

# No. 68 胸腔病院健康報

2019/10/25 發刊

季刊25日發行 電子報免費訂閱網址<http://epaper.ccd.mohw.gov.tw/>

本院為健康醫院(高齡友善、無菸環境、健康促進) & 英語友善醫院

- 【使命】促進及捍衛國民健康，並免於胸腔疾病之恐懼。
- 【宗旨】提供以人為本、以客為尊的醫療服務。
- 【核心價值】我們胸腔全體同仁，追求專業與服務。我們秉持誠信關懷的理念，致力追求創新的服務。
- 【願景】成為社區民眾健康促進與就醫之首選及結核病診療與教學研究之領航者。
- 【角色定位】(1) 深耕社區，成為社區的好醫院。  
(2) 奠基於胸腔專業，肩負高品質醫療、教學與研究之教學醫院。
- 【任務】(1) 配合國家衛生政策，促進全民健康，提供社區民眾醫療需求。  
(2) 積極結合醫療、檢驗、公衛，推動胸腔疾病防治。



營養知識 報你知!  
如何預防肌少症?



## 1版 焦點報報報

- 胸腔病院增設醫學影像檢查中心 造福地區居民
- 實！胸腔病院榮獲「108年度影像判讀績優團體獎」、內科陶瑞明醫師榮獲「108年度影像判讀績優醫師獎」、周梓光主任榮獲「108年度防疫績優公務類個人獎」。

## 2版 健康補給站&愛心放大鏡

- 營養保健——衰弱失能兇手——「肌少症」
- 募集愛心 & 志工招募
- 108年07月-108年09月社會服務醫警聯助基金收入支出徵信芳名錄

Chest Hospital e-paper No.68

### 焦點報報報 Hot News

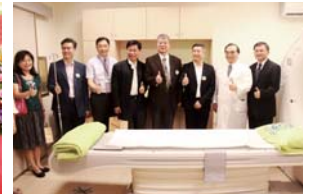
### Hot News

## 胸腔病院增設醫學影像檢查中心 造福地區居民

衛生福利部胸腔病院仁德院區於10月16日舉行「醫學影像檢查中心揭牌啟用典禮」，衛生福利部附屬醫療及社會福利機構管理會王森稔副執行長及臺南市政府衛生局陳怡怡局長親臨致賀，表示胸腔病院醫療服務不斷升級，是大仁德地區居民之福。

本院仁德院區是目前為大仁德地區唯一設置電腦斷層掃描儀之醫院，以仁德院區所在地及其鄰近之行政區域歸仁、關廟、龍崎等四區域，社區民眾罹患較嚴重疾病時只能遠赴台南市其他區檢查，對於該區民眾醫療需求的可近性而言，只能跨區前往路途遙遠的北區或中西區就醫，造成民眾交通不便以及延誤看診的良機。胸腔病院致力於提升居民就醫檢查的方便性，在醫療作業上帶來縮短排程及避免轉檢風險，有效提高整體的醫療品質。

本院黃瑞明院長表示設置電腦斷層掃描儀，可有效彌補一般X光攝影檢查精確定位的不足，提供正確的影像資訊供臨床應用，除增加臨床診斷準確性外，早期發現病徵，相對減少患者等候檢查排程及看報告的時間成本，盡早治療爭取痊癒機會。並期許未來能提供鄉親更優質的醫療照護服務，滿足居民的健康需求。



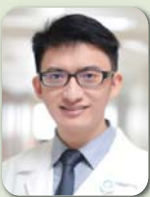
## 賀! 胸腔病院榮獲「108年度影像判讀績優團體獎」、內科陶瑞明醫師榮獲「108年度影像判讀績優醫師獎」、周梓光主任榮獲「108年度防疫績優公務類個人獎」

衛生福利部胸腔病院參與衛生福利部規劃建置之「醫療影像判讀中心(IRC)」，持續獲得判讀績優團體的肯定，今年度又再次榮獲「108年度影像判讀績優團體獎」。而本院內科陶瑞明醫師長期支援部立偏遠地區醫院及山地離島衛生所醫療影像判讀，此次榮獲「108年度影像判讀績優醫師獎」。醫療影像判讀乃是透過網路平台由影像判讀醫師即時進行判讀服務，縮小城鄉醫療資源差距，提升偏遠地區居民就醫可近性。

恭賀本院周梓光主任榮獲衛生福利部疾病管制署頒發的「108年度防疫績優公務類個人獎」，衛生福利部疾病管制署為鼓勵對防疫業務之研究、策劃、推行具有重大貢獻者，或執行傳染病防治工作著有績效之人員及相關團體，辦理年度防疫績優獎勵事宜，公開表揚有功人員及團體，激勵防疫人員工作士氣，並鼓勵各界積極協助推動傳染病防治。

## 腸胃科醫師介紹

自10月份起，於仁德院區門診，每周一下午由奇美醫院腸胃科醫師加入本院醫療群，提供看診服務，各醫師看診日期詳見門診時間表。



陳建安醫師

經歷：  
奇美醫學中心一般科住院醫師  
奇美醫學中心內科部住院醫師  
奇美醫學中心內科部總醫師  
奇美醫學中心胃腸肝膽科研究員

專長：  
胃鏡、大腸鏡、內視鏡息肉切除  
逆流性食道炎、消化道潰瘍  
消化系癌症早期診斷  
膽胰道疾病



王宿鴻醫師

經歷：  
奇美醫學中心一般科住院醫師  
奇美醫學中心內科部住院醫師  
奇美醫學中心內科部總醫師  
奇美醫學中心胃腸肝膽科研究員

專長：  
胃鏡、大腸鏡、內視鏡息肉切除  
消化系癌症早期診斷  
逆流性食道炎、消化道潰瘍  
慢性B型、C型肝炎及肝硬化治療  
膽胰道疾病



謝秉欣醫師

經歷：  
臺大醫院綜合診療部兼任主治醫師  
敏盛綜合醫院消化內科主治醫師  
嘉義基督教醫院胃腸肝膽科主治醫師  
日本京都大學醫院消化內科臨床研修

專長：  
消化道早期癌之內視鏡診斷與切除  
內視鏡逆行性膽胰管造影術  
早期肝癌之射頻燒灼術及酒精注射  
無痛大腸鏡檢查、內視鏡超音波術  
急性慢性肝炎及肝硬化治療

### 志工招募

- 一、對象：凡年滿18歲以上，70歲以下(未滿18歲者需家長同意)，身心健康無不良嗜好，具有服務熱忱者，均得報名參加。
- 二、工作項目：行政支援、社區服務及服務臺諮詢等工作。
- 三、若您有東南亞語或手語專長，也歡迎您的無私奉獻。
- 四、報名方式：(1)親自至本院秘書室社服組索取報名表。(2)電話(06-2705911分機3205)洽詢秘書室社服組。



電子報免費訂閱網址：<http://epaper.ccd.mohw.gov.tw>

# 衰弱失能兇手 — 「肌少症」



營養科 傅昭陽營養師

對於高齡長者來說，年齡越大，最在意的是自己健康及基本生活功能；這些生活機能皆與骨骼肌肉相關，年過40歲，肌肉量會以每十年減少8%的速度流失；70歲後則以每十年減少15%的速度加速流失，因此「肌少症」機率就會提高。

「肌少症」是年長者衰弱失能的原因之一，國衛院調查顯示，台灣60歲以上老人的「肌少症」盛行率為13.2%，約有24萬人受其困擾，一旦身體質量指數小於18.5%，死亡率就會提高50%。「肌少症」主要為肌肉量減少、肌力減弱、肌耐力下降，診斷肌少症可從走路速度和握力來檢測；簡易版肌少症的自我檢測，將雙手的手指與姆指圍成一個圓，接著放在小腿最粗的地方，如果圍不起來，表示肌少症的風險較低；若是圍起來還有空隙，表示有可能罹患肌少症，要盡快就醫諮詢。

年長者常因自身慢性病飲食禁忌，加上老化引起的生理變化，如唾液分泌減少、牙齒脫落造成咀嚼功能變差等，因此不知不覺食量越小，越沒胃口，造成營養不良的狀況。預防肌少症主要原則為每日熱量攝取足夠、六大類食物均衡攝取，年長者因老化生理現象導致胃容積變小、食慾差、咀嚼功能變差，所以盡可能以體積小高熱量高蛋白質的食物來供應，才能達到足夠熱量供給，如一碗粥可加上蔬菜、魚肉、雞蛋、苦茶油及少許鹽，而非只是一碗白粥加上醬瓜類加工製品。與肌肉質量直接相關的營養素就是蛋白質，許多研究皆指出充足的蛋白質可有效改善老年人的健康包括肌肉合成、肌力增強。

以60公斤衰弱老人為例，需要的蛋白質量約為72~90公克（60公斤\*1.2-1.5公克蛋白質/每公斤體重=72~90公克蛋白質），扣掉全穀根莖類提供的蛋白質（10份主食\*2g=20g）剩餘52~70公克蛋白質就需由豆魚蛋肉奶類提供，平均分配至三餐攝取，即每餐需有17~24克蛋白質，換算成豆魚蛋肉類份量即約每餐2-3份（一份肉類提供7公克蛋白質）；一份肉類=1兩肉或魚=1顆蛋=1塊四方格豆腐=3粒牡蠣（如圖）。除了優質蛋白質食物攝取外，鈣（牛奶、芝麻、小魚乾等）及維生素D（適當日曬、攝取含維生素D的食物-如黑木耳、蛋黃、香菇等）的補充也是相當重要。

平日飲食攝取均衡、熱量、蛋白質、鈣、維生素D攝取足夠，每日適度的肌力訓練（如舉水瓶增加肌肉量和肌耐力等）和有氧訓練（如快走、騎單車等），才能有效預防肌少症的發生。



參考資料:  
1. 國家發展委員會「中華民國人口推估(2018至2065年)」, 2018年8月。  
2. 國衛院研究: 台灣24萬老人「肌少症」死亡率提高50% [EToday 健康雲]  
3. 淺談肌少症飲食照護 2017 春季號 No.96 合作社事業報導

## 長照2.0 服務在厝邊

若您身邊親友有長照需要請撥 **1966**，符合資格者將能取得以下服務



**照顧及專業服務**  
居家照顧、社區照顧、專業服務  
依失能等級每月給付 **10,020 - 36,180** 元



**交通接送服務**  
協助往返醫療院所就醫或復健  
依失能程度及城鄉距離每月給付 **1,680 - 2,400** 元



**輔具及居家無障礙環境改善服務**  
居家生活輔具購置或租賃  
居家無障礙設施改善  
每3年給付 **40,000** 元



**喘息服務**  
提供短期照顧服務，讓家庭照顧者獲得休息  
依失能等級每年給付 **32,340 - 48,510** 元



## 社會服務暨醫療救助基金收入支出徵信

108年07月至108年09月

收入明細					
捐款日期	捐款人	捐款金額	捐款日期	捐款人	捐款金額
108.07.01	傅昭陽	1,000	108.08.09	傅昭陽	1,000
108.07.02	無名氏	31	108.08.09	林桂花	7,000
108.07.03	朱國華	160	108.08.09	陶瑞明	1,000
108.07.05	潘秋宜	6,000	108.08.08	周梓光	1,000
108.07.05	方麗雲	1,000	108.08.12	盧奕禎	1,000
108.07.23	屏東愛心慈善會	20,000	108.08.12	張祐右	6,142
108.07.24	張玉華	1,000	108.08.12	萬海航運慈善基金會	20,000
108.07.19	林素蜜	2,000	108.08.16	張麗貞	30,000
108.07.26	盧奕鈞	2,547	108.08.21	陶瑞明	1,000
108.07.26	盧奕禎	453	108.08.30	張玉華	500
108.08.05	郭惠珠	500	108.09.02	傅昭陽	1,000
108.08.05	陳政君	2,000	108.09.09	南山人壽慈善基金會	30,000
108.08.05	陳福教	500	108.09.16	周梓光	1,000
108.08.05	陳黃芸	500	108.09.23	陶瑞明	1,000
收入合計			139,333元		

支出明細		
支出條目	名稱	金額
3-1	低收住院病患醫療費用-王O裕	220
3-2	低收住院病患外院看診費用-王O裕	200
3-2	低收住院病患看護費用-王O癸	20,000
3-2	低收福保病患住院營養補充費-17人等	30,024
3-3	病房活動-9月份病房活動	3,375
3-4	本院盈餘提撥-社區保健服務費用-社區健康促進講座-院內講師費	12,000
3-4	本院盈餘提撥-社區保健服務費用-社區癌症篩檢-社區行動醫院掛號費	49,630
3-4	本院盈餘提撥-社區保健服務費用-胸部X光檢查	18,120
3-4	本院盈餘提撥-社區保健服務費用-抽血檢查	27,362
3-4	本院盈餘提撥-社區保健服務費用-篩檢異常第一次回診掛號費	7,420
3-4	本院盈餘提撥-社區保健服務費用-宣傳單	1,580
3-6	指定捐款-南山人壽慈山基金會住院弱勢病患看護費用-潘O麟、高O光、王O道	39,000
3-6	指定捐款-萬海慈善基金會住院弱勢病患看護費用-潘O麟	20,000
3-6	指定捐款-慈濟基金會住院弱勢病患看護費用-潘O麟	20,000
3-6	指定捐款-住院弱勢病患看護費用-潘O麟、王O癸、葉O志	18,689
3-6	指定捐款-弱勢門診民眾欠費-張O龍、周O澤	4,456
總計		272,076元

附註: 3-1醫療費用 3-2看護、伙食及耗材等 3-3輔導病患或家屬之團體活動 3-4社區保健服務 3-5便民服務 3-6指定捐款 歡迎各界踴躍捐款，謝謝！

### 社會服務暨醫療救助基金

本院設有醫療救助基金，民眾可以主動捐款至本基金專戶，幫助需要協助的貧病患者，溫暖每一位需要幫助的人。

捐款方式：

(一) 銀行捐款：銀行名稱：合作金庫商業銀行仁德分行  
戶名：胸腔病院作業基金402專戶  
帳號：5702713708260  
我們收到愛心捐款之後，會依照匯款單填寫的地址寄發捐款收據，以提供捐款人扣抵綜合所得稅。

(二) 現金捐贈：請於上班時間上午8時至12時，下午1時至5時，至本院行政大樓二樓秘書室現金捐款。  
(台南市仁德區中山路864號—仁德院區)

※如有問題請電洽(06-2705911分機3205)秘書室社服組。

### 門診部—大同門診

地址：70141台南市東區大同路一段69號  
電話：06-2146006

胸腔病院有您厝邊的好醫師，是您社區的好醫師。

大同門診預掛專線：06-2142619(週一~週五08:00-20:00 週六08:00-12:00)  
仁德門診預掛專線：06-2705911分機1999(週一~週五08:00-16:30)

### 院本部—仁德門診/住院

院址：71742台南市仁德區中山路864號  
電話：06-2705911