科醫師仔細評估。



避免『小朋友常見意外』



小兒部 尤嘉宏醫師

「預防」就是最好的治療

根據統計及臨床經驗，大多數的小兒意外傷害最常發生在家裡，如果我們要避免這些常見的小兒意外傷害，重點並不是提供高階的治療，而是要打造一個安全的居住環境。因為完善的預防措施遠遠勝於後續的治療，最好的治療策略就是根本不讓意外有發生的機會。所以不論是幼兒的父母、保母或是居家成員都有責任及義務給予小朋友一個安全的居家環境，讓小朋友健康成長。

意外傷害亦為台灣地區1-14歲兒童主要死因之第1位、而「居家環境」常常是最容易發生嬰幼兒意外傷害的場所。幾乎所有的小兒意外，包括某些致命的意外，都是可以被預防的，只要我們事先做好完善的預防措施。最近有幼兒在家被窗簾繩繞頸而斃的新聞，就是因為大人沒注意再加上小朋友好奇玩窗簾繩，結果造成不可挽回的悲劇。如果能時時注意小朋友的情況，不讓他們離開大人的視線內，並且居家環境都能妥善的注意安全，防止小朋友的意外發生，也許就能挽回一條生命。

除此之外，大人的居家習慣也是一個影響居家環境安不安全的因素。例如：室內家具的擺設及選擇，危險物品的擺放位置，是否有顧慮到小朋友的安全考量。再則，大人習慣不好

常常東西使用完後亂丟亂放、藥品沒有放在小朋友拿不到的地方並上鎖，危險物品、鈕扣、玩具是否有收好，會不會造成小朋友不小心誤食，其實只要平常以小朋友的觀點保持安全第一的良好習慣，自然就能降低小兒意外的發生率！

一些常見的小兒意外，來提醒大家可以做哪些提升小朋友安全的防護措施

■ 幼兒最常發生的意外傷害種類為跌倒及墜落：發生地點則以家中客廳為大宗，其次則是遊戲的地方。如果地面濕滑或高低不平，樓梯或陽台的欄杆間隙過大，在家跑跑跳跳不小心碰撞到家具，都是造成跌倒、碰撞受傷、甚至從高處跌落受傷的原因。

■ 尖銳物品的割傷刺傷：家中的工具如釘子、刀片，常常大人沒注意被小朋友拿去玩，就容易使小朋友被刺傷或割傷。

■ 燒燙傷：廚房瓦斯爐、使用中的電鍋、煎炒時熱油濺出、熱湯、飲水機的熱水、熨斗、浴室洗澡時不小心熱水燙到，都可能造成嚴重的燒燙傷。

■ 誥食異物：許多小物品如藥品、錢幣、電池、玩具的小零件…等，常被幼兒吞食而造成梗塞或窒息。

■中毒：家中的藥品、清潔劑等等，如未放置妥當就有可能被幼兒誤食而中毒；瓦斯燃燒不全加上門窗緊閉而導致的一氧化碳中毒也常在新聞中出現。

如何改善居家環境避免意外傷害 在客廳部份

■地板避免使用光滑而堅硬的材質，儘量選用軟性材質或加鋪軟墊。

■減少室內高低落差、儘量降低門檻高度。

■樓梯、走廊、陽台的圍牆或欄杆高度要夠，欄杆間距要小。

■阳台不要放置椅子、花盆等雜物，以免幼兒攀爬。

■窗戶旁邊不要放置床鋪、沙發、椅子等，以免幼兒攀爬靠近窗戶。

■家具邊緣有突出的硬角或尖銳的邊緣，可以貼防護條。

■客廳的電風扇加裝防護網。

■不要有電線或延長線、散落的玩具或物品在地板上易絆倒。

■未使用的電插座要加上防護蓋，以免幼兒誤觸。

■避免使用折疊桌或折疊式家具

■窗簾的拉繩要綁高或使用固定式的。

■藥品、小物品及尖銳用品等，要收藏在孩子拿不到的櫃子內並上鎖，養成物品用畢，馬上收起歸位原處的好習慣。

■茶几或餐桌不要鋪桌巾或將桌巾邊緣用夾子固定，以避免孩子拉扯。

浴室、廁所部份

■地板使用防滑地磚或防滑墊，防止滑倒。

■地面應保持乾淨及乾燥，避免產生積水。

■安裝抽風機或除濕機等設備，保持通風與地

面乾爽。

■浴室的門鎖最好內外皆可打開，以防孩子將自己反鎖在內，家人無法進入。

■不要把水潑灑到地面，可在浴缸加裝浴簾或拉門，或規劃成乾溼分離。

■瓦斯熱水器是否裝在室外通風處或強制排氣。

廚房部份

■設法使孩子不進廚房，例如：加裝幼兒安全門欄。

■地面應保持乾淨及乾燥。

■飲水機、電鍋、烤箱應放在孩子碰不到的地方，並養成隨手關上的習慣。

■清潔用品或殺蟲劑應放在高櫃子內並上鎖。

■不可用食品容器盛裝清潔劑、洗衣劑或其他有毒物質。

■小顆粒食品(如：花生、堅果...)應放在孩子不能拿到的地方。一口一個的食品(如：蒟蒻果凍、葡萄、小蕃茄等)要切成適當大小後再給孩子食用，以免造成梗塞。

■工具及危險物品應放在孩子拿不到的櫃子裡並上鎖。

提醒大家不要輕忽居家環境的任何一個細節！家長及照顧者一定要儘可能營造一個安全的居家環境，並且讓小朋友都能在大人的視線內安全地活動，才能有效預防意外發生。最後一提，如果意外發生時大人慌了手腳，一時之間不知道該如何急救，應立即撥打119並開啟擴音功能，請119線上指導該如何急救。



您不可不知的『兒童虐待』



小兒部 林佳麗護理師
/ 葉樹人主任

在2014年是聯合國《兒童權利公約》通過25週年，根據衛福部統計，近三年共發生52,920件虐兒案件，平均每29分鐘就有一個孩子受虐，其中有40名兒少受虐死亡。此外，兒少目睹家庭暴力的件數，也從2011年的12,071件，增至2013年的16,942件，連續三年攀升。你知道嗎？這些家庭暴力事件其實也常出現我們生活週遭，家暴的受虐者可能是鄰居可愛的小朋友、排隊等公車的學生，或甚至可能是你的親戚朋友；加害人可能是與你擦肩而過的陌生人、或與你熟識的親朋好友。

根據台灣相關法令或政府宣傳，如兒童及少年福利法、家庭暴力法、政府相關局室宣導資料等，所謂的『兒童虐待』，乃指父母、監護人或任何有責任照顧兒童福祉的人，對18歲以下的兒童或青少年，施以身體虐待、精神虐待、性虐待等，或因照顧上的疏忽導致兒童的健康、安全與福祉受損害、威脅、或危險。然而，多數的兒童虐待個案卻陷於一種模糊不清而未受正視的狀況，像是「該做而沒做」及「不該做而做」的行為都應屬兒童虐待。

兒童保護是一項社會責任，也是一項團隊工作，須結合政府，民代，司法，醫療，警

政，學校，社工，專家學者等各界的力量，才能組合成有效的兒童保護網路。而國內於1993年2月5日經總統令頒佈「兒童福利法」第十八條規定醫師、護士、社會工作者、教育人員、保育人員、警察、司法人員及其執行兒童福利業務人員，知悉兒童有被虐待的行為應於24小時內向當地主管機關報告。醫護人員在兒童保護方面角色也很重要的，因為兒童受傷就會去就醫，因此若醫護人員細心，就可以發揮舉報與轉介的功能，把受虐兒自大人的手中搶救出來。醫生也可用自己的專業知識判斷兒童受傷到底是人為的還是意外的。透過醫療機構，可以發現不少潛在性的兒童虐待案例。醫護人員可以藉由種種線索，及早偵測受虐兒童舉發兒童虐待案例。以保護受虐兒童，免於不必要的傷害甚至是生命危險。

孩子是社會的希望，但也是脆弱的一群。童年是每個人最珍貴的回憶，沒有人希望自己的童年充滿血淚。可是孩子因為身心未臻成熟，容易被成人所傷害，造成一輩子的缺憾。看到社會版中有關兒童虐待血淋淋的描述，我相信大部份的人都會動容的。只要大家多對此議題付出關懷，多了解兒童虐待的可怕，以

兒童受傷送醫時，如細心的醫療人員，在發現下列事實時應該提高警覺：

- 受傷後，孩子被延遲送醫
- 受傷史矛盾而牽強
- 重複受傷
- 受傷被歸罪於他人或孩子本人
- 病史與身體檢查不合
- 孩子曾被帶到許多醫院療傷
- 孩子主動告發有情形
- 父母對孩子受傷情形漠不關心
- 身體多處撞傷、瘀傷、多處新舊雜陳之傷痕
- 多處香煙燙傷，會陰部及臀部燙傷
- 無明顯撞擊病史之腹部內傷、肝脾破裂
- 硬腦膜下血腫
- 頭部血腫
- 搖晃腦部引起之腦部出血及眼底點狀出血
- 多處肋骨骨折
- 眼眶邊淤血、網膜出血、剝離
- 外陰部紅、腫、裂傷、發養或痛、肛門裂傷
- 性器官感染，性器官損傷如：陰唇受傷和紅腫等
- 拒絕別人幫他換衣服、頭痛、歇斯底里、退化
- 食慾不振且眼神呆滯、表情孤獨、不悅

及對一個人影響的劇烈，大家一起預防。多少悲劇可以因此免除，只要大家多一份心，去了了解、關心、幫助，許多生命將因此重獲希望。這是值得的，也有可能成功的，就讓大家一起為預防兒童虐待加油吧！





為什麼他總是不懂我的心 淺談『亞斯伯格症(自閉 症群疾患)』



精神科兒童心智 林育如醫師

小宏(化名)兩歲時就會認英文字母與些許國字，記憶超強，總讓眾大人們不可置信地讚嘆。上幼稚園後，小宏似乎不太能融入團體生活，常常只參與自己有興趣的事情，沒有興趣的就不太配合。雖然喜歡跟其他小朋友在一起，也將同學的座號記得一清二楚，但小宏似乎沒有特別要好的朋友，同學的遊戲規則如果跟他的想法不一樣，就會跟同學起爭執。小宏在學校有偏好的水龍頭與小便斗，如果想用的時候剛好其他同學在用，他就會不洗、憋尿，怎麼勸都不行。上小學後，小宏喜歡單獨研究自然科學，但其實小宏一點也不內向，他喜歡跟大人聊天，發表他的無限知識，大人才知道他的厲害，同齡的同學總覺得跟他聊不上話。小宏很正直誠實，老師上課如果說錯，他會毫不猶豫地糾正，沒看見老師臉上鐵青，同學如果違反規定，他會立即通報老師，堅守規定。同學如果不小心碰到他，他常會要同學受到處罰，無法聽進別人的解釋，被說到缺點則會勃然大怒，自己弄到別人時卻總是莫名其妙，為何要如此生氣，到後來同學都覺得他是麻煩人物。疲於處理小宏在校與在家的人際衝突，父母不禁大嘆，為何小宏總不懂別人的心呢？

後來父母依循老師建議，帶小宏到精神科

中的兒童心智科去評估，醫生診斷小宏罹患了亞斯伯格症，父母大為訝異，甚麼是亞斯伯格症呢？奧地利小兒科醫師亞斯柏格(Hans Asperger)於1944年首先描述了四位男孩，他們語言發展正常，但不擅與人互動，說話像個小學者，談話內容常集中於自己有興趣的議題。這些男孩較缺乏雙向社會互動的能力，較無法覺察社會環境對他的要求，玩法較單調，有單一而侷限的興趣。有些男孩會去捉弄其他孩子，無法了解其他孩子的感受，有些會與老師頂嘴。這些男孩邏輯思考能力都很強，並且在某些領域極有天賦。亞斯伯格報告的男孩特質與肯納(Leo Kanner)於1943年描述的自閉症孩子很接近，被認為是較聰明的自閉症患者，學界並以亞斯伯格為此症命名。有學者認為這類患者與自閉症患者相較並無語言與智力發展的問題，因此美國第四版精神疾病診斷與統計手冊將亞斯伯格症(Asperger's disorder)與自閉症區分開來。然而，由於亞斯伯格症患者與智商較高的自閉症患者有許多共通的特質，因此在去年出版的第五版精神疾病診斷與統計手冊將亞斯伯格症與自閉症統一稱為「自閉類群疾患」，亞斯伯格之診斷因此消失。

目前亞斯伯格症已知為一神經發展疾患，

在許多腦區的腦部發育軌跡皆與正常發展孩童不同，確切成因仍然不明，僅知可能與某些基因相關，具有遺傳性。另外，過去研究曾經提及高量重金屬暴露、周產期傷害、染色體異常、周產期傷害、母親於懷孕期間飲酒等可能也與自閉特質相關，然而教養方式並不會造成自閉症。目前估計的盛行率約每千人有0.03至4.84人不等，男女比約4比1。

亞斯伯格症患者由於語言與認知發展正常，有些患者也具有與人互動之動機，學習力強，因此往往比自閉症患者還要晚診斷，過去統計患者的診斷年齡平均為9-11歲。此症患者由於不擅社交應對、非常固執、察言觀色能力不佳、無法同理他感受、不懂社會潛規則因此說話容易得罪人，常與人話不投機，情緒容易激動，在被確診之前往往被認為自我中心、脾氣暴躁、不合群、白目等，造成老師、親人的誤解與不當對待，也容易被同學排擠或霸凌，導致憂鬱、焦慮、社交畏懼等情緒困擾，其本身也容易共病強迫症及注意力不足過動症。雖然亞斯伯格症目前沒有藥物治療，但可以藉由復健與社交技巧訓練改善亞斯伯格症患者的精細動作問題與人際互動技巧，若已有心理困擾則可接受心理治療增加問題解決與情緒調適的能力。因此，早期確認孩子是否罹患亞斯伯格症，同理孩子在社交與情緒察覺困難時，並及早協助增加察言觀色、社會互動能力，將大大減低孩子日後在學校、社會遭遇誤解與本身情緒困擾的機會，讓他們展現出善良與誠實的優點，也才能進一步發揮孩子的天才潛能。畢竟，許多大科學家，像是牛頓、愛迪生，都被認為有亞斯伯格症，少了他們，科學的進展可

要大幅遲滯呢。

亞斯伯格症的特徵

- 社會互動有困難，不知如何開啟社交互動，較難一來一往地閒聊(多講自己的)或情緒互動能力較弱，較難理解他人立場與感受
- 不愛看人，察言觀色能力弱
- 不太會根據社交情境調整自己的行為
- 堅持度高，有固定的習慣或做法，不容易改變
- 事情不如他的預期即情緒反應激烈，很難溝通
- 對特定事物有強烈興趣與豐富的知識
- 感覺過度敏感或過度不敏感(例如：很怕某些微小的聲音，討厭擁抱，跌倒好像又不會痛)

孩子若有以上二個以上之特質，須懷疑有亞斯伯格症，建議至精神科的兒童心智科就醫評估。





『小兒用藥』 常見Q&A



藥劑部 謝欣哲藥師

當家中的小寶貝生病了，除了要安撫他因身體不適，哇哇大哭鬧脾氣的情況外，如何順利讓他把藥吃下肚，更是一大學問。面對五顏六色的藥水、藥粉跟藥丸，該怎麼用才對呢？以下整理出幾個常見的小兒用藥問題與對策供您參考。

大人一粒，孩子減半，藥量最好算？

用藥劑量與治療效果密切相關，不同年齡層的兒童用藥劑量其實差別很大。小朋友身體持續發育成長，對於藥品的吸收、代謝、排泄與敏感度更與大人不同，以嬰幼兒為例，由於皮膚角質較薄，穿透性高，外用藥膏塗抹過多可能引發全身性副作用；此外，胃部排空與胃腸蠕動時間較慢，可能增加某些藥物的吸收比率。

小兒不是大人的縮小版，就醫時請主動告知小兒身高、體重、年齡或用藥史等資料，以作為評估用藥劑量的參考。此外，就算年紀相仿，身高體重疾病狀況也不盡相同，可別以為家裡兩兄弟症狀看起來差不多，就把哥哥的藥

拿來給弟弟吃喔！

不會吞藥丸，吃藥一定要磨粉？

這是許多家長根深蒂固的基本觀念，殊不知藥品磨粉可能造成如藥包易受污染、藥品安定性降低，容易變質、結塊等問題，將多種藥混在一起磨也有可能產生藥物交互作用，藥品的味道也可能變得很苦而難以下嚥。磨粉也會破壞如腸衣錠、長效錠、舌下錠等特殊藥品劑型而改變藥品療效。最重要的是，服藥後萬一出現藥物過敏，也難以識別為何種成分造成。

萬一真的需要磨粉，可自行用湯匙壓碎藥錠再研磨，若服用劑量為半顆或四分之一顆，可用切藥器把藥片切成一半或四分之一後再磨，不要一次把整份藥通通磨掉，等到了吃藥的時間再磨，每次只磨當次所需之藥量，研磨的器具若使用過後請務必清洗乾淨。提醒您，如果您的寶貝已經學會吞嚥的動作，下次吃藥時不妨可以讓他試試看吞藥丸，這樣不僅能提供醫師更多的用藥選擇，對小朋友來說，也不會再有藥粉卡在喉嚨或是滿嘴藥味的噁心感受了！

怕藥味，藥水加牛奶或果汁混在一起餵就OK？

牛奶中的鈣質成份會與某些藥物產生交互作用，藥物跟牛奶混合會產生怪味道，可能造成吐奶或未來不想喝牛奶等情況，若是小朋友吐奶，也難以確定吃下多少藥量；此外，也不可以將藥品加入如葡萄柚汁或茶類飲料中。除非藥袋上有特別指示，一般都以溫開水服用，必要時可添加糖水，增加小朋友服用意願。餵多種藥水時，先喝完一種再餵另一種，不要把藥水通通倒成一整杯再給小朋友喝，除了影響口感，萬一小朋友沒喝完，也等於藥沒吃完。

藥到才能病除，不吃藥就用灌的？

「餵藥像戰爭」，把藥吐出來、堅持不開口或是因害怕吃藥而拼命拒絕等狀況，更是許多家長在餵嬰幼兒吃藥時的一場惡夢。當家長想盡各種方式連哄帶騙都無效，此時乾脆心一橫，用蠻力扳開孩子的口硬灌，這種做法很危險，不僅會讓孩子以後更害怕吃藥，萬一用力過猛，方法不對容易出現嗆咳情況。

面對不同年齡層的小朋友餵藥是有技巧的，對於滿一歲前的嬰兒，先使用有刻度的吸管、小量杯或口服注射器量取像是藥水、懸浮液等液體藥品，視線要水平對齊器具的刻度線與液面，要吃藥時，先把寶寶抱在膝上，撐著頭，將藥水滴在口腔的後方或邊緣，少量多次給，同時適當安撫寶寶的情緒。服用一般膠囊時，可先剝開，把藥粉灑在少量食物上或用開水泡開餵食；一般錠劑可用切藥器把錠劑切成讓小朋友容易吞服的大小，或以小湯匙壓碎。餵學齡前兒童吃藥，可使用小朋友聽得懂的語言給予簡單指示，鼓勵幼兒合作；如果正值牙

齒鬆動或換牙期，請勿使用嚼錠，若是會使牙齒染色的液劑則可用吸管服用。要注意的是，不要讓小孩認為吃藥像吃糖，以免造成寶貝日後誤食藥品。

藥水用不完放冰箱，下次生病再來用？

其實將藥通通放到冰箱，不一定能延長保存期限，反倒因為冰箱濕氣高，可能破壞藥品質與安定性。室溫、乾燥且陰涼的環境最適合存放一般藥品，且應避免陽光直接照射，也不要為了吃藥方便，而將藥品放在飲水機、廚房或汽機車置物箱等高熱的地方。

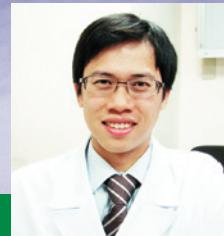
不同的藥品劑型其存放期限也不盡相同。已開封的藥水，除特殊指示外只能存放一個月；若為需加水泡製的抗生素藥水，加水後則請依照藥袋上的保存方式保存並按時定量使用完畢，才能保證藥到病除。至於未開封的藥水，則依照藥瓶上的保存期限保存即可。如為磨粉後的藥粉，應依照開立的天數儘速使用完畢，如使用前藥粉出現結塊、潮解等情況請勿再使用。塞屁屁用的退燒栓劑，一般置於陰涼處保存即可，如天氣炎熱或是變軟，可放於冰箱冷藏處保存。

每個兒童都是父母心中的寶貝，當小兒不舒服請就診小兒科專科醫師，年紀較小的朋友可提醒醫師選用兒童專用藥劑，勿自行使用大人用藥或上次剩下的藥品，以免產生副作用或加重病情。就醫時主動告知孩子的年齡、身高、體重、看診前有無先行服用藥品及之前吃藥有無過敏等資訊，領到藥袋時核對清楚藥品名稱、用途、用法及用量，不用標示不清的磨粉藥或分裝藥水，才能正確用藥保健康。



『心臟震波』現生機

心臟血管內科 林恆旭醫師



近 年台灣經濟發展快速，民眾生活逐漸傾向西方模式的飲食習慣與生活方式，使得心血管疾病比例日益增加。此外，隨著高齡化社會的來臨，伴隨年齡增長而來的身體各器官系統(尤其是心血管系統)的老化問題接踵而至，造成的醫療照護支出及社會成本逐年快速增加，目前心血管相關疾病已成為我國十大死因及健保就診人數之大宗，付出之醫療及社會相關成本也日益水漲船高。

一般冠心病（即心血管阻塞）病人常見的治療方式除了藥物治療外，還有心臟內科的心導管手術，利用氣球擴張或置放金屬支架來打通阻塞的血管，或是較為嚴重的患者可以選擇接受心臟外科冠狀動脈繞道手術，病患可依不同的狀況，選擇合適的治療方式。儘管上述治療經過數十年的發展，無論是經驗或技術上都已經相當成熟，但目前仍有約百分之十的冠心病病患（特別是合併有糖尿病患者），因冠狀動脈已產生瀰漫性病變，甚至部分病人的身體情況不佳，害怕手術帶來的相關併發症，並不完全適宜接受外科繞道手術或心導管手術治療，只能靠僅有的藥物來減緩心絞痛的發生，

這些患者是目前冠心病族群中最缺乏醫療資源，也是治療上最棘手的一群，這類病患明白藥物已不能完全解決自己的心臟問題，所以每天活在高度警戒的環境中，生活品質也因此大受影響。

「心血管爛爛的，不能縫不能補，心臟跳到都快喘不過氣來了，怎麼辦？」

「當醫生宣布不能再動心導管和繞道手術時，心情馬上降到谷底！」

黃先生近年來因反覆胸悶至心臟科門診求診，經心導管確診為嚴重冠狀動脈阻塞，前後接受過三次心導管手術均無法順利打通病灶，考慮到繞道手術的風險又相當畏懼，本以為未來只能靠藥物治療。因緣際會之下，輾轉轉介至本院接受心臟體外震波治療，沒想到症狀於治療後一個月左右開始出現改善，在完成九週療程及藥物持續治療下，除了症狀明顯改善外，後續追蹤的核子醫學心臟灌注掃描以及心電圖均顯示心肌缺氧以及心律不整有顯著進步，大大減輕了冠心病為生活帶來的不安。

體外心臟震波治療是透過一種高頻率的聲波，和用於治療泌尿道結石的震波類似，但能



體外心臟震波治療情況

量約只有泌尿科使用的1/10、促進骨癒合震波的1/4，也因為臨床上發現較低能量的震波可以增進骨頭或傷口癒合，才轉而朝治療冠心病發展。透過體外震波的刺激，如「體外按摩心臟」般，經由心臟超音波指引，以每平方毫米0.09毫焦耳的震波能量釋出，讓心臟產生新生的細小血管，進而改善心肌血流的灌注，減少心絞痛或心臟衰竭的發生。「心臟可比擬做水田，主渠道不通，讓小渠道去灌溉，一樣可以有足夠的血流量」。目前體外心臟震波初步治療對象鎖定為無法接受開刀或被醫師宣判無法動手術的患者，每次完整療程約1個小時，1療程每星期3次，每1個月1療程，共進行9次。因

整體治療過程是透過心臟超音波定位，採體外震波方式，所以毋須開刀，也不用住院，只要定期回診即可。對於無法開刀或懼怕心導管及手術的患者來說是一大福音。台灣方面，也在去年通過衛福部核可後正式引進，唯目前健保局尚未核准給付這種新的治療方式，所以必須自費接受治療。

雖然心臟震波治療方式比起傳統心導管或心臟繞道手術更為簡便，但也不是每一個人都適合這種治療方式。如患者有心臟內血栓或急性心內膜炎、心肌炎等等，都不適合心臟震波的治療。必須經過心臟專科醫師為患者完整檢查並評估狀況後，方能決定採用何種治療方式。此外，患者必須認知，不論接受何種治療，治療後如不節制飲食、不運動，或者繼續抽菸，血管再度狹窄的可能性還是很高。遵從醫師指示、定時服藥、定期回診、定期量血壓及追蹤血糖、膽固醇，並配合生活作息調整來減少冠心病危險因子，才能讓治療的效果更顯著，也才是維護心臟健康的根本之道。



心臟體外震波治療成果之記者會發表現場狀況





認識『子宮頸抹片』



家庭醫學科 吉君揚醫師

從案例上得知，65歲陳女士，已婚育有三名子女，有高血壓、高血脂疾病，定期在家庭醫學科門診治療；我們時常提醒她要做子宮頸抹片，但陳女士認為自己很久沒有性行為，應該沒有必要，且作檢查會令她感到害羞、不好意思，所以好幾年沒做檢查。

一次回診，我們再度提醒她，並且用較多時間跟她講解抹片的重要性，她終於願意接受檢查。當醫師檢查時，即看到子宮頸有異常腫塊及出血，因此立即建議至婦產科門診複查。其後抹片及後續切片報告為第一期子宮頸癌，陳女士在接受手術治療後，恢復良好，也非常感謝我們提早發現她的癌症。

子宮頸癌為國內女性好發的癌症，每年約有2,000名新診斷病例和800人死於子宮頸癌。子宮頸癌的發生是子宮頸細胞持續感染人類乳突病毒（HPV）後，引起細胞的惡性轉變，再經由癌前病變進展為癌症。然而子宮頸癌卻是婦女癌症中最容易早期發現的，只要早期發現，早期治療，子宮頸癌的治癒率是很高的。研究顯示子宮頸抹片檢查可以降低60-90%子宮頸侵襲癌的發生率及死亡率。

子宮頸癌來自子宮頸「癌前病變」，其演變速度相對緩慢，據估計惡化成子宮頸癌約需十年左右。

定期做快捷又方便的子宮頸抹片可以發現早期的子宮頸「癌前病變」，此期的子宮頸病變侷限在子宮頸的上皮層內，轉移的機會極微。

癌前病變的治療以門診為主，僅需做子宮頸的局部電燒圈切片，快速且少傷害，治癒的機會接近百分之百。相對的，當延誤診斷演變為侵犯型子宮頸癌時，就必須住院接受較大範圍的子宮頸切除、子宮全切除術、或更為廣泛的子宮根除術及放射線治療。

子宮頸抹片檢查對象

行政院衛生署提供30歲以上婦女，每年1次免費子宮頸抹片檢查。

只要「有過性行為的女性」，無論年齡大小都需每1至3年進行1次的定期子宮頸抹片檢查，老年女性亦需定期子宮頸抹片檢查。

做過子宮全切除的女性，還是需和妳的醫師討論是否需繼續定期做子宮頸抹片檢查。如果因為癌症前期或是癌症而行子宮切除時，殘

餘陰道末端仍須定期做抹片檢查。

如果子宮（包括子宮頸）因為良性腫瘤（如子宮肌瘤）而切除，一般若連續三年檢查皆為陰性反應，則至少每三年檢查一次。

子宮頸抹片檢查時機

應該避免在經期內做檢查，最適合做子宮頸抹片檢查的時間是「月經結束後的第5-7

天」。

檢查前兩天必須避免「陰道沖洗、使用陰道塞劑、殺精蟲劑或潤滑劑」。因為這些可能會沖掉或隱藏異常細胞。

前一晚避免性行為，因房事後，抹片上會發現大量精子而影響判讀。

【做篩檢、賺健康、2014年月月抽禮券】

「早期發現，早期治療」，癌症其實並不可怕。若能早期發現，乳癌治療率高達97.3%、子宮頸癌96.4%、大腸癌85.4%、口腔癌76.5%。提醒您「健康掌握在自己」，忙碌之餘，別忘了接受定期癌症篩檢。

抽獎辦法：為本人親至一樓預防保健服務中心，安排四癌篩檢或成（老）人健檢的任一項檢查，即可獲得抽獎券一張（二項檢查可得二張抽獎券，以此類推）。每月抽獎，未抽中者下個月繼續抽，越早參加中獎機率越高喔！

做篩檢請洽：本院一樓預防保健服務中心（批價櫃檯斜對面）玻璃屋

2014年第三次抽獎：2014/03/05(三)已經於本院思源廳公開抽出活動獎品1,000元遠東百貨商品禮券二十名，名單如下：

項次	姓名	身分證字號	項次	姓名	身分證字號
1	楊O雲	A222***642	11	李O枝	P221***179
2	林O珍	F221***750	12	謝O仁	Q101***102
3	杜O蘭	F221***724	13	張O惠	N221***500
4	黃O隈	N102***345	14	葉O發	Q100***052
5	吳王O蘭	P201***083	15	王O雪	F221***042
6	謝O沫	J121***716	16	藍O	F201***127
7	連O月	F222***141	17	鄭O春	Q221***710
8	蔡O吉	Q101***839	18	邱張O妹	J202***577
9	陳O裕	P220***066	19	李O玉	F226***206
10	陳O娟	A200***988	20	林O碧	P201***783
21 ^(註)	王O和	F121***495			

註：上月得獎人一名放棄領獎，所以本月再補抽一名。

亞東紀念醫院・四癌篩檢・洽詢電話：(02) 7728-2208或2209

狂賀 榮獲2013年

『國家生技醫療品質獎』

品質管理中心 陳韻靜組長



「**或**家生技醫療品質獎」及「SNO國家品質標章」係由國家生技醫療產業策進會主辦，以選拔出深具世界級品質之醫事服務為主要目標。2013年醫療照護相關參賽團隊共有140多隊參加，評審委員由全台120位最具權威之學者專家組成，參賽團隊需經過書面審查、實地審查等層層關卡始能進入決選審查。

表一、2013年國家品質標章獲獎團隊及獎項

獲獎團隊	獲獎獎項
小腸移植照護團隊	2013國家生技醫療品質獎銅獎 2013國家品質標章
心臟血管醫學中心全方位照護團隊	2013國家品質標章
以團隊活力與創意，擴散正確用藥教育	2013國家品質標章

【小腸移植照護團隊】 小兒外科 陳芸主任

小腸移植照護團隊成立於2005年7月，為一個整合多專科的跨領域照護團隊，目標是建立台灣的小腸移植照護及提供腸衰竭患者小腸移植多團隊的完整照顧。本院開啟台灣在小腸移植的新紀元，本團隊首先通過小腸移植人體試驗，執行全國第一例兒童小腸移植，同時也是國內第一起小腸移植，持續亦執行了全國第一例成人小腸移植，順利讓小腸移植成為可以經過申請的手術項目，而本院也是目前全國唯一通過可執行小腸移植的醫院。至今已完成10位小腸移植個案(為亞洲個案數最多的醫院)，移植後30天存活率100%，5年存活率80%，成果媲美世界先進國家。

由於移植並非是所有腸衰竭患者的選擇，本團隊引進國外施行有年的腸衰竭復健(Intestinal rehabilitation)概念，結合醫學中心

「2013國家新創獎暨國家生技醫療品質獎聯合頒獎典禮」於2013年12月19日舉辦，本院「小腸移植照護團隊」及「心臟血管醫學中心全方位照護團隊」均獲得肯定，另以「團隊活力與創意，擴散正確用藥教育」亦獲得「2013國家品質標章」續審通過(表一)。

跨領域專科優勢，由各領域醫護專業人員定期召開會議，根據病人狀態調整營養配方、飲食設計及合適的藥物治療，並追蹤腸衰竭患者的後續狀態。未來將成立台灣第一個腸衰竭復健中心，造福更多腸衰竭患者。



小腸移植照護團隊獲得國家生技醫療品質獎銅獎



小兒外科陳芸主任至總統府接受表揚

【心臟血管醫學中心全方位照護團隊】

本院是全國最早整合心臟內、外科成立心臟血管醫學中心(於2000年7月成立)，讓心血管患者及家屬在同一診區、同一病房分享不同治療的效果和經驗，使照護從診斷到治療、術前到術後有全面且連貫的了解，主治醫師也能互相了解彼此治療選項、預期效果，以隨時討論及互相支援。

心臟血管醫學中心照護團隊不斷以提升品質及病人為中心做為出發點，發展出各項創新與特色，包括：(1)最早期引進不停跳冠狀動脈繞道術(OPCABG)，針對心臟功能中度受損以上之病人提供有效治療；(2)最早期引進內視鏡



心臟血管醫學中心全方位照護團隊獲得國家品質標章

心臟血管醫學中心 邱冠明副院長

切取隱靜脈手術，術後傷口小且復原快；(3)冠狀血管繞道手術使用微創手術及內視鏡輔助內乳動脈繞道縫合，成功取代傳統胸骨正中切開的大傷口，縮小傷口；(4)引進達文西機器手臂術式，完成二尖瓣修補手術、全內視鏡微創冠狀動脈繞道手術等多項全程以此進行手術的創舉，手術傷口小、失血少，減少感染機率及住院天數；(5)2007年12月為台灣首家加入國際Door-to-Balloon time(D2B)聯盟協會之醫院；(6)2010年通過醫策會冠狀動脈照護品質認證；(7)全台唯一常規執行內視鏡微創心臟手術團隊，並成為此領域之標竿醫院。

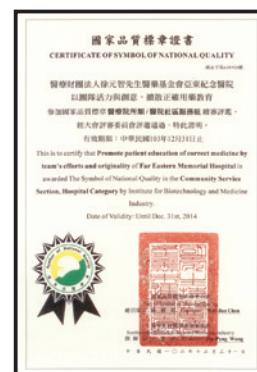


邱冠明副院長至總統府接受表揚

【以團隊活力與創意，擴散正確用藥教育】 藥劑部 孫淑慧主任

本院藥劑部於2011年成立「正確用藥推廣組」，透過主動出擊，耕耘社區，積極開發互動式教材辦理里民宣導課程，並與學校合作開發教學模組，全方位推廣用藥安全知識，連年獲衛生福利部評選為正確用藥及反毒教育資源中心。目前已結盟的社區藥局有119家，共培訓231名正確用藥種子師資及162名社區和校園志工，服務範圍遍及新北市各行政區。此外，本

院藥師團隊更遠赴金門，協助資源不足的區域推廣正確用藥知識，提升民眾用藥安全。



「以團隊活力與創意，擴散正確用藥教育」獲得國家品質標章



call-call『C-A-B-D』



社區健康發展中心 李采璘

天有不測風雲，人有旦夕禍福。脆弱的生命禁不起意外的考驗。因意外而造成心跳呼吸停止超過4-6分鐘以上，腦部就開始缺氧，超過10分鐘導致腦死的可能性相對增加。正確及時的急救，對腦部造成損傷的機會就相對減少。

根據衛生福利部近年國人十大死因統計，心臟疾病皆高居十大死因前三名。心臟疾病所造成的死亡，許多是突發心跳停止的形式，搶救突發性心跳停止的傷患，一方面要趕快施行CPR(心肺復甦術)，進行胸外按壓，使血液持續循環，提供身體重要器官氧氣、另一方面則需利用電擊器進行去顫，使心臟恢復正常跳動，如能在一分鐘內給予電擊，急救成功率可高達90%，CPR與AED電擊是救命搭檔。

美國心臟協會2010年指導方針，心臟病發後五大「存活關鍵」分別為：『儘早求救』、『儘早使用心肺復甦術』、『儘早除顫電

擊』、『儘早高級心臟救命術』、『整合性復甦後照護』。

本院社區健康發展中心與明倫基金會為推廣全民急救技能，匯集全民之力量定期舉辦國內外有關急救技能之訓練，進而透過各梯次訓練將相關急救技能推廣於民間，以減少因缺乏急救知識而導致的病情延誤或喪失生命的情形發生，進而達到民眾自救救人之目的，自2005年起開始於院內、外辦理急救教育訓練課程，到2013年底共辦理88場次，參與教育訓練6,234人次。

今年度特別新增在公共空間(如：捷運站、政府部門、機場等。)隨處可見的自動體外電擊器(AED)教育訓練，提升民眾救護能力，當突發心跳停止時CPR與自動體外電擊器(AED)在倒地5分鐘內啟動，研究顯示救活率可提高到50%。

開設課程頻率將以往兩個月一次的CPR急救訓練課程，提升至一個月一次，皆在六日開



急診醫學部醫師授課



課，增加民眾上課的便利性，課程中除教授CPR與自動體外電擊器(AED)觀念外，也邀請護理師為學員示範CPR正確按壓位置及自動體外電擊器使用方式、模擬臨時突發心跳狀況、正確實行叫叫CABD流程，輔導考取證書。

目前第一堂課已於3月9日結束，今年設定開設10場次課程如下表一，為達到教學目的，每場只收30名學員。



護理師實作教學CPR與AED電擊急救

表一、CPR與AED電擊急救訓練課程

場次	日期
一	3月09日(日)-已結業
二	4月12日(六)
三	5月10日(六)
四	6月08日(日)
五	7月13日(日)
六	8月23日(六)
七	9月13日(六)
八	10月18日(六)
九	11月15日(六)
十	12月20日(六)

■報名費用：350元(含證照，需事先繳費)

■報名方式：

▽網路報名→亞東醫院→社區健康→健康促進活動→急救教育訓練(CPR)→線上報名

▽電話報名：留下姓名、身分證字號、電話、地址、確認報名場次。

■繳費方式：

▽ATM轉帳：009-004-001-10685，轉帳後請來電告知後五碼

▽匯款：抬頭「亞東紀念醫院」，匯款完後請來電告知

▽現場繳費：至社區健康發展中繳交費用

■報名電話：(02) 7728-2324



學員實作練習CPR與AED電擊急救訓練狀況





四月 衛教講座課程

課程時間表

網址：www.femh.org.tw

日期	時 間	講 題	主辦單位	主講人	地 點
4月9日	三	10:00-11:00 癌症病患的「飲食迷思」	營養科	王昱鈞營養師	新大樓B1放射腫瘤科門診候診處
		10:00-12:00 「鼻咽癌新診斷」病友會	向陽屋	廖立人醫師 孫文蕙營養師 彭姝嫻個管師	九樓第四會議室
		13:00-14:00 「小兒用藥」常見Q&A	藥劑部	鐘燕瑩藥師	一樓思源廳
4月11日	五	10:00-11:00 「血油高」怎麼吃？	營養科	蘇筱媛營養師	一樓思源廳
4月16日	三	10:00-11:00 「預防代謝症候群」的飲食撇步	營養科	賴玉釧營養師	一樓思源廳
4月17日	四	10:00-11:00 癌症病患「食慾不振的對策」	營養科	欒家菁營養師	一樓思源廳
		10:30-12:00 「肝癌」的預防與治療	向陽屋	翁孟慈醫師	九樓第四會議室
4月22日	二	09:00-12:00 「糖尿病外食族」怎麼吃？	營養科	施淑梅營養師	一樓思源廳
		10:00-12:00 頭頸癌病友衛教活動-復健認知分享	向陽屋	林志昌復健師	九樓第四會議室
4月23日	三	13:00-14:00 「風濕性關節炎」藥物治療	藥劑部	陳孟玉藥師	一樓思源廳
4月25日	五	10:00-11:00 乳癌篩檢宣導 & 檢查結果陽性怎麼辦？	家庭醫學科	施培艾醫師	一樓思源廳
4月28日	一	14:00~15:00 「痛風飲食」知多少？	營養科	吳宛真營養師	一樓思源廳

本月健康講座須知：

- 藥劑部講座需預約報名，請至亞東醫院藥劑部網站www.e-pharm.info線上報名或電洽：(02) 7728-2123。
- 參加向陽屋講座，報名電話：(02) 7728-2176 或親洽1樓向陽屋(社會福利諮詢櫃檯旁)。

※實際課程如有異動請以當天的海報公告為準。

若您對其他衛教課程有興趣，歡迎您告訴我們，聯絡電話：(02) 7728-2316。



婦產科團體衛教

日期	時間	課程內容	主講人	地點
4月12日(六)	10:00-11:00	親子同室及新生兒母乳哺餵	護理部 張慧中、左筱芸護理師	10樓第三 會議室
4月18日(五)	14:00-15:30	新生兒沐浴+懷孕前期護理指導：(優生保健、孕期營養、孕期危險徵兆、產前哺乳準備)	護理部 陳嘉玲護理師	10樓第二 會議室
4月19日(六)	14:00-16:00	生產方式的選擇 拉梅茲呼吸法	婦產部 吳文毅醫師 護理部 陳嘉玲 護理師	

請洽：(02) 7728-4292
 ※ 請事先電話預約時間



社區健康講座

凡參加者皆可參加有獎徵答活動，歡迎踴躍參加。

合辦單位：本院社區健康發展中心、明倫基金會

洽詢電話：(02)7728-2324

日期	時間	課程內容	主講人	地點
4月2日(三)	11:00-12:00	老年人心臟保健	心臟內科	裕生社區發展協會
4月7日(一)	9:30-11:30	認識更年期	婦產科	中和復興國小樂齡中心
	10:00-11:30	以中醫角度談骨骼保健	傳統醫學科	土城農會
4月11日(五)	10:00-11:00	降低血脂遠離心肌梗塞	家庭醫學科	永寧里辦公處
4月14日(一)	9:30-11:30	小心警腎「談腎臟保健」	腎臟科	中和復興國小樂齡中心
4月15日(二)	9:00-11:00	高血壓用藥指導	藥劑部	土城國小樂齡中心
4月21日(一)	9:30-11:30	安寧療護	社會工作室	中和復興國小樂齡中心
4月22日(二)	9:40-10:30	中風黃金三小時	神經內科	板新社區
4月25日(五)	10:00-11:00	如何吃出健康	營養科	永寧里辦公處
4月28日(一)	9:30-11:30	骨質疏鬆	骨科	中和復興國小樂齡中心
	13:30-15:30	認識中風與預防	神經內科	土城國小樂齡中心

更年期支持團體

- 目的：彼此分享女性生命週期中的一段自然過程。更年期隨著荷爾蒙改變，出現生理及情緒一些身心不適的現象，希望透過座談會提供相關保健知識。
- 對象：已屆更年期及即將邁入更年期的婦女及其家人們、或想對更年期更加認識者。
- 諮詢電話：(02) 7728-4292

日期	題 目	主講人	地點
4月17日(四) 10:00-11:30	更年期保健	婦產部 彭福祥醫師	十樓第二會議室(課程免費，請事先 報名)

社區四癌篩檢

為鼓勵民眾多參與四癌篩檢，當日參與篩檢民眾，即送精美贈品，敬請踴躍參加，並請攜帶健保卡。

■合辦單位：本院社區健康發展中心、明倫基金會

■洽詢電話：(02) 7728-2000

日期	時間	活動內容	地點
4月8日	6:00-12:00		大有活動中心 新北市三峽區插角里25號-1
4月11日	9:00-17:00	乳房攝影	貢寮衛生所 新北市貢寮區仁愛路128號
4月12日	8:30-11:30	抹片	錦和里活動中心 中和區圓通路369巷2號
4月13日	8:00-12:00	整篩四癌	民德活動中心 新北市中和區民德路197號
4月14日	8:30-12:00	乳房攝影	板橋衛生所 新北市板橋區英士路192號
4月17日	8:30-12:00	乳房攝影、抹片	翰生診所 新北市板橋區漢生西路73號
4月18日	13:30-16:30		土城衛生所 新北市土城區和平路26號
4月19日	8:00-12:00		新莊衛生所 新北市新莊區中華路一段2號(警察局前)
4月20日	7:30-12:00		龍埔活動中心 新北市三峽區三樹路214巷9號
4月21日	8:00-12:00		淡水區衛生所 新北市淡水區中山路158號
4月22日	13:00-17:00		三峽衛生所 新北市三峽區光明路71號3樓
4月24日	8:00-12:00		三重衛生所 新北市三重區新北大道1段1號
4月25日	14:00-17:00	乳房攝影、FOBT、抹片	土城衛生所 新北市土城區和平路26號
4月26日	7:30-12:00		鶯江國小 新北市蘆洲區民族路7號
4月29日	8:00-12:00		三重衛生所 新北市三重區新北大道1段1號
4月30日	8:00-12:00		三峽衛生所 新北市三峽區光明路71號3樓

CPR+AED急救訓練班

- 主辦單位：本院社區健康發展中心、明倫基金會
- 時 間：4月12日(六) 8:00-12:00、5月10日(六) 8:00-12:00
- 地 點：本院10樓第二教室
- 課程內容：心肺復甦術、哈姆立克及自動體外心臟去顫器教學、分組教學-心肺復甦術、自動體外心臟去顫器操作、心肺復甦術術科測驗
- 報名費用：350元
- 報名專線：(02)7728-2324
- 繳費方式：
 - (1) 利用ATM轉帳至遠東商銀(805)，帳號009-004-00110685，轉帳後請來電告之後5碼
 - (2) 匯款-抬頭「亞東紀念醫院」，匯款後請來電告知
 - (3) 現場繳費：至本院社區健康發展中心繳交費用

癌友資源中心(向陽屋)活動

活動期間	社團名稱	社團教師	地點
3月4日-4月8 每週二 14:00-15:30	好家在有你/妳-家屬支持團體	癌症中心 林欣怡心理師	B1化療門診旁 會議室
4月15日-7月15日 每週二 13:30-15:30	紙撕畫創作班	彭瑞雲老師等四名團隊成員	九樓第四會議室

- 活動對象：紙撕畫創作班限本院病友，新病友優先報名，名額15人
家屬支持團體歡迎照顧家屬及病友，名額8人。
- 報名專線:(02) 7728-2176向陽屋(免費參加，請事先報名)

社區保健諮詢服務

本活動主要目的在教導社區民眾透過簡易的自我健康檢測、醫師保健諮詢服務、趣味衛教宣導等，以落實自我健康管理，歡迎社區民眾踴躍參與。

- 土城德興宮：4月1日(二)，14:00-16:00
地址：土城德興宮(新北市土城區中央路一段45巷3號，土城海霸王對面巷子)
活動內容：血糖、血壓、體重、腰圍、膽固醇檢測、代謝症候群衛教宣導及醫師保健諮詢服務。
- 四汴頭發展協會：4月12日(六)，9:00-11:00
地址：信義活動中心
活動內容：血糖、血壓、體重、腰圍、膽固醇檢測、骨質密度檢測、骨質疏鬆衛教宣導及醫師保健諮詢服務。
- 鎮南宮：4月14日(一)，9:00-11:00
地址：樹林鎮南宮(新北市樹林區千歲街2號)
活動內容：用藥安全宣導、血糖、血壓、體重、腰圍、膽固醇檢測及醫師保健諮詢服務。
- 板新發展協會：4月22日(二)，9:00-11:00
地址：西安里活動中心(新北市板橋區民生路2段臨89號之1)
活動內容：中風黃金三小時宣導、血糖、血壓、體重、腰圍、膽固醇檢測及醫師保健諮詢服務。
- 中和德行里：4月24日(四)，9:30-11:45
地址：里辦公室(新北市中和區中正路211巷13弄3號)
活動內容：血糖、血壓、體重、腰圍、膽固醇檢測、口腔癌篩檢及衛教宣導。

社區健康發展中心祝您健康・平安！
洽詢電話：(02)7728- 2316吳小姐

◎ 服務諮詢專線

24小時總機服務專線：(02)8966-7000

24小時藥物諮詢專線：(02)7728-2123

24小時自殺防治專線：0917-567-995 (你就一起567救救我)

特約門診專線：(02)7738-5577或 0930920180 (週一至週五 8:00-17:00；週六 8:00-12:00)

客服中心專線：(02)7738-7738 (週一至週五16:30後轉總機服務；週六 8:00-12:00)

營養諮詢專線：(02)7728-2046 (週一至週五 8:00-17:00；週六 8:00-12:00)

顧客意見反映專線：(02)7728-1091 (週一至週五 8:00-17:00；週六 8:00-12:00)

慢箋預約領藥專線：(02)7738-6056 (週一至週五8:00-20:00；週六 8:00-12:00)

青少年健康中心專線：(02)7738-0025 (週一至週五 8:00-17:00；週六 8:00-12:00)

◎ 服務諮詢時間及地點

週一至週五 8:00-17:00；週六 8:00-12:00

服務諮詢項目	地 點	電 話
一般諮詢服務	一樓服務台	(02)7728-2124、7728-2144
社會福利諮詢	一樓社福櫃檯(7-11旁)	(02)7728-2937
藥物諮詢室服務	一樓門診藥局旁 (週一至週五9:00-21:00；週六9:00-13:00)	(02)7728-2123
轉診服務諮詢	一樓轉診中心	(02)7728-1116
早期療育服務諮詢	一樓醫護大樓	(02)7728-2297
免費癌症篩檢服務諮詢	一樓整合式預防保健中心	(02)7728-2209、2101
牙科身心障礙特約服務諮詢	二樓牙科門診櫃檯	(02)7728-2201
眼科準分子雷射服務諮詢	二樓眼科門診櫃檯	(02)7738-6051
醫學美容中心服務諮詢	四樓醫學美容中心櫃檯	(02)8966-6206
健康管理中心服務諮詢	地下一樓健康管理中心櫃檯	(02)7728-2345

來院地圖



捷運

台北市及新北市搭捷運板南線往永寧方向直接至亞東醫院站下車(2或3號出口)

土城及樹林民眾搭捷運土城線往南港方向直接至亞東醫院站下車(2或3號出口)

公車

■ **亞東醫院站下車(南雅南路)**：51號、99號、F501號、805號、812號、843號、848號、889號、810號、847號、藍37號、藍38號

■ **亞東技術學院站下車(四川路)**：57號、796號、234號、265號、656號、705號、1070號(基隆-板橋)

■ **桃園機場乘車**：1962號(大有巴士)、9103號(大溪-台北)

火車 / 板橋火車站轉乘捷運板南線往永寧方向至亞東醫院站下車(2或3號出口)

停車服務 / 平面收費停車場

代客停車服務

為節省你的寶貴時間，請多加利用代客停車服務。

本院為服務病患及家屬，特於急診處設有代客停車服務，以便前來本院就醫者使用。

服務時間：早上8點至晚上10點。

收費方式：每小時30元(每次酌收30元服務費)。

服務電話：(02) 7728-2075

『植牙』讓您美觀且笑口常開

「醫生，我媽媽的全口假牙好像戴不住，吃一頓飯咬好久，還常常抱怨很痛！」

「醫生，我以前的假牙，缺一顆就磨兩顆做成三顆，後來磨的牙又蛀壞了，我真的很怕再磨掉好的牙齒了！」

您或您周遭的親朋好友是否也有類似的困擾？根據統計，台灣民眾65歲以上的人口中，有九成的人口中有假牙，其中四成有活動假牙；口中有超過20顆自然牙的人不到六成。牙齒對每個人的健康、營養需求、說話、外貌、社交活動等等都非常重要，終其一生都要好好照顧。

傳統假牙的做法

牙齒還是以自然牙最好。可是如果不幸缺了一顆或兩顆牙，傳統上製作牙橋必須修磨掉相鄰的至少兩顆以上的牙齒，反而又增加這些牙齒蛀牙或牙周病的機會，力量上的負擔也加重。

植牙的優點

- 不需再修磨隔壁好的牙齒，保留牙齒的完整性，減少再蛀牙的機會。
- 取代活動假牙，避免配戴活動假牙的不適。
- 咬合感及形態接近自然牙。
- 對於必須配戴活動假牙的情況，利用植牙可使活動假牙更穩固。

現在有很多人選擇植牙的方式，免去再傷害好的牙齒，咬力增加了，清潔上也比牙橋容易。

植牙治療已逐漸普遍，但畢竟屬於侵入性的治療，有各個面向（包含：骨質、骨量、咬合、全口狀況、身體狀況…等）專業的考量，絕不是「缺牙就種」，或是天花亂墜的神奇效果。如果您也有缺牙的困擾，請先諮詢植牙專科醫師，經由完整詳盡的檢查，提供屬於您適當的治療方式。



可選擇氧化鋯全瓷材質，避免金屬透出的困擾



在缺牙範圍較大的情況，植牙可以取代佩戴活動假牙的不適感，提供較接近自然牙的咬合



或是利用植牙提供活動假牙足夠的固著力，即使配戴活動假牙也能有良好的咀嚼功能



亞東紀念醫院



諮詢專線：(02) 7728-2201、1210
牙科部假牙齦復科

新生兒免費檢查



針對新生兒常見的先天性異常，推出重點式健康篩檢，相信每個新生兒都是父母心中的寶貝，這份檢查將是您送給寶貝最好的見面禮。

- 檢查項目
- 腦部超音波
- 腹部超音波

- 心臟超音波
- 高功能心電圖
- 臍帶血過敏原



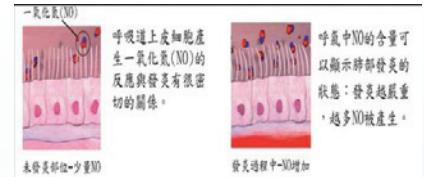
小兒部超音波諮詢電話：(02)7728-4443

『氣』喘診斷小尖兵

一氧化氮跟氣喘的關係？

經研究證實，過敏氣喘患者的吐氣一氧化氮會比健康人高，尤其在急性發作期數值會更升高。

經醫師評估安排，提供不同年齡層一氧化氮檢查服務。



哪些小孩需要吐氣一氧化氮檢查呢？

- 疑似氣喘者—作為診斷參考工具
- 已診斷氣喘者—作為氣喘治療的成效監測
- 氣喘住院患者—作為急性期治療效果的評估



吐氣一氧化氮測量(大於6歲)

吐氣一氧化氮檢查優點

- 操作快速簡單，臨床相關性佳
- 安全無侵入性，無任何副作用
- 檢測無年齡限制



吐氣一氧化氮測量(小於6歲)



亞東紀念醫院



小兒部過敏免疫科諮詢電話：
(02)7728-4103