

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：成為民眾首選的
醫學中心

2024年4月號

ISSN 2310-9696

NO.293



照護兒少茁壯 健康快樂成長

兒童特刊
專欄報導

- 母嬰親善醫療院所 守護親子最初的愛與擁抱
- 兒童口腔健康與呼吸道感染的相關性
- 常見兒童發展與睡眠的四種問題
- 打破癢癢循環 異位性皮膚炎照護攻略
- 剖析小兒外科常見疾病
- 只喜歡「這樣玩」的孩子
談自閉症孩童的遊戲困境與引導方式
- 談雙語兒童的語言發展





發行人／邱冠明

發行所／醫療財團法人徐元智先生醫藥
基金會亞東紀念醫院

院址／220新北市板橋區
南雅南路二段21號

總編輯／陳芸

發行單位／秘書處

執行編輯／涂晏慈

編輯委員／簡嘉琪 廖俊星 邱彥霖
吳文毅 鄧仲仁 黃裔貽
程音 吳欣宸 孫淑慧
熊蕙筠 徐永芳 吳盈湘
陳韻靜 羅妘妤 吳俊廷

※本刊物照片均經當事人同意後刊登

Designed by Feme

亞東醫院社服基金

劃撥帳號：05758585

戶名：醫療財團法人徐元智先生醫藥基金會
亞東紀念醫院

歡迎訂閱亞東院訊電子報

<http://www.femh.org.tw/message/message.aspx>

手機掃描
亞東院訊
QR Code



總編輯的話

最近保母虐童致死案，引起社會輿論且令人感到痛心。最 2023年由亞東醫院開發「兒保聯盟數位學院」，針對兒童成長過程的風險介紹兒童發展、兒少保護及心理三個面向，並在2024年4月3日舉辦「疼惜咱的寶貝」兒保聯盟數位學院啟動儀式，期能提升民眾認知及時通報，進而保護兒童安全，建立健康的成長環境。

本院長期致力於提升嬰幼兒照護，也是母嬰親善認證醫院。從產前孕期開始由專業婦兒醫療團隊，提供準媽媽孕期營養衛教、設有樂得兒產房讓準媽媽有專屬的待產空間、定期舉辦母乳支持團體衛教課程、產後關懷服務，讓媽媽與寶寶得到全方位完善的照護。

此外，因兒童抵抗力較容易生病，總是讓爸媽擔憂，本期兒童特刊專欄以兒童口腔保健、異位性皮膚炎、自閉症行為、語言的發展學習、睡眠障礙及小兒外科常見疾病等，作一系列的介紹。

其中，兒童口腔保健部分，要遵守「二要一不」的原則，就是睡前要刷牙、要使用含「氟」牙膏、不要傷害牙齒，少甜食，多漱口預防齦齒。而讓爸媽們也相當困擾的就是異位性皮膚炎，因其搔癢難忍且抓癢容易破皮引發感染，因此除了醫療治療外，適當清潔與保濕、避免刺激因素等，都可以降低異位性皮膚炎帶來的困擾。

在遲緩兒童的部分，因遲緩問題通常會影響日後感覺統合、運動平衡、學業表現、情緒管控、語言溝通及社交能力的發展，醫師建議需至兒童發展整合門診評估，作後續的治療。孩童成長階段，若發現外觀明顯異常，如：雞胸、漏斗胸、泌尿生殖系統異常等，則建議至小兒外科門診諮詢醫師進一步檢查。

到了青少年階段常會遇到多方面的疑惑和困擾，來自於生理、心理、課業、人際關係以及親子溝通等問題。本院秉持和青少年成長中的煩惱同時，由家庭醫學部及精神科分別執行青少年的精神和心理健康計畫，開設青少年預防保健門診與幸福九號（青少年親善生育服務），也舉辦青少年校園健康促進活動等，提供青少年醫療諮詢及照護促進其身心健康。

孩子，是未來的希望。願我們能一起為孩子建構更安全的環境，也創建終身受用的健康資產！



〔時事話題〕

2 新北市兒少防暴英雄聯盟 缺你不可！

◎社會工作室／張灝云 副課長

〔ESG專欄-卓越醫療〕

4 提升醫療品質有成

榮獲醫策會國家醫療品質獎多項肯定

◎品質管理中心／陳韻靜 副課長

〔醫療創新〕

8 找出病原菌的新武器 總基因體次世代定序

◎感染科／蔡茂松 主任

〔兒童特刊 專欄報導〕

10 母嬰親善醫療院所 守護親子最初的愛與擁抱

◎婦產部產科／林培瑩 衛教師

12 兒童口腔健康與呼吸道感染的相關性

◎牙科部兒童牙科／賴俊成 醫師

14 常見兒童發展與睡眠的四種問題

◎小兒部神經科／楊明道 醫師

16 打破癢癢循環 異位性皮膚炎照護攻略

◎小兒部過敏免疫風濕科／陳秀春 衛教師

18 剖析小兒外科常見疾病

◎小兒外科／夏肇聰 主任

● 20 只喜歡「這樣玩」的孩子

談自閉症孩童的遊戲困境與引導方式

◎兒童發展中心／陳人瑜 職能治療師

22 談雙語兒童的語言發展

◎兒童發展中心／王婉甄 語言治療師

〔藥師說藥〕

24 談孩童生長激素缺乏症及治療藥物

◎藥學部／林晟彰 藥師

〔醫療園地〕

26 和青年少成長中的煩惱同行

「青少年的精神和心理健康計畫」

◎精神科／江惠綾 醫師

28 青少年身心友善照護「青少年特別門診」

◎家庭醫學部／陳冠翰 醫師

〔活動花絮〕

30 愛不停歇 國際獅子會300 B2區

兒癌病房善款捐贈活動

◎社會工作室／張灝云 副課長

31 童心 同在

◎社會工作室／謝佩君 社工師

〔衛教課程〕

32 4月1日-4月30日衛教講座課程



新北市兒少防暴英雄聯盟 缺你不可！

社會工作室／張瀞云 副課長

最近新聞剴剴虐童案件，全國人民無不感到痛心，大家都期待沒有受虐兒，或至少希望孩子能趕快被帶離受虐情境，健康平安的長大。然而，兒少社會安全網不僅需要政府、醫院、民間非營利組織的投入，更需要社區的大家一起聯手，這些兒童生活在社區之中，我們都有可能是「第一個」發現人，開啟兒少保護開關的重要樞紐。因此，更需要您一同加入，兒少防暴英雄缺你不可！

兒童成長的過程中潛藏很多風險，不單單只是新聞報導的兒虐事件，這些風險可能來自兒童身心健康問題、家庭因素、社交風險、學校或社會環境，加上近幾年新興的網路風險，讓兒童成長及家長照顧更顯複雜及困難。

疾病遲緩藏其中、照顧技巧增困難

嬰兒哭泣、兒童疾病、發展遲緩等等，這些孩子日常生活照顧非常具有挑戰性，長期照顧下來往往讓父母厭世到抓狂，身心淹沒在疲憊及挫折之下，這些父母其實也需要被照顧，需要有人告訴他們孩子發生什麼事，可以到那裡去求助，以及提供照顧的技巧，一旦父母受到足夠支持，孩子就能獲得好的照顧。

居家環境藏危機、事故傷害排第二

根據衛福部統計資料，台灣地區 0-17 歲以下孩童前三大死因，「事故傷害」排名

第二，死亡原因以運輸事故、意外溺死或淹沒、跌倒（落）為最多。很多家長認為家庭是最安全的地方，卻忽略居家環境潛藏許多危險因子，如：陽台、窗簾、浴室等，一不留神都有可能造成孩子受傷，甚至死亡，留下自責懊悔的父母。為避免憾事發生，需要提醒父母進行居家安全檢核，提升照顧者的安全意識。

兒少心理藏風險、憂鬱自殺漸攀升

根據衛福部統計資料，10-14 歲、15-19 歲兩個年齡層的青少年，自殺死亡率（每 10 萬人口）自 10 年前的 0.3、2.6，到 2022 年已經增加到 1.6、5.4，從數據中可以發現青少年的自殺死亡率逐年攀升。導致兒少自殺原因往往與憂鬱症、學校與網路霸凌、課業壓力、家庭壓力等有關，而且兒少通常不會與父母求助。父母需認識兒少常見的心理狀態及行為反應，提高兒少情緒的覺察力與敏感度。

網路安全藏隱憂、霸凌色情日漸增

疫情學校的線上課程，加深了孩子的網路使用習慣，實體的人際互動逐漸轉變成網路互動或交友，五花八門的平台增加孩子接觸訊息的風險，進而提高親子關係的緊張度，父母無法阻擋網路的吸引力，因此父母需重新學習監督和引導兒童正確使用網路的方法，以協助孩子應對網路可能帶來的各種挑戰。

兒保聯盟數位學院正式啟動！邀請您一同加入，成為兒保聯盟的一份子！

2023年亞東醫院兒保中心與衛生福利部、新北市政府家庭暴力防治中心、明倫基金會、板橋扶輪社共同合作，由亞東醫院開發「兒保聯盟數位學院」，針對兒童成長過程的風險，以短片方式介紹兒童發展、兒少保護、兒少心理三個面向的課程，透過淺顯易懂的影片，期許透過數位學院，增加社會大眾對於教養、照顧、法律、通報有更正確的認知，降低教養困難及兒虐風險，並且更願意關注兒少議題。保護一個孩子需要全區的力量，除了政府、醫療、民間公益團體，

更需要您一起攜手串起兒少安全網，一旦發現周遭孩子遭受身體、精神、性虐待或嚴重疏忽等不當對待，能及時提供協助通報，降低憾事發生，期許建構適於兒童發展及安全成長的友善環境。

2024年04月兒少英雄聯盟教育資源網正式啟用，邀請社區居民、鄰里長、商家、公司行號、診所等一同登入「兒保聯盟數位學院」網站，您可以個人或企業團體名義登入，裡面共有50支影片，每支影片約3-5分鐘，完成15支影片便可成為「兒保知識王」、30支影片為「兒保尖兵」、50支影片則為「兒保英雄」，歡迎大家一起加入，成為兒保英雄聯盟的一份子。

「疼惜咱的寶貝」兒保聯盟數位學院啟動儀式！歡迎踴躍參加！

活動時間：2024年4月3日（星期三）早上10點

活動地點：亞東醫院一樓門診大廳

指導單位：衛生福利部

主辦單位：亞東醫院、新北市政府家庭暴力暨性侵害防治中心、
板橋扶輪社、明倫基金會

合辦單位：Dicos 德克氏脆皮炸雞 - 板橋南雅店

活動內容：活動當天柚子超人及動漫玩偶會在現場與大家同樂。



兒保聯盟數位學院
QR Code

- 兒少英雄聯盟教育資源網啟動儀式。
- 兒童發展免費篩檢服務。
- 活動當天登入數位學院，便可獲得可愛氣球手拿棒。
- 個人英雄獎勵：4月底完成15支影片的觀看（總計約45分鐘），成為兒保知識王者，便可獲得德克氏套餐一份，共計400份。（兌換地點：僅德克式板橋南雅店可進行兌換）
- 企業團體英雄獎勵：12月底企業團體員工人數達1/2取得兒保英雄者，將於年底舉行兒保英雄徽章表揚大會，致贈英雄徽章一枚。



提升醫療品質有成

榮獲醫策會國家醫療品質獎多項肯定

品質管理中心／陳韻靜 副課長

本院秉持醫療服務要「以病人為導向」、醫院管理要「全體員工參與」、全面品質要「持續不斷改善」，篤實扎根、積極投入，年年不間斷參與由財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會（簡稱醫策會）舉辦，堪稱全國年度醫療品質朝聖殿堂 - 國家醫療品質獎（National Healthcare Quality Award, NHQA）已達 23 年。

本屆競賽榮獲【1金、1銀、4優選、2佳作、2標章、1創意】，另外，醫策會特別頒發最高榮譽獎，本院由林佐武醫師榮獲「品質耆碩獎」，感謝評審委員長期持續投入 NHQA 國家醫療品質獎評審工作，協助成就我國卓越的醫療品質。本院將持續深化與精進醫療照護品質、堅持自我改變及創新，推動永續發展藍圖（如表一）。



↑第 24 屆國家醫療品質獎 (NHQA) 獲獎團隊與
醫策會長官合照

表一、本院 2023 年第 24 屆國家醫療品質獎 (NHQA) 獲獎說明

組別	獎項	得獎團隊	
傑出醫療類	金獎	全民好聲音	亞東醫院噪音治療中心 噪音治療中心
文獻查證臨床組	銀獎	實證醫學中心、麻醉部、藥學部	
主題改善菁英組	優選及創意獎	提升婦科手術後病人早期下床達成率	4B病房 (婦Panda圈)
主題改善組	佳作	運用 HFMEA 降低門診兒科預防接種錯誤率	門診護理站、藥學部、小兒部、資訊處、品質管理中心
智慧醫療類-解決方案組	優選	Mobile Intelligence 麻醉圍術期照護平台	麻醉部
	優選	亞東精準醫療智慧永續平台：以台灣精準醫療計畫為例	醫學研究部
	標章	數位互動學習平台，實踐精準教學	院長室、麻醉部、教學部、企劃處、資訊處、圖書館、教材室
	標章	前進元宇宙，引領營養醫學教育新趨勢	營養科
擬真情境類-急重症照護組	優選	急診醫學部	
擬真情境類-產兒組	佳作	護理部、婦產部、小兒部	

【品質耆碩獎】

整形美容外科／林佐武醫師



我在台大醫院跟隨朱樹勳醫務副院長（現為徐元智先生醫藥基金會副董事長）做醫務秘書，開始接觸品管圈、臨床路徑及其他醫療品質，接著在李源德院長時期當台大醫院企管室主任，接觸更多管理及品質。1999年來到亞東醫院接觸品質管理，也參與了醫策會的品質委員及評鑑業務，跟各方大師們相互學習，增進了不少品質管理知識。轉眼間二十幾年過了，在亞東一群同好同仁的共同努力下，也都能接續提升醫療品質。榮獲醫策會頒發最高榮譽「品質耆碩獎」肯定，與亞東品質醫療團隊共享榮譽。

傑出醫療類【金獎】全民好聲音 亞東醫院嗓音治療中心

獲獎團隊：嗓音治療中心

嗓音治療中心／王槃德主任



本院嗓音中心發展多樣化的嗓音微創手術，包括聲帶注射、綠光雷射、顯微皮瓣手術等，搭配量身訂做的嗓音治療。10年來發表超過30篇論文，持有多項專利並成功技轉，更獨步全球開發嗓音即時測量、AI偵測聲門喉癌以及高達2,000例之亞東嗓音資料庫，獲得遠東精神獎、國家新創獎、醫療公益獎、國家醫療品質獎等肯定。

文獻查證臨床組【銀獎】

獲獎團隊：實證醫學中心、麻醉部、藥學部

實證醫學中心／洪順發主任



實證醫學中心的核心理念是提供現有研究證據與臨床專業知識呈現給醫療團隊及患者，希望結合患者的價值觀和期望，讓患者得到最優質的醫療照護。實證醫學的方法強調使用系統性的研究審查和評估，確保治療決策基於科學證據，並個體化治療以滿足患者的特定需求。實證醫學注重持續的學習與改進，旨在增強醫療效率並改善患者結果。

主題類改善菁英組【優選及創意獎】提升婦科手術後病人早期下床達成率

獲獎團隊：4B 病房（婦 Panda 圈）

婦科病房／楊孝鈴護理長

術後病人早期下床，可幫助快速復原，但術後常常會因為管路留置、活動時傷口會疼痛等原因而影響病人下床意願，本院醫療團隊透過制訂術後早期下床照護流程、拍攝緩解疼痛及下床活動指導影片、設計趣味闖關集點活動、設置線上互動平台以及一對一諮詢服務等，有效提升術後病人早期下床比率，幫助術後儘快恢復健康，提升照護品質。





主題類改善組【佳作】運用 HFMEA 降低門診兒科預防接種錯誤率

獲獎團隊：門診護理站、藥學部、小兒部、資訊處、品質管理中心

門診護理站／張玲仙護理師



在提升寶貝保護力的同時，用藥安全更是醫療品質與病人安全之首要目標。流程標準化是防止失誤與人為異常的一種防錯機制，因人為落實不夠標準及資訊限制無法廣為運用，而運用 HFMEA 分析工具、教育訓練、品管稽核、增建醫囑管控機制、利用條碼技術讀取資料，製作成貼紙，便於黏附於兒童健康手冊之黃卡紀錄，為臨床業務帶來便利與幫助，亦讓病人享有更迅速、安全的醫療服務。

智慧醫療類解決方案組【優選】

Mobile Intelligence 麻醉圍術期照護平台

獲獎團隊：麻醉部

麻醉部／施乃文醫師



理想的醫療系統是醫療人員的最大助力，目標加強病人安全、增進照護品質、方便資源管理以及提升工作效率。在病歷數位化且院區病房分佈分散的今天，資訊完整且操作容易的電子醫療系統是達成上述目標的最佳解答，因此新系統的開發必須兼顧穩定性、資訊安全性、醫療人員可近性，與操作簡便性。本院採用網頁版麻醉圍術期系統，並納入 AI 人工智能風險評估功能，讓臨床工作複雜度與量體上升的醫療人員能安全、快速的進行病人照護，同時方便管理階層了解資源分配，增進醫療運所整體運作效率。

智慧醫療類解決方案組【優選】

亞東精準醫療智慧永續平台：以台灣精準醫療計畫為例

獲獎團隊：醫學研究部、資訊處

醫學研究部／黎詩韻管理師、邱彥霖主任



亞東精準醫療智慧永續平台之建置起始點是基於配合國家政策參與台灣精準醫療計畫 (Taiwan Precision Medicine Initiative; TPMI)，但實質為精準醫療落地應用的系統建置。由於基因資料之解析日新月異，大多數基因與疾病的關聯性並未被證實，本平台基於更多自動同步更新的文獻實證，可與時俱進，擴充其可提醒的藥物、疾病風險以及健康照護範圍。預期透過預防、治療以及促進各年齡層健康，持續推廣全人精準醫療之永續發展。

智慧醫療類解決方案組【標章】數位互動學習平台，實踐精準教學

獲獎團隊：院長室、麻醉部、教學部、企劃處、資訊處、圖書館、教材室

教學部／林珮君行政主任



本院透過教學部與資訊處合作，整合數位學習、E-Portfolio、2D 動畫、VR、互動式電子書及 Linebot 等六大智慧學習工具，發展一個數位互動學習平台。此平台提供多元且個人化的訓練，有效降低學習障礙和教學負擔，並透過減少紙張使用降低碳排放，促進環境永續。期望此模式能推廣至其他醫院，並融入生成式 AI 等新科技，提升使用者體驗，為醫學教育設立新標準。

智慧醫療類解決方案組【標章】前進元宇宙，引領營養醫學教育新趨勢

獲獎團隊：營養科

營養科／欒家菁主任

營養科透過 Moodle 為新進營養師及實習學生營養醫學教育網路學習平台，創建多元互動智能教材運用於適合的教學情境，如：多媒體語音教學於營養諮詢指導、2D 影片於全人照護教學、3D 膳食影片於廚區管理課程、VR 虛擬實境於督餐教學等，創造令人印象深刻的學習體驗並提升學習成效。

擬真情境類急重症照護組【優選】

獲獎團隊：急診醫學部

急診醫學部／陳宣安醫師



本院急診醫學部參與醫策會主辦的擬真情境急重症照護組競賽，在眾多醫院中脫穎而出，獲得優選。急診醫學部透過日常紮實的訓練，在競賽中展示了高效率的急重症照護能力和團隊合作精神，並以其專業知識、靈活應對危急情況的能力以及有效的溝通協調獲得優選。這次的成績不僅是對急診醫學部的肯定，更凸顯了亞東醫院在急重症醫療的卓越能力和傑出表現。

擬真情境類產兒組【佳作】

獲獎團隊：護理部、婦產部、小兒部

產房／黃姿螢副護理長



本院為新北市高危險妊娠轉診中心，承接高危險妊娠及新生兒醫療的重擔。2023 年產兒團隊參與醫策會產兒組擬真情境類競賽，競賽中醫護團隊相互溝通與冷靜應對，順利完成分娩的任務，並獲得國家品質獎 (NHQA) 擬真情境類產兒組佳作之肯定，展現亞東醫院深耕醫療品質，落實價值醫療的卓越表現。

找出病原菌的新武器 總基因體次世代定序



專長：
感染科／蔡茂松
主任
一般感染症、愛滋病



感染科衛教文章
QR Code

次 世代定序 (NGS) 是一種革命性的 DNA 測序技術，能讓我們迅速且精確地閱讀遺傳信息。像是一個超級快的閱讀器，在很短的時間內閱讀基因序列的，進而獲得大量的遺傳數據。

次世代定序將 DNA 或 RNA 分成小片段，並同時對這些片段進行分析，最後再將它們重新組合起來。NGS 的應用範圍極廣，包括：疾病診斷、個性化醫療、新藥開發以及科學研究。

總基因體次世代定序 (Metagenomic Next-Generation Sequencing, mNGS) 可以將樣本中所有微生物的 DNA 或 RNA 以定序的方法，同時識別出多種微生物種類。

感染症診斷的新武器

在新冠病毒橫掃全球的這段期間，核酸檢測成了近年來注意的一個話題。不過，除了新冠肺炎的核酸檢測之外，其實還有一堆感染症在悄悄地威脅著大家的健康，像是腦炎、肺炎跟敗血症等等。傳統的檢查方法對於這些嚴重感染往往找不到病因，讓醫生們頭痛不已。這時候，一種叫做總基因體次世代定序 (mNGS) 的新技術應運而生，被視為是診斷病原的一大利器，也是感染症在精準醫療新時代的來臨。

傳統診斷方法：尋找看不見的敵人

以往，要找出感染的原因，除了醫生的經驗需要加上一連串的檢測，包括抽血檢查和培養。這些傳統方法雖然有它的價值，但是也有很多限制。比如說，培養要花很多時間，而且有些特殊的菌種在人工環境下根本長不出來或是培養需要長達數週。血清學檢查則是看身體對病菌的反應，但這反應每個人都不一樣，而且隨著病程變化而變化，林林總總加起來，估計所有的感染症，可以找出病源的大概只有百分之三十。

精準醫療時代要求更快、更準確的診斷工具。總基因體次世代定序 (mNGS) 這項技術不需要事先知道潛在病原體。它通過對來自病人樣本中的 DNA 或 RNA 進行定序，然後和資料庫裡的基因組比對，這樣就能找出是哪種已知或未知的病原體。

mNGS：感染症診斷的新革命

這種技術改變了我們對於診斷感染病的方式。不像以前要根據病原體來決定怎麼檢測，mNGS 能一次過給出樣本中所有微生物的DNA或RNA的全貌。這不僅是進步，更是一大躍進，讓診斷變得更精準、更個人化、更有預見性。

本院也在這波浪潮中累積自己的經驗，一名印尼籍男性移工來台，正常工作一陣子，被同事發現行為異常、發燒、不言不語，最後四肢癱軟送往醫院，住院近一個月，經過腦部核磁共振、電腦斷層檢查、三次的腦脊髓液檢查、細菌培養、黴菌培養、結核菌染色及培養、抗原檢查、抗體檢查、結核菌核酸檢測、多重核酸檢測，

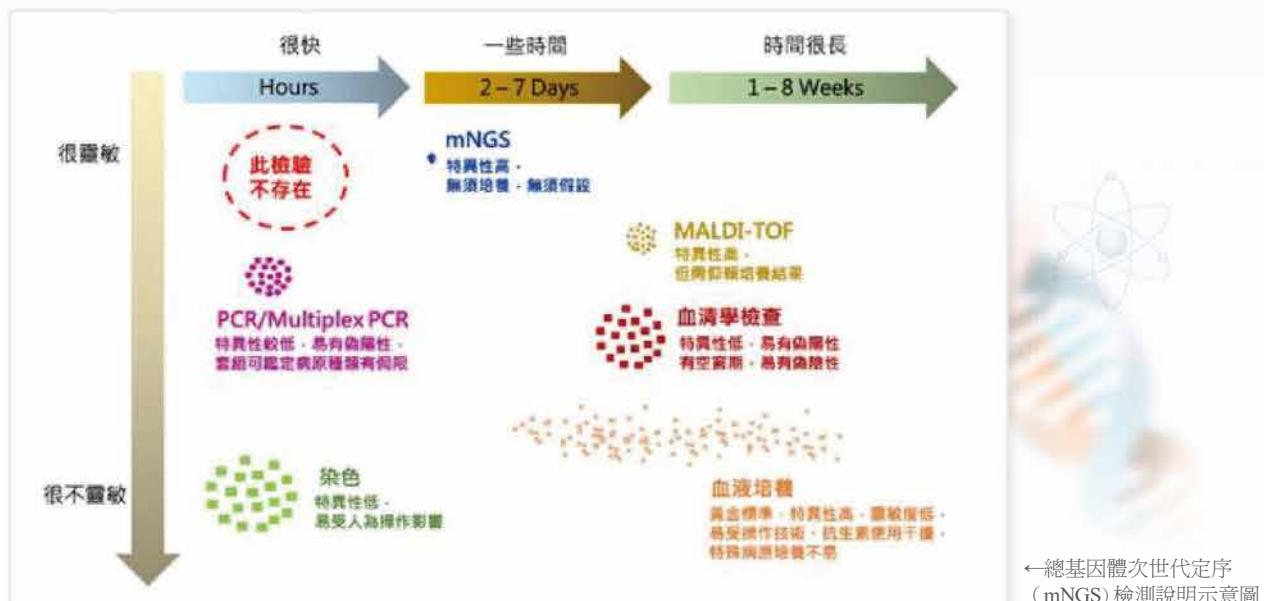
都找不出病原，眼見病況惡化，因而轉至亞東醫院，後續經過總基因體次世代定序 (mNGS) 診斷確定是結核性腦膜炎，經治療後病人得以恢復，意識清楚地步行出院，順利返家。

未來應用：將 mNGS 整合進臨床使用

要讓 mNGS 在臨床上廣泛使用，還有一些困難要克服。比如說，這項技術需要先進的設備和專業知識，而且解讀資料也相當複雜，費用也十分的高昂。

專家們建議，在特定情況下使用 mNGS，比如傳統方法找不到病因，或者對免疫力較弱的病人進行檢測。目的不是要取代傳統方法，而是要補強現有檢查的不足，讓我們有更多工具對抗感染症。

隨著技術的進步和成本的降低，mNGS 將在臨床診斷上扮演更重要的角色，幫助醫師更快找到治療方法，挽救更多生命。要做到這點，需要臨床醫師、微生物學家、生物資訊學家和政策制定者的合作，攜手克服挑戰，共同迎接這個新診斷時代的來臨。





母嬰親善醫療院所 守護親子最初的愛與擁抱

婦產部產科／林培瑩 衛教師

衛生福利部國民健康署自 2001 年開始推動全國母嬰親善醫院認證，本院由專業婦兒醫療團隊營造高品質的母嬰親善環境已連續 16 年通過母嬰親善醫院認證，提供媽媽與寶寶最完善的照護。

產前門診

孕期開始，產科衛教師會向準媽媽介紹本院為母嬰親善醫院，與其討論哺乳與育兒的想法及意願，懷孕第 28 週起提供母乳哺餵相關衛教與指導，包括：教導如何抱寶寶，正確哺乳姿勢（含躺餵）、依照嬰兒的需求哺乳，不限制哺餵母乳的時間及次數等。讓準媽媽及家屬了解哺餵母乳的重要性，建立其哺乳的信心，順利享受初為人母的喜悅以及與準媽媽及其家人共同討論親子同室與嬰兒室照顧的優缺點，讓準媽媽能更快了解親子同室的功能及因應。

本院也定期舉辦準父母教室，由醫護人員詳細講解各種孕期常見症狀及問題，鼓勵準父母共同參加課程活動。鼓勵準媽媽建立親子共讀的習慣，在懷孕中期講話或朗讀書籍給寶寶聽，持續透過寶寶熟悉的聲音感受到媽媽的愛，甚至可激發腦部日後語言學習發展。

產房

為提供準媽媽及家人專屬的待產空間，本院設有樂得兒產房讓準媽媽可以有放鬆的視聽育樂，以及有家人陪伴減少恐懼。當寶寶出生，經評估母嬰情況穩定，以不催促、不限制方式，由護理人員協助讓媽媽在產檯上與寶寶「skin to skin」皮膚接觸，並進行第一次哺餵母乳，給寶寶及媽媽溫暖、溫馨哺餵母乳的開始。

產後病房

全面推行親子同室，鼓勵產婦及家人共同參與母嬰陪伴與支持照顧。產後 4 小時，寶寶經小兒科醫師檢查情況正常即可施行，藉由親子同室可以觀察了解寶寶的生活作息，以及寶寶想喝奶的行為，依據寶寶需求給予哺餵母乳及學習如何照顧寶寶。

為符合感染管制及母嬰安全政策，親子同室不同床，產婦與家人不需擔心感染與寶寶照護問題，整個住院過程皆有專業護理人員在旁指導及協助，例如：哺餵母奶、維持泌乳及儲存奶水等相關知識及技巧，若寶寶因身體狀況或其他因素無法立即哺餵，護理人員會指導產婦手擠乳及儲存方式，以備必要時使用。



←產科衛教師會與準媽媽討論哺乳與育兒的想法及意願

↓向準媽媽們說明待產時，本院樂得兒產房相關注意事項

嬰兒室

本院也定期舉辦母乳支持團體聚會，並有轉介系統協助持續哺餵母乳，哺乳室 24 小時開放，只要寶寶餓了隨時都可哺餵以滿足寶寶的需求。除了醫療上需求，不提供母乳之外食物，嚴格禁止廠商到院內推銷產品。

產後照護

母乳哺餵是兒童的基本權利，純母乳哺餵應該達到出生後六個月以上，持續哺餵到 2 歲半。產後返家最好的哺餵方式是親餵，離院前醫護人員會衛教及與產婦討論寶寶的餵食計畫，並於出院後提供產後關懷服務，追蹤持續哺餵的情形。

本院設有 24 小時母乳哺育免費諮詢服務，以及轉介支持團體，提供媽媽們互助分享哺乳經驗，由產前至產後持續給予哺乳支持協助與關懷。



結論

本院用心提供符合產婦需求之親善生產照護，致力推廣母乳哺育與親子同室。著重「產前衛教、產中指導、產後實作」等照護，從生產成功銜接母乳哺育，讓新手媽媽在家人支持及共同參與下，可輕鬆扮演好媽媽的角色，享受育兒的樂趣。



兒童口腔健康與 呼吸道感染的相關性

牙科部兒童牙科／賴俊成 醫師

專長：兒童牙科、青少年矯正、膺復牙科



牙科部衛教文章
QR Code

維持口腔健康提升免疫力，可預防兒童 呼吸道感染

常常接到手術治療齲齒的小朋友改約的電話，理由是又感冒了。究竟齲齒嚴重程度與呼吸道感染是否有相關性呢？

其實口腔是呼吸道與消化道的入口，它也是呼吸道病原菌的儲存槽，如肺炎披衣菌就居住在我們的口腔中；有牙周疾病的住院病人也容易因為口腔衛生不良而導致院內感染性肺炎。有許多機制可以去解釋為何不良的口腔健康容易導致呼吸道感染或肺炎，例如口腔病原體容易侵入高風險族群人們的下呼吸道；也會刺激唾液酵素的釋放改變呼吸道的黏膜表面，使病原體容易寄居。牙周病人口腔內的發炎細胞激素會改變肺臟表皮對於病原體的吸附性，使細菌容易進駐肺臟內，進而造成感染。因此，改善口腔健康能減少口咽病原菌於呼吸道的寄居，以及減少呼吸道疾病的併發症。

前幾年新冠肺炎大流行，人們不勝其擾。大體上來說，口腔健康與新冠肺炎的關係主要是間接的，由於口腔衛生不良與慢性疾病和免疫力低下的病人息息相關，這些

疾病或狀態的人感染新冠肺炎之後，容易成為中重症的高風險族群，因此口腔衛生不良確實會間接使感染新冠肺炎的機率上升。WHO 對於 5 歲幼童在 2020 年齲齒率目標是低於 10%，台灣 5 歲幼童的蛀牙率卻高達 65%，足見對於維持口腔健康的意識仍須加強，還有很大的進步空間。

降低菌種差異性，以維持口腔健康

細菌的組成容易受到宿主基因、居住環境、飲食型態以及年齡因素所影響。由於時代進步的關係，人類從必需要狩獵採集才有食物，轉變成隨手可取得高碳水化合物，因此口內菌相也隨之改變。大致上來說，菌種組成仍由鏈球菌為大宗，在成人中大概佔 54%；兒童中 44%。較不同的是，在成人口腔菌相組成中，較容易發現乏氧菌；而孩童的口腔中較容易發現螺旋菌。兒童的口腔微生物菌相相對於成人來說，其菌種豐富度雖沒有差異，但均勻度和多樣性較高，與成人齲齒經驗較多與牙周疾病較盛行有關。大致上成人的口腔菌相組成容易受到口腔衛生習慣的影響。研究指出從不使用牙線的成人相對於頻繁使用牙線的成人，其口腔菌相的組成差異性較大，顯示其菌相中的惡菌可能較多。過去三個月有看過牙醫的人相對於超

過一年都沒有看牙醫的人其菌相中的惡菌較少，菌相組成較一致。兒童的口腔菌相則與體重和性別有關，肥胖與頻繁使用甜食可能會導致孩子的口腔菌相組成差異性大，惡菌較多；而男生又相對於女生有更大的菌種差異性。

健康飲食、養出口腔好菌以衝刺免疫力

口內環境存在著動態平衡，我們的牙齒表面具有生物膜，裡面寄宿著產酸菌或耐酸菌，這些產酸菌會快速運送碳水化合物並進行糖解作用產生乳酸、乙酸和丙酸，使得口內環境酸鹼失衡，產生齲齒；且當口內環境偏向酸性時，口內菌相便適合產酸菌或耐酸菌居住，使得一些能分泌脫氨酶與脲酶來中和口中酸鹼值的細菌減少。因此，為了培養口中好菌並減少感冒頻率，我們必須減少口中的致齲因子，增加口內的保護因子。如嚼食木糖醇口香糖（每天 6-10 克，一天吃 3-5 次）以增加唾液分泌量；若一定要吃零食，則可採取增量不增頻率的方式以避免口內酸鹼值波動；氟化物的使用也能有效減少口內產酸菌的數量，進而維持口腔健康。

醫師的叮嚀

飲食方面建議食用能多咀嚼、刺激唾液分泌以及增加口內自淨程度的高纖食物；選擇食物方面需多樣性，可合併原型、高蛋白食物於醣類飲食中；可多喝水以中和口中酸性以及潤滑食物方便吞嚥，並積極使用牙線。在提升免疫力方面，牛奶以及優格因致齲能力低且因含富含鈣質能些微減少齲齒的發生，因為乳糖相對於蔗糖對於細菌來說不好代謝，其中所含的鈣、磷、蛋白質以及脂肪可達到保護作用；母奶則不建議，母奶能提高免疫力但為高蔗糖的食物，建議 2 歲前戒除以避免兒童嚴重早發性齲齒產生。



↑ 幼童口腔衛教以提升身體免疫力



↑ 有效治療齲齒可減少口中惡菌，防止呼吸道疾病



常見兒童發展與睡眠的四種問題



小兒部神經科／楊明道 醫師

專長：癲癇診斷及藥物控制、兒童發展遲緩及早期療育、學習障礙（包含注意力不集中過動症）、兒童睡眠問題、頭痛、妥瑞氏症、一般兒科常見疾病



小兒部神經科衛教文章
QR Code

面臨少子化與醫療技術進步，在台灣大部份家庭中，家長關心家中寶寶的議題已逐漸不再是以營養不足、細菌感染敗血症為主。家中僅有的一至兩位寶寶每位都是父母的掌上明珠、膝下麟兒，如何吃好睡好、出人頭地是目前父母最常關心的議題，這也是已開發國家關注兒童的重點：寶寶是否睡得好？寶寶是否有發展遲緩？

閩南諺語常說「一暝大一寸」，意思是說小孩要長高必須多多睡覺，良好睡眠可以幫助生長激素分泌、有利於兒童成長；不僅如此，良好的睡眠也有利於兒童神經發展，睡不好的兒童已被證實白天專注力、學習力較睡得好的同齡兒童差。此外，發展遲緩兒童也較常見睡眠問題。以下和家長們說明常見兒童發展與睡眠問題。

何謂良好睡眠品質？何時要懷疑家中寶寶有睡眠問題？

評估睡眠品質好不好，最客觀的是在醫院進行睡眠檢查；然而家長也可初步藉由智慧手錶顯示的睡眠品質和睡眠專科醫師討論。無論哪一種方法評估，最重要的是看兒童及青少年是否會早上很難叫起床、白天在

課堂上會不會想睡覺、經常打瞌睡，初步判斷是否已影響白天功能、是否該就醫。常見兒童睡眠障礙的症狀包括：1. 早上很難叫起床，或是叫醒後還是常覺得睡不飽 2. 上課時常打瞌睡 3. 打鼾 4. 連續超過一個月以上，晚上很難入睡，或是很難一覺到天亮 5. 夜間睡眠時出現奇怪行為 6. 睡眠週期異常，例如夜貓子或睡眠週期混亂。有上述六種其一問題，家長便可至睡眠專科醫師門診諮詢。

何謂神經發展正常？何時要懷疑家中寶寶有發展遲緩？

嬰幼兒的發展主要分四大方向：粗大動作、精細動作、語言認知、社會情緒。如同台語俗諺所說「七坐、八爬、九發牙」，隨著年紀的增長，嬰幼兒開始發展出各種能力。簡單地說，無法表現該年齡要會的技能，比同年齡兒童差，便是發展遲緩。家長初步可以藉由兒童健康手冊每個年齡階段附上的篩檢問題，檢視家中兒童是否有達到所有要求的發展里程，當然於每次公費疫苗接種時和醫師討論兒童發展也是必要的。

發展遲緩疑似個案，目前台灣已制定並

公佈轉介流程，可經由多種管道轉介至設置有早期療育（簡稱：早療）聯合評估門診的醫院或評估中心，進行確立診斷式的評估。早療聯合評估團隊主要以小兒神經科、小兒復健科和兒童精神科醫師為核心成員，各司其職、分工合作：小兒神經科醫師負責發展遲緩病因的探尋，並留意個案有無合併其他生理疾病；小兒復健科醫師負責檢視個案遲緩嚴重度，安排適合個案的療育課程；兒童精神科醫師負責檢視個案認知、注意力、衝動性、情緒及社交能力有無缺損。經由此完整跨科別團隊評估，才能由不同觀點／面向描繪出發展遲緩兒童的全面問題，因而製訂出完整的療育計劃。

四種發展遲緩兒常見的睡眠問題

1. 注意力不足過動症 (Attention deficit hyperactivity disorder, ADHD)

ADHD 兒童及青少年常見睡眠問題，有諸多因子促成，包括：ADHD 疾病本身、合併其他精神行為問題、治療藥物等；常見睡眠問題包括：入睡困難、睡不安穩、睡眠週期延遲、睡眠時數不足、睡眠週期性肢動症、睡眠呼吸中止。

2. 自閉症 (Autism spectrum disorder, ASD)

自閉兒睡眠問題發生率遠高於同齡兒童，主要和其本身固著行為模式有關，例如睡前儀式行為花許多時間，導致入睡困難、睡眠週期延遲；此外，也和自閉症腦部調節睡眠機制如褪黑激素分泌異常有關。常見睡眠問題包括：睡眠焦慮、睡眠週期混亂或延遲、入睡困難、夜間頻繁醒來、過早起床、睡眠時數不足。

3. 腦性麻痺 (Cerebral palsy, CP)

腦性麻痺兒童大部份都有痙攣（肌張力增強，spasticity）症狀，導致局部肢體

運動協調不佳，甚至疼痛，此外因肌張力異常，也是睡眠呼吸中止的高風險族群，上述兩者都有可能造成腦性麻痺兒童夜間頻繁醒來。而有一部份腦性麻痺兒童腦傷範圍包括視覺區、腦部睡醒控制中樞，或是白天活動量較同齡兒童少，都會造成睡眠週期混亂、入睡困難。

4. 唐氏症 (Down syndrome)

唐氏症兒童常有巨舌症 (macroglossia)，其主要原因是：(1) 舌頭之肌肉張力不足；(2) 舌體積增加；此外也有常見的肥胖問題。上述兩者都可能造成唐氏症兒童容易有睡眠呼吸中止的問題。睡眠呼吸中止常見表現包括打鼾、睡很久白天還是難叫醒、白天常打瞌睡。在睡眠門診經醫師評估後，可安排睡眠檢查，確立診斷。

結論

兒童是國家未來的主人翁，而六歲之前更是兒童神經系統發展的黃金時期。即早診斷出睡眠問題或發展遲緩，才能即早給予改善睡眠品質策略、提供治療、必要時安排療育課程，才能讓兒童白天注意力、學習力保持在最佳狀態。早期治療、療育，不僅幫助遲緩兒，也能減少家庭和整個社會在將來要為該遲緩兒付出的可能負擔和代價。



打破癢癢循環 異位性皮膚炎照護攻略



小兒部過敏免疫風濕科／陳秀春 衛教師



小兒部過敏免疫風濕科
衛教文章 QR Code

異位性皮膚炎 (Atopic dermatitis ; AD) 又稱為濕疹 (Eczema) 和異位性濕疹 (Atopic eczema)，是一種常見的皮膚慢性炎症疾病，通常與過敏反應有關。特別常見於兩歲以前的兒童身上，尤其是在 3-6 個月的嬰幼兒。在兒科門診衛教室裡，我時常遇到這樣的情況，孩子因為異位性皮膚炎而皮膚搔癢難忍，不斷抓破皮，這可能會引起感染和更嚴重的問題。從嬰兒期開始，一些嬰幼童可能會因為 AD 皮膚紅腫，體無完膚而持續流出組織液；進入小學階段，8 歲的女童，在夏天不敢穿短袖或短褲也不敢游泳；而一些年齡較大的孩子，比如 12 歲青少女因為 AD 而感到焦慮，以至於採取極端措施，如將自己的頭髮拔光等。皮膚外觀問題造成自信不足，夜間搔癢而造成睡眠品質的下降，長期下來對身心健康及生長發育，容易造成許多負面影響。所以在日常生活中，家長如何協助處理孩子的異位性皮膚炎是非常重要的。

七大臨床表現

異位性皮膚炎初期發病時，常見的特色是嚴重的搔癢（尤其在晚上）和反覆發作。



圖一、不同年齡層異位性皮膚炎的典型臨床表現和部位
(圖片來源參考 Weidinger and Novak 2016)

搔抓會增加皮膚的發炎反應，進而導致更嚴重的皮膚傷害，可能會出現破皮、脫屑、疼痛、發紅、疹子、皮膚乾燥、皮膚增厚（苔癬化）等症狀。大約有 50% 的嬰幼兒患有異位性皮膚炎是在他們出生後的第一年內發生的，而約 80% 的異位性皮膚炎發生在幼兒 5 歲以前。異位性皮膚炎症狀和嚴重程度可能因個體差異而有所不同，而且可能在不同年齡層表現在不同的部位（如圖一）。

異位性皮膚炎的預防與日常照護指南

異位性皮膚炎通常會陷入一個循環，我們可以稱之為「癢與搔抓循環三部曲」。首先，皮膚受到刺激後產生癢感，接著孩童不由自主地出現搔抓行為，最後導致皮膚出現濕疹。濕疹的出現進一步加劇了搔癢的感覺，形成一種惡性循環。因此，有效的「止癢」可說是控制異位性皮膚炎中最關鍵的一點。當不再搔抓皮膚時，皮膚就不會進一步受傷發炎，從而有助於緩解症狀。除了醫療治療外，以下是預防措施和日常照護方式，可以幫助減輕異位性皮膚炎的症狀。

■清潔與保濕

第一步皮膚基礎保濕非常的重要，這有助於維持皮膚的完整性。對於三個月大以上的嬰幼兒，單純使用清水洗澡可能無法完全清潔皮膚表面。

- ◆可選用標示無香精、無防腐劑、無刺激性的化學成分，「敏感肌膚專用」的清潔洗劑。
- ◆建議每天泡澡或淋浴，水溫不超過 40 度，每次洗澡時間 10-15 分鐘使皮膚吸收水分。洗完後，用溫柔輕拍的方式擦乾身體（切勿完全擦乾及來回摩擦皮膚），保留皮膚有點濕潤感。
- ◆規則塗上醫師開的藥膏或者保濕劑（如果已塗上局部藥膏，請勿馬上塗擦保濕劑，建議至少間隔 30 分鐘）。保濕劑一天最少 2 次，只要感覺皮膚乾燥或搔癢，即可隨時補擦保濕劑，以保持皮膚的濕度。

■避免誘發刺激的因素

- ◆環境室內溫度調節盡量控制維持在 22-24°C，相對濕度保持 50-60%。
- ◆在天氣冷熱溫度變化大時，容易因為出汗或皮膚乾燥，進而引起皮膚發癢，需特別留意皮膚的狀況。
- ◆夏天潮濕炎熱，過度流汗容易刺激皮膚，

建議流汗時，隨時準備柔軟濕毛巾擦拭。冬天氣候乾燥，孩童皮膚容易乾燥龜裂，因此需要控制室內濕度，隨時補擦保濕劑以維持皮膚水分。

- ◆避免穿著會刺激皮膚的衣物，如毛衣、緊身衣物、發熱衣、刷毛高領、動物纖維製品等，建議可以選擇棉質吸汗透氣性好的天然纖維布料，以減少對皮膚的摩擦和刺激。
- ◆暫時避免食用可能引起過敏反應的食物，如雞蛋、牛奶、魚、花生、小麥、大豆、堅果和帶殼海鮮（如蝦、蟹、貝類等），容易引起皮膚症狀明顯惡化。
- ◆減少孩子接觸可能引起吸入性過敏的因素，如塵蟎、黴菌、寵物皮屑毛髮、花粉和香菸煙霧等。

■規則用藥及定期返診追蹤

- ◆在醫師指示下，規則使用醫師開立處方的局部藥膏或其他抗過敏藥物，以緩解症狀。
- ◆並定期返診追蹤及持續注意皮膚狀況的變化，如皮膚症狀持續或加劇隨時返診就醫。

結論

異位性皮膚炎是一種慢性疾病，皮膚症狀的管理需要家長們細心多方面的照護和持久的努力，才得以打破「癢與搔抓循環」，而減緩症狀並有效改善孩童的生活品質。家長和醫療專業人員之間的密切合作是很重要，透過遵循適當的清潔與保濕措施、避免刺激因素、定期用藥及追蹤等方法，可以有效地控制和管理異位性皮膚炎，讓孩子在健康舒適的環境中成長。

參考資料

- 台灣兒童過敏氣喘免疫及風濕病學會，台灣兒童異位性皮膚炎臨床診療指引：2021 版。
- Weidinger, S., & Novak, N. (2016). Atopic dermatitis. Lancet (London, England), 387(10023), 1109-1122.



剖析小兒外科常見疾病

小兒外科／夏肇聰 主任

專長：小兒疝氣、舌繫帶、皮膚腫瘤、多指、血管瘤、斜頸、肛門廈管、小兒泌尿手術、小兒腹腔鏡手術、小兒胸腔鏡手術、傷口縫合拆線與照護、小兒外傷、胸腹部外傷手術、燒燙傷、人工血管、腸胃造口、創傷醫學、災難醫學



小兒外科衛教文章
QR Code

新年剛過，最近門診來了很多從學校體檢轉介而來的學生，在此詳加說明小兒外科常見疾病。

一般都有說 18 歲以下看兒科。那小兒外科和小兒科的關係就像成人的內科和外科的關係一樣。18 歲以下的新生兒、小孩及青年若有手術的必要，都建議由小兒外科專科醫師診治。如有需要，民眾只要到台灣小兒外科醫學會的網站就可以找到在各縣市執業的小兒外科專科醫師。

從學校體檢發現異常的問題需要到小兒外科門診的通常是胸廓異常及泌尿生殖系統異常。

胸廓異常最常見的型態有二種。第一種稱為漏斗胸，表現為胸骨內陷，像一個漏斗一樣。另一種稱為雞胸，表現為胸骨外凸，像雞的前胸一樣而得名。發生原因不明，但普遍認為是前胸的肋軟骨生長畸形而導致胸骨內陷或外凸。

何謂漏斗胸

漏斗胸發生率約為 2%，以男生為主。通常是隨年齡增加愈發明顯，症狀可輕可重。有些小孩只是輕微內陷，並不會對日常生活有所影響，但嚴重的病人會因心肺被內陷的胸骨壓迫，而導致有胸痛、胸悶、容易喘、容易累等症狀，也因為心肺被長期壓迫，心輸出量及肺活量受局限而下降，導致運動體能都會比同齡小孩差；有些小孩也會因為外觀上有明顯異常而引發一些心理問題等。

目前漏斗胸病人就診後首先都會照胸部 X 光片基本評估嚴重度，後續有可能會安排血液檢查、心電圖、肺功能檢查、心臟超音波檢查及胸部電腦斷層檢查。當內陷指數達一定程度，且評估手術的效果能改善到一定程度時，就會建議手術治療。

泌尿生殖系統異常

泌尿生殖系統異常通常是包皮異常、隱睾及精索靜脈曲張等。包皮異常比較常見的情況是包莖，意思是指包皮無法退到冠狀溝，露出整個龜頭，因為包莖有可能會引發



↑ 嚴重的漏斗胸，幾乎前胸貼後背

包皮龜頭炎、甚至是泌尿道感染。一開始通常會先使用類固醇藥膏局部塗抹 2 – 4 週讓皮變薄，嘗試慢慢地推出龜頭。只要可以露出龜頭、能清潔乾淨，就比較不會引起感染或是發炎。根據美國小兒科醫學會建議，如果反覆的包皮龜頭炎或泌尿道感染就建議進行包皮環切術，也有研究指出未割包皮者會有比較高機率得到泌尿道感染、陰莖癌及配偶得到子宮頸癌等。

■隱睾症

隱睾通常從出生就沒看過睪丸在陰囊內，通常都是新生兒時期就會被小兒科醫師轉介到小兒外科門診治療。而國小國中時期的通常是浮動性睪丸。理論上，睪丸降至陰囊後，應完全固定在陰囊內。而浮動性睪丸意思就是睪丸時常縮至腹股溝或腹股溝上方，只是偶而歸位或需要外力往下推，才能回到陰囊內。浮動性睪丸通常會安排固定小兒外科門診追蹤，有必要時，會安排睪丸超音波作進一步的評固。若追蹤時發現影響睪丸發育的情況，那就會開始評估手術的必要性。



■精索靜脈曲張

精索靜脈曲張是由於陰囊內精索靜脈迴流異常造成不正常曲張而引起的腫脹，常見於左側陰囊。若已達疼痛，睪丸下墜 3 度的靜脈曲張程度，則可藉由手術結紮或切除曲張的靜脈，以導引靜脈回流至正常的其他靜脈系統。手術為全身麻醉的腹腔鏡手術，肚臍及下腹約 0.5 公分小傷口，術後隔天即可出院回家。手術可避免靜脈曲張的不舒適感，增進或保護睪丸造精功能。術後一般為逐漸改善，需 6 及 12 個月時追蹤靜脈曲張的改善程度。

結論

上述是小兒外科常見的疾病，當 18 歲以下的孩子經醫師判定有動手術矯治的必要時，只要經過手術處理大多能幫助孩子順利恢復。家長若有任何問題，請諮詢專業的小兒外科醫師，讓我們一起細心呵護孩子的健康，才能讓孩子健康成長。

只喜歡「這樣玩」的孩子 談自閉症孩童的遊戲困境 與引導方式

兒童發展中心／陳人瑜 職能治療師



兒童發展中心衛教文章
QR Code

您 有沒有曾經看過有些孩童不太容易融入團體生活中、說話時常雞同鴨講，無法流暢應對、或是對特定的人事物異常的執著呢？上述這些特質，對於那些彷彿來自不同星球的自閉症孩童而言，其實並不難見。自閉症孩童除了社交互動能力比較有限外，也不難發現他們有著獨特的堅持或是侷限的興趣，而這些特質也不難反應在孩童的遊戲方式上。例如有些自閉症孩童非常喜歡車子，但玩法非常單一，只願意不斷撥動輪胎、看輪胎轉；有些孩童非常喜歡切切水果玩具，但總是將所有水果們拔開組合後，遊戲就結束了。

面對這些行為時，家長不難會提出一個疑問，「我應該要強行改變他的這些玩法嗎？」。但若以硬碰硬的方式處理，孩童極有可能會在過程中哭鬧反抗，對家長與孩童而言，這都是一個相當不容易的過程。

侷限的玩法有不好嗎？

對於孩童而言，「玩」是一項非常重要的學習。透過遊玩遊戲，孩童在過程中有機會學習到各種不同的能力。以扮家家酒遊戲

為例，孩童可以從中模仿操作動作、練習餐具的使用、練習食物的分類配對，甚至可以透過扮家家酒遊戲為媒介，與其他人產生互動，並從中學習適切的互動方式。如果遊戲種類過於單一，可能會導致孩童在部份能力的練習經驗不足，影響發展。若孩童都只操作特定玩具，也可能在操作其他相似的任務時，不知道如何使用這些能力，因而影響表現。

家長可以嘗試這樣做

臨床中，不少家長對於「如何成功地與孩童開啟遊戲」感到困擾，雖然想要透過遊戲教導孩童一些事情，但孩童卻沒有給予家長對應的回應。這時，請家長先稍為緩和一下，我們先試著去觀察孩童都怎麼玩遊戲吧！舉個例子，若孩童在玩車子時只喜歡將車子排隊，家長一開始可以先透過模仿的方式加入孩童的遊戲中，並與孩童產生簡單的互動；成功吸引到孩童的注意後，再試著邀請孩童用不同的方式遊玩，發出一些有趣的聲音引導孩童觀察大人，或是在遊戲中製造一些「意外」。舉個例子，我們可以在遊戲



的過程中「不小心」將車子部分零件拆掉，請孩童試著去修理，嘗試解決問題。值得注意的是，在這樣的調整過程中，家長與孩童都能夠共享這場遊戲的主導權，大家都是遊戲的主人，都享受在這場遊戲中，也讓孩童更有嘗試的動機，創造更多讓孩童能夠練習的機會。

成功地與孩童開啟遊戲後，家長可能還是會對於孩童侷限的遊戲方式感到困擾，然而，所有的改變都不是一蹴可幾的，試著將目標拆得更小一點。將步調放慢一點，從製造一些「小小的變化」開始。如果孩童只喜歡重複地將積木照順序排隊，我們可能可以嘗試將排隊的路線從直直的改成有一點點斜斜的、從在地板排積木變成沿著地墊上的線條排積木，或是嘗試加入其他的玩法，將排好的積木像骨牌一樣推倒並做出誇張的驚訝表情。甚至，我們不直接調整孩童正在操作

的成品，而只是在旁邊示範給孩童看，這也是一個很棒的變化。先從小小的改變開始，這都會是很棒的嘗試。

職能治療師的叮嚀

兒童職能治療師常常透過遊戲的方式，開啟一次又一次的學習機會，讓孩童有機會練習需要訓練的目標能力，像是精細動作、互動技巧、生活自理能力、適當行為塑造等等，這些都經常成為職能治療師為孩童設定的目標。職能治療師透過全面的分析，去了解孩童的職能表現及其相關能力的發展，並綜合考慮整體的能力去設計對應的活動與情境，讓孩童得以在治療的過程中練習，並且透過衛教、示範、訓練家長的方式，讓家長也可以成為孩童的專家，使家長也有能力在陪伴孩童的日常中，創造出一次次練習的機會，以盼孩童得以從中學習，並且進一步的將這些能力應用在日常生活中。

談雙語兒童的語言發展

兒童發展中心／王婉甄 語言治療師



兒童發展中心衛教文章
QR Code

自政府推動「2030 雙語國家政策」後，雙語（中英文）學習成為家長們重視的議題。但推行雙語教育，可能對語言的發展會造成什麼影響呢？本文將詳盡的介紹雙語（bilingualism）、雙語發展的語言現象，以及家長如何支持孩子的語言發展。

什麼是雙語呢？

廣義來說，雙語指的是運用兩種語言溝通的能力。孩子在成長的過程中，有以下兩種學習雙語的方式：

1. 同時習得 (simultaneous bilingualism)：

在三歲前，孩子就接觸並學習兩種語言。例如：父母親來自不同的文化背景，在家使用不同語言與孩子溝通。

2. 順序習得 (sequential bilingualism)：孩子

先熟習一種語言，再學習第二語言。例如：在家中父母親都是說中文，開始上學後，在學校學英文。

雙語發展的語言現象

有些家長會擔心，孩子在早期語言發展的階段，若一次學習兩種語言會造成孩子混

淆，導致語言發展遲緩。根據目前現有的研究證據顯示，學習雙語並不會直接對語言發展造成負面的影響，但是在學習語言的過程中會遇到一些挑戰。以下說明雙語兒童在學習兩種語言時可能出現的幾種現象。

■ **靜默期 (Silent period)：**雙語兒童在學習第二語言的初期，可能有一段時間不會開口說話，而是用「聆聽」的方式來學習並理解新的語言；每個孩子的靜默期長短不定，此階段孩子第二語言的理解能力會優於表達能力，等到他們準備好了才會開始使用第二語言溝通、表達自己的想法。

■ **語碼混用 (Code mixing)：**孩子會在一個句子中使用兩種語言的詞彙。例如：「Mom，我想吃 Apple」、「Give me 餅乾」。此現象說明了孩子正在累積不同語言的詞彙，雖單一語言的詞彙量可能會少於使用單一語言 (Monolingual) 的孩童，但兩種語言的總詞彙量發展應與單語兒童大致相當 (Byers-Heinlein et al., 2024)。

■ **遷移 / 干擾 (Transfer/interference)：**第一語言的語言規則影響第二語言的使用，包括在詞彙、語音和文法等不同的語言層面；若是同時學習雙語的兒童，兩種語言可能會互相干擾。舉例來說，假設孩子學了中文和英文，可能在說中文時，會以英

文的句法結構說出中文語句「我看書在學校 (I read books at school)」，或是用中文的發音方式說英文。

■ **語言流失 / 削弱 (Language loss/attrition)**：學習第二語言的過程中，孩子越來越少使用第一語言，漸漸失去第一語言的語言能力。假使孩子的母語是中文，但開始學英文後，只聽英文歌、看英文影片、用英文與他人溝通，久而久之中文的理解與表達能力就會下降。

如何支持雙語兒童的語言發展

過去我在美國執業時，雙語家庭最常問我的問題就是：「老師，我的孩子語言不好，是不是因為我在家裡都講中文的關係？」研究證據顯示，不管是中文還是英文學習，豐富的語言環境和足夠的語言刺激，也就是語言輸入的「質 (quality)」與「量 (quantity)」，是影響雙語兒童語言發展的重要關鍵 (Song, Sheng & Luo, 2024)。建議父母或照顧者在家應使用自己最熟悉且最流利的語言，並多與孩子互動，利用親子共讀、唱歌和玩遊戲等有趣味性的方式，提高孩子接觸第一語言的頻率以及學習動機。以中英文雙語學習舉例，若家長熟悉的語言是中文，孩子已經上學，並在學校學習英文的話，在家中與孩子使用中文溝通對話即可，不需要勉強自己用英文或中英文夾雜的方式，讓孩子與您的互動中都能學習到有「質量」的中文，為中文的語言發展打好基礎。

語言治療師的叮嚀

值得注意的是，先前提及的四種雙語語言現象為語言熟練程度所造成的「語言差



異」，而非「語言障礙」。若您發現孩子在兩種語言都有理解和表達的困難，建議及早諮詢語言治療師，做進一步的評估，再根據孩子的狀況擬定適當的療育目標和計劃。

參考資料

- American Speech-Language-Hearing Association (n.d.). Bilingual Service Delivery (Practice Portal). Retrieved February, 22, 2024, from www.asha.org/Practice-Portal/Professional-Issues/Bilingual-Service-Delivery/
- Byers-Heinlein, K., Gonzalez-Barrero, A. M., Schott, E., & Killam, H. (2024). Sometimes larger, sometimes smaller: Measuring vocabulary in monolingual and bilingual infants and toddlers. *First Language*, 44(1), 74-95.
- Song, L., Sheng, L., & Luo, R. (2024). Comprehension skills of Chinese-English dual language learners: Relations across languages and associations with language richness at home. *International Journal of Bilingual Education and Bilingualism*, 27(1), 19-37.



談孩童生長激素缺乏症及治療藥物

藥學部／林晟彰 藥師



藥甘丹 LINE
QR Code

孩童的成長一直是家長最關心的事，身高、體重是最直接，肉眼可見的生理指標，舉凡營養狀態、基因到體內荷爾蒙的分泌都會影響，而身體分泌的各種荷爾蒙中，生長激素更是維持孩童正常成長不可或缺的因素。生長激素由腦下垂體製造，除了身高增長外，也和心臟、腎臟、肌肉、骨骼生長及醣類、脂肪、蛋白質等物質的利用代謝有關，若分泌異常，不僅是孩童身高成長受影響，還可能會造成心理健康的問題。

什麼是生長激素缺乏症？

腦下垂體受到遺傳、放射治療、腦部構造異常等因素影響而無法分泌足夠的生長激素，即為生長激素缺乏症，發生在孩童更是會直接影響到生長及發育的狀況。

體內生長激素不足直接反應到孩童身上就是生長發育緩慢，導致其偏離原本該有的生長軌跡，家長可以藉由以下方式來判斷孩童生長狀況是否有身高矮小的問題。

■ **一年長高不到 4 公分**：不同年齡層的孩子都有其生長速率，一般來說，國小至青春期的孩童一年通常可以長 5-6 公分。

■ **身高低於第 3 百分位**：參考各地區孩童生長曲線圖，藉由年齡及身高對照圖表可看出孩童的生長曲線是否有在正常範圍（第 3 及 97 百分位）之間。

以上方法可幫助家長判斷孩童生長狀況，在有疑慮時能及時就醫，尋求醫師協助並接受檢查。一般建議到小兒內分泌專科就診，醫師會評估孩童狀況並安排檢查，如測量生長激素濃度、骨齡 X 光檢查等。生長激素測量會藉由藥物刺激了解分泌是否正常，常用的刺激藥物如 Clonidine、Insulin 及 Glucagon 等；骨齡 X 光檢查則是判斷孩童骨骼的生長板狀況，藉由骨骼形狀、生長板癒合程度等來推算骨骼年齡。

治療生長激素缺乏症的藥物

作為藥物使用的生長激素為基因重組製成，其組成、生物活性皆與人體分泌的生長激素相似，藉由直接補充來讓孩童達到正常生長軌跡。本院現有治療藥物之成份皆為 Somatropin。

藥物使用注意事項

生長激素一般採用皮下注射，目前多數劑型為每天施打一次，建議於每天睡前注射，因體內生長激素濃度在夜間會達到高峰，睡前注射更接近人體自然生理狀態，且固定時間點注射也能避免忘記給藥。一般建議施打位置為大腿或是臀部，可將其劃分成不同區域方便記憶，另外需注意要每天更換注射位置，以避免重覆注射造成傷害，若是

列舉本院生長激素品項

商品名	Saizen 帥健注射劑	Genotropin 增若托平注射劑	Norditropin 諾德欣注射筆
規格	12mg/cartridge	12mg/pen	10mg/1.5ml/pen
成分	Somatropin		
	配合Easypod自動注射器使用	GoQuick預先充填注射筆	預填式注射筆
結構	1.藥品裝入注射器後使用 2.使用電子設備輔助給藥，紀錄每天用藥狀況，避免重複或忘記給藥 3.隱藏式針頭	1.藥品混合，設定劑量後使用 2.劑量記憶裝置，同一支注射筆設定過後每次皆會釋出相同劑量 3.可搭配針頭防護器避免針扎受傷	1.設定劑量後即可使用 2.搭配廠商提供之筆伴(PenMate)，注射時可輔助隱藏針頭
副作用	頭痛，嘔吐，髋部或膝蓋、關節不適，周邊水腫，注射部位不適		
比較	三種皆為同成分基因重組生長激素，療效上沒有顯著差異，副作用也大同小異，差別在於給藥設備不同，醫師會根據孩童狀況給予治療建議。		

注射部位出現腫塊，凹陷，疼痛等現象，應避開並改成其他正常區塊來注射。

生長激素帶來的副作用較少發生，一般常見為頭痛及嘔吐，這兩種不適感通常會隨著時間得到改善，其他較少出現的副作用如髋部或膝蓋、關節不適等，若是施打藥物後出現異常不適也應向醫師反映，才可及時作劑量調整或相關處置。

生長激素應置於 2-8°C 中避光儲存，請勿放置於冷凍庫，若是有 1、2 次忘記放在冰箱，藥品仍可使用，但是若發生次數更多、放置於陽光下或經過劇烈搖晃，則應更換成新的藥劑，以避免藥物變質而影響療效。

接受治療後可以長高多少？如果忘記注射該怎麼辦？開始治療的時機以及需要治療多久？

每個人對生長激素的反應都會有差異，因此每位接受治療的孩童能長高多少無法得到一個確切數值，但若是有每天照著療程注射，一般能成長到其應該達到的成人身高。如果有一天忘記注射，只要隔天晚上像平常一樣注射即可，但是要記得每天持續不間斷地治療效果才會好。

若發現孩童生長狀況異常，應儘早尋求醫師協助，判斷治療時機，避免錯過治療的

關鍵時期，因為通常當骨頭年齡女生到 14 歲，男生到 16 歲時，生長板會閉合，骨頭就無法繼續生長，屆時會停止長高，因而錯過成長黃金時期。療程長度經由醫師評估孩童的狀況決定，一般在前兩年治療效果最好，治療會持續不間斷到孩童長至最終身高為止，也就是每年生長速率 <2 公分，或是生長板閉合的年紀。由於生長激素針劑需符合相關規定才可申請健保給付，若家長與醫師討論後想要儘快治療，不符合健保給付者，則可以選擇自費用藥。

結論

生長激素需要一段時間持續的治療，因此家長應幫助孩童建立正確觀念，養成遵醫囑持續注射藥物的習慣，讓治療能發揮最大功效；目前市場上已有可每週注射一次的長效型針劑可減少注射頻率降低不適，可依自身需求與醫師討論是否適用。除此之外，維持充足的睡眠、均衡的飲食、適度的運動都能促進生長激素分泌，如此在好的生活習慣跟藥物相輔相成之下，就能幫助孩童回歸正常生長曲線，自信的成長。

參考資料

- 中華民國兒童生長協會網站
- UpToDate 線上醫學資料庫
- 藥品仿單



精神科／江惠綾醫師

專長：失眠、憂鬱、焦慮、恐慌症、強迫症、失智症、精神分裂症、注意力不足過動症、自閉症、情緒困擾、躁鬱症、



精神科衛教文章
QR Code

和青年少成長中的煩惱同行 「青少年的精神和心理健康計畫」

2022 年起，本院精神科開啟服務 12-18 歲青少年及其家人的「青少年的精神和心理健康計畫」，本計畫由亞東醫院精神科的醫師、心理師以「全人、全家」的精神，多元方式守護青少年的精神和心理健康。

計畫的各項服務，可在精神科門診向醫師報名，由兒童青少年精神科醫師評估青少年的狀況，並與青少年和家長討論合適的計畫服務項目後進行個別或團體治療。治療期間，青少年的精神科主治醫師也會藉由青少年的定期回診，與負責治療的心理師討論，為青少年進行個別化的治療規畫。

「PEERS® 青少年社交技巧團體」的先鋒

「PEERS® 青少年社交技巧團體」是以青少年及其家長為主體的 PEERS® 社交技巧訓練團體，本院精神科於 2022 年度 7 月份首次開辦，是全台開辦此團體課程的先鋒之一，已連續三年持續開課，為全台極少數能持續提供此服務的醫院。

PEERS®(The Program for the Education and Enrichment of Relational Skills) 社交技巧訓練為美國加州大學洛杉磯分校研發，在國際廣泛應用，是目前針對青少年自閉症患者社交技巧最有效的團體訓練方式。此訓練協助自閉症青少年了解社交知識、演練社交技巧，在結訓後較能應用社交技巧來融入校園生活、持續親子合作增進自閉症青少年的人際關係。課程共 14 週，用簡單易學的方式為青少年學員說明複雜的人際互動技巧，並在學員課程進行角色扮演示範，引導學員演練，作為回家作業和生活中的社交原則。家長則在另一教室做「社交教練」訓練，討論每週作業狀況、調整協助



「PEERS® 青少年社交技巧團體」課程，青少年學員於團體中學習社交原則（左圖），而家長作為社交教練討論如何協助學員（右圖）

學員的方式。每週課程結束時，學員與家長共同確認該週課程重點和回家功課，讓家長與學員形成合作默契，在團體課程結束後，能持續協助學員應對人際挑戰。

由個人照護至家庭 - 多元的青少年服務

「青少年綠色照護團體」引導對象則是具中度情緒和人際困擾的青少年，藉園藝、桌遊等團體活動探索自我，增進自我情緒覺察、表達與人際互動能力：青少年透過植栽等園藝活動，在 6 次團體活動與親手種植的盆栽建立情感關係，關照盆栽中也關照自我，並由冒險遊戲和桌遊輔助，體驗人際溝通合作，對自己和他人表達正向回饋，進而肯定自我、學習和了解情緒。

「人際情緒團體」以認知行為治療和辯證行為治療的精神，設計 12 次的團體活動，進行各種對自身情緒「了了分明」的實作活動和討論，讓焦慮和憂鬱的青少年學習、練習自我覺察，情緒辨識與表達，加強情緒控制與問題應對能力。



「自傷青少年親職團體」在 4 週的課程陪伴自傷少年的家長，對自傷行為有更多理解，引導家長陪伴青少年，共同合作處理困難的自傷行為與不適情緒。

「個別心理治療」是青少年易取得的心理諮商與心理治療資源，精神科醫師與心理師在 8 至 10 次的短期治療期間共同合作，進行青少年的個別治療，並與家長晤談，使青少年能更認識自我，合宜處理問題、與他人互動，協助家長討論與青少年的相處問題，解決青少年的心理困擾。

這些服務可在醫療、家庭與個人三方面，為青少年進行治療與支援。曾有一位學員小敏，本身罹患焦慮症與憂鬱症、並有自傷行為，在門診時接受主治醫師的鼓勵，參加「青少年綠色照護團體」與「人際情緒團體」學習調適自我，醫師也鼓勵小敏的父母參加「自傷青少年親職團體」，搭配「個別心理治療」由心理師為小敏進行個人議題諮商、與雙親討論如何調整溝通模式，幫助小敏增進個人與其家庭的問題解決能力。

提升專業，攜手維護青少年的精神與心理健康

本計畫另有「青少年心理健康計畫講座」和「心理師院外衛教演講」活動。「青少年心理健康計畫講座」邀請對青少年健康有貢獻、研究卓越的學者，為亞東醫院的專業人員與院外國高中教師進行相關議題演講，增加專業知識訓練，強化與社區、青少年服務資源的連結。「心理師院外衛教演講」則由心理師與國高中合作進行特教知能研習，討論青少年相關議題的心理衛生知識、協助特教生在融合教育環境適應與學習。

全人、全家、全程的多元守護

本院精神科提供上述多項青少年的精神和心理健康計畫，以期能成為青少年及家長重要的支持資源，藉由各項服務和專業人員的努力，幫助青少年更認識自我、安適健康的成長。

青少年身心友善照護

「青少年特別門診」



專長：慢性病控制、一般疾病診療、預防保健
家庭醫學部／陳冠翰醫師

世界衛生組織 (WHO) 定義青少年為 10 至 19 歲，台灣則沒有官方定義，但習慣上將國高中及大學早期階段稱為青少年。青少年時期介於兒童期及成人期之間，是人生中第二個生長高峰期。此時期的生活以校園為中心，身體上則會經歷賀爾蒙變化，同時會經歷生理、認知、心理社會的快速發育及發展。從這個時期建立的各種行為模式，與成年後的飲食習慣、兩性發展、物質濫用成癮、體能體態都對人生有深遠的影響。

青少年飲食習慣與體態

根據國民營養調查，青少年肥胖盛行率約為 30%。這跟我們青少年攝取的蛋白質及脂肪比例不均衡有關，同時亦會缺乏一些維生素 B、礦物質的攝取。青少年時期弱勢肥胖，成年也容易肥胖，並增加自己罹患代謝症候群、三高、心血管疾病及部分癌症風險。因此，正確的指導青少年健康飲食及健康的體態管理，養成良好的運動習慣，是健康促進重要的一環。

青少年的事故傷害

台灣的青少年最主要死因是事故傷害，其中又以交通事故為大宗。同時根據世界衛生組織 (WHO) 的統計，全世界 10-24 歲青少年的主要死因為交通事故。這些事故都是可以避免的，應以積極的態度預防交通事故。提供青少年衛教避免傷害事故，是一個重要課題。

青少年的心理健康

根據台灣衛生福利部的統計，年輕人自殺死亡率年年增高，是青年十大死因的第二位，僅次於事故傷害。青少年時期會經歷自我、家庭、兩性、同儕、課業及網路的壓力，且因近年社群媒體、網路通訊軟體的流行，在網路上亦可能遭遇到人際關係及霸凌、情緒障礙如憂鬱等問題，也是自殺率年年上升的原



家庭醫學部衛教文章
QR Code

因之一。協助青少年做心理及情緒的調適，提供青少年情緒宣洩的窗口，甚至預防及治療憂鬱是未來重要趨勢。

青少年性健康

青少年時期經歷第二性徵發育快速，同時現今網際網路的發達，青少年容易接收到網路上錯誤的性知識而不自知。因此，需適當的引導青少年學習健康的性知識，協助青少年建立良好的觀念及行為，尊重身體自主權及預防性傳染病等。根據 2022 年台灣內政部人口統計，15 至 19 歲青少女生育率由 2007 年的 6‰ 下降至 3‰，但仍然高於南韓等鄰近國家。國民健康署架設「健康九九網站」，其中「青少年好漾館」提供青少年性健康相關資料，能促進青少年性健康知識。

青少年的物質濫用成癮

青少年期是腦部發育的重要時期，此階段濫用物質往往會造成大腦不可逆的改變。2022 年高中、高職、五專學生健康行為調查報告顯示，高中職生曾經抽菸比例超過 25%，且過去 30 天內有吸菸者佔 12.2%；另外，除了以往耳聞的菸、酒、檳榔、安非他命以及 K 他命以外，近年來使用新興菸

品（如：加熱菸及電子菸）的青少年比率更是急速上升。根據國外研究顯示，青少年時期有使用新興菸品的個案，在未來成人時更容易有傳統香菸及其他物質成癮及濫用的問題。

結論

本院家庭醫學部自 2003 年開始辦理「青少年預防保健門診」、「幸福九號（青少年親善生育服務）」、「青少年校園健康促進活動」，且於 2004 年承接衛生福利部國民健康局「青少年健康中心實驗計畫」迄今，並於 2019 年獲得國民健康署「青少年親善照護機構認證」。同時現任家庭醫學部陳志道主任，也為台灣青少年醫學暨保健學會理事長，對於青少年照護不遺餘力。

本院青少年健康中心提供青少年身心理醫療諮詢及協助，包含：體重管理、生育保健、未成年懷孕、物質成癮、情緒困擾等。求診方式也包含主動求診或由學校機構轉介。家庭醫學科醫師也會依據青少年個別情形，給予協助或轉介給適當的專科或心理師進行後續診治及追蹤，期望能陪伴青少年健成長，發展各自的無限潛能。





愛不停歇 國際獅子會 300 B2 區 兒癌病房善款捐贈活動

「我的孩子一進到病房看到可愛的卡通彩繪，立即開心的看著牆壁上的圖畫，原本身體的不舒服感暫時遺忘，我覺得主題病房很溫馨、很貼心。」

很多孩子一到醫院就會這樣哭著說，「我不要住院！我不要打針！」，亞東醫院長期營造兒童友善醫院，故於 2012 年創造卡通人物「柚子超人」，作為兒童健康守護神，柚子超人意旨保佑孩子健康平安，透過治療性遊戲及積點換贈品，分散孩子的注意力，讓醫院不再只是冰冷的環境，而是營造溫馨的氛圍。

2023 年底，國際獅子會 300B2 區更慷慨捐款 \$1,000,000 善款給兒童癌症治療團隊。讓彩繪兒科病房展現煥然一新的面貌，從此，「柚子超人」與「獅子」成為兒科病房童話故事的主角。一進到兒科病房的長廊，映入眼簾的就是柚子與獅子充滿活力的笑容；進入病房，主角們在湖邊抓蜻蜓、或是潛水到海洋世界、或者與孩子一同進入公主城堡中，讓兒科病房充滿童趣，注入生命

社會工作室／張瀰云 副課長

力及希望感，期許在這樣一個舒適、溫馨的環境中，可以舒緩孩子的病痛，緩解父母的照顧負荷。獅子會的善款除了規劃於兒科病房外，也用在購置現代化病床和所需的醫療用品，以提升醫院更優質的治療設備。

2023 年 11 月 23 日亞東醫院為感謝國際獅子會 300B2 區無私奉獻和鼎力支持，特別舉行一場充滿愛與關懷的捐贈典禮，當天國際獅子會 300B2 區總監邱銘乾、關懷兒童癌症執行長謝文壽、GST 協調長吳雅會、以及各分會的獅友齊聚一堂，大家分享著社會關懷的心情及故事，與會人員均深受感動，這一刻不只是看到熱情，更是看到獅子會對生命價值的尊重與呵護。

點點善心、匯聚成海，獅子會的捐款是對亞東醫院努力的莫大肯定，透過這份愛心與亞東醫院開啟一段充滿希望和溫馨的篇章，展現獅子會「用心服務、熱情成長」的精神，體現對兒童的關懷，營造一個充滿愛的共融社區。



↑彩繪兒科病房
←熱情獅友齊聚亞東醫院



童心 同在

每個孩子都是我們的寶貝，從發現孩子發展遲緩、評估到復健治療，這一路的過程非常辛苦，父母也承擔了許多的壓力。因此，本院在明倫基金會支持下成立早療家族病友會，藉著讓家長分享彼此的經驗，創造一個情感交流的環境，也透過多元的活動、免費的教具借用，給家長與寶貝們更豐富、正向的生活經驗，讓家長可以獲得支持、讓孩子可以快樂學習。

2024年1月27日我們舉辦「早療家族15周年會員大會」。本次活動的開場，由在早療家族多年的小花和弟弟小草帶來精彩的獨輪車特技表演，他們在舞台上可愛、大方的笑容，展現了特殊兒的自信與光彩，也讓我們看見特殊兒沒有不一樣。



社會工作室／謝佩君 社工師

緊接著邀請到親和力十足的魔術師「氣球柯男」，為大家帶來精采的互動魔術秀，柯男現場折出多樣繽紛的造型氣球，讓大朋友、小朋友驚喜連連，沉浸在歡樂的氛圍中。另外，活動重頭戲，我們邀請到海波兒童劇團帶來精采的「精靈傳說」兒童戲劇表演，讓孩子們在愛與希望中成長，學習面對的勇氣，並且有豐富的禮品讓大家滿載而歸。

本院重視每一位慢飛寶貝和早療家長，每年早療家族透過會員大會，邀請更多早療家庭一同參與、交流，讓家長們於療育過程中獲得支持，不再感到孤單，讓我們一起陪伴孩子快樂成長。

*如果您有興趣加入早療家族，歡迎諮詢：
社會工作室 (02) 7728-1703

2024年1月27日早療家族15周年會員大會精彩活動及大合照





亞東院訊 2024年4月份有獎徵答

親愛的讀者您好

看完這期的月刊，相信大家對於醫學常識有更深一層的了解。院訊編輯小組特別設計「有獎徵答」單元考考大家對於月刊內容的記憶力囉！請用手機掃描亞東院訊有獎徵答QR Code開始作答，預祝中獎！



亞東院訊有獎徵答
QR Code

參加辦法

- 活動截止日為本月25日，請詳細填寫「姓名」、「E-mail」等資料，以利後續連絡。
- 【有獎徵答填寫答對者】，即可參加LINE@轉盤遊戲抽獎，每人每月以一次為限，將有10位幸運兒獲得獎品。
- 將於次月亞東院訊官網公佈得獎名單。



本院秉持著不斷精益求精的信念及愛護地球資源無紙化的政策，請至官網訂閱電子報。感謝您對亞東醫院的支持與愛護！

活動看板

● 4月份社區保健諮詢服務

活動日期	活動時間	活動地區	活動地址	檢查項目
4月09日	9:00-11:00	樹林鎮南宮	新北市樹林區千歲街2號	血壓、血糖、膽固醇、醫師衛教
4月10日	9:00-12:00	樹林濟安宮	樹林區保安街一段32號	血壓、血糖、肌少症、醫師衛教
4月13日	8:30-11:30	中和民享藝文特區	中和區自治街67號	血壓、血糖、骨質密度
4月14日	8:00-11:00	樹林文林國小	樹林區千歲街59-1號	血壓、血糖、肌少症
4月20日	13:00-16:00	板橋玫瑰公園	板橋區中正路372巷	簡易失智症檢測、肌少症、身體組成分析、失智及肌少症講座
4月25日	9:30-11:30	永寧社區	土城區永平街1號 (土城永寧福德宮)	血壓、血糖、膽固醇、醫師衛教
4月27日	8:00-11:00	八里龍米活動中心	八里區龍米路一段223號	血壓、血糖、骨質密度

※如有任何問題，請電話諮詢：(02)7728-1266

● 4月衛教講座課程

日期	星期	時間	主 領	主辦單位	講 師	地 點
4月09日	二	15:00-15:30	聰明就醫系列-水劑&磨粉 藥品安全的選擇	藥學部	潘韻婷 藥師	南棟一樓門診 藥局候藥區
4月10日	三	10:00-10:30	癌症病患食慾不振的對策	營養科	張庭瑜 營養師	B1放射腫瘤科 門診候診處
4月18日	四	14:00-16:00	癌友手工藝班-浮油花筆DIY 【限癌友與癌友家屬報名】	癌症資源中心	高秋華 老師	南棟六樓 第六會議室
4月18日	四	15:00-15:30	預防代謝症候群的飲食技巧	營養科	馮翊惟 營養師	南棟一樓思源廳
4月23日	二	15:00-15:30	聰明就醫系列-常見藥品交互作用	藥學部	林冠瑜 藥師	南棟一樓門診 藥局候藥區
4月26日	五	11:00-11:45	糖尿病飲食原則	營養科	吳宛真 營養師	南棟一樓思源廳

本月健康講座須知：

- 衛教課程皆為免費，歡迎民眾參與。
- 實際課程如有異動，請以當天的海報或亞東醫院官網-最新消息公告為準。
- 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。



總機服務專線：(02)8966-7000 轉9

藥物諮詢專線：(02)7728-2123

自殺防治諮詢專線：0917-567-995 (你就一起567救救我)



服務諮詢項目	電話	時間
特約門診專線	(02)7738-5577、7728-1099	一～五：8:00-17:00
客服中心專線	(02)7738-2525	一～五：8:30-16:30
營養諮詢專線	(02)7728-2046	一～五：8:00-12:00；13:30-17:00
顧客意見反映專線	(02)7728-1091	一～五：8:00-17:00
青少年健康中心專線	(02)7738-0025	一～五：8:00-17:00

各樓層諮詢服務

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)7728-2144
福利諮詢暨輔具租借	一樓社福櫃檯 (週一至週五 8:00-17:00)	(02)7728-1277
藥物諮詢 (正確用藥教育資源中心)	一樓門診藥局旁 (週一至週五 8:30-17:30/週六；9:00-12:00)	(02)7728-2123
轉診服務諮詢	一樓轉診中心	(02)7728-1116、7728-1329
免費癌症篩檢	一樓整合式預防保健中心	(02)7728-2209、7728-2101
牙科身心障礙特約服務	二樓牙科門診櫃檯	(02)7728-2201
乾眼症及人工水晶體	二樓眼科門診櫃檯	(02)7728-1376
早期療育服務	四樓兒童發展中心	(02)7728-2297
試管嬰兒	四樓生殖醫學中心 (週一至週五 10:00-12:00；13:00-17:00)	(02)7728-4032
形體美容醫學中心	六樓形體美容醫學中心櫃檯	(02)7728-1406
高階菁英健檢中心	六樓健康管理中心櫃檯 (週一至週五 10:00-16:00)	(02)7728-4665、7728-4667
一般健檢	地下一樓健康管理中心櫃檯 (週一至週五 8:00-11:00；14:00-16:00)	(02)7728-4617、7728-4635
慢箋預約回院領藥	網路預約領藥 (週一至週五 7:30-21:00 週六及休診日 7:30-14:00)	(02)7738-6056 (週一至週五 8:00-12:00；13:00-17:00 週六 8:00-12:00)

預立醫療照護諮詢商門診專線：(02)7728-2855 (週一至週五 8:00-17:00)



捷運線
板南線
環狀線





打擊肥胖 「增重」再見

經常外食或家中常吃垃圾食物，讓原本沒有肥胖問題的兒童或青少年，也可能因此受到被動性的影響，也跟著一起吃這些食物，在不知不覺中攝取過多的熱量，導致不想胖也難的窘境。許多肥胖的兒童，超過七成在成年後會繼續肥胖，導致發生糖尿病、代謝症候群及血脂異常的風險超過健康體重者的3倍，最後也會造成罹癌與死亡風險增加，所以在青少年時期超前部署打擊肥胖，守護健康刻不容緩。

體重過重的問題，建議至門診諮詢專科醫師做詳細檢查

■ **生物電阻分析儀器**：可以評估全身的肌肉量及脂肪的組成(如圖一)，進行精準的血液及身體檢查檢測來了解是否已出現三高(高血壓、高血糖、高血脂)及胰島素的阻抗性。

■ **腹部超音波及肝纖維化掃瞄儀檢查**：分析了解脂肪肝的程度及是否已有肝臟纖維化的病變(如圖二)。

經由這些高階科學儀器的自費檢查找出健康問題點，才能給予客製化的精準減重瘦身規劃。

其他自費減重方式

■ **若青少年(大於12歲以上)**：減重成效不佳或是已出現三高的疾病徵兆，經醫師評估或許可以再透過自費的注射藥物(瘦瘦筆，如Liraglutide等)。

■ **諮詢醫師制定個人化的減重手術計畫**：才能安全有效的減重，預防心血管疾病的發生。

讓我們一起努力，使健康體位和健康的生活型態成為孩子終身受用的健康資產！

● **如果有關「兒童肥胖」相關問題，請諮詢小兒部小兒肝膽腸胃科門診**



圖一、生物電阻分析儀器示意圖



圖二、肝纖維化掃瞄儀示意圖



亞東紀念醫院 就醫一點通



搜尋 亞東醫院健康e百科按 並追蹤

讀者回饋調查表
掃描 QR Code 填寫

