善念共聚度院慶

花蓮慈濟醫院廿八周年

文 / 彭薇匀、魏瑋廷

花蓮慈濟醫院自一九八六年啟業以來，本著「人本醫療、尊重生命」的理念，首開先河是當時唯一免收醫療保證金的醫院。走過廿八個年頭，除了結合專業醫護人員及慈濟志工，設置最先進的醫療設備，也積極推動健康促進深入社區，定期前往無醫村提供醫療服務，為了守護花東鄉親而努力。

八月十六日是花蓮慈濟醫院廿八周年的生日，然而全球災難頻傳，花蓮慈院決議取將祝福化為實際行動，舉辦募心募愛活動，為受難者祈禱祝福，醫療團隊也走進高雄氣爆災區進行居家往診，膚慰受難者的心靈；在院內則是推動體內環保新生活運動，讓民眾身心都健康。

各項美食、衣物於現場募心募愛，號召民眾加入愛心串聯的行列。攝影／魏瑋廷

為高雄氣爆祈福
全院愛心總動員

八月六日上午，花蓮慈院發起「善念共聚，以愛弭災」募心募愛活動，醫護行政同仁與慈濟志工主動響應，為高雄受到氣爆意外影響的居民祈福。除了高瑞和院長與各科室主管率先響應，許多來院民眾，甚至是坐著輪椅的病友，聽到這是為高雄氣爆意外舉辦的活動，也都主動加入愛心串聯行列，將不捨化為具體行動，協助高雄鄉親重建家園。

高瑞和院長表示，在這令人心碎的時刻，最需要的不是嘆氣與悲傷，需要的是大家伸出援手與虔誠祈禱，希望能透過虔誠祈福，啟動醫院同仁和民眾的善念，將悲傷化為實際的力量，幫助高雄的鄉親早日度過難關。

活動現場除了有醫事室同仁親手製作的豆干、滷蛋、南瓜發糕、紅龜粿外，還有教學部的苦瓜和素煎餃，人文室也準備了手工爆米花，總務室與同心圓餐廳供膳組則是推出拿手的中西式可口小點心與麵包響應。護理部同仁也整理了家中的二手衣物和玩具，一同為高雄的鄉親盡一分力。

慈濟志工則從一早就張羅素麵線、炒米粉、素粽等熱騰騰的美食，花蓮區的志工更主動響應提供一千包米，希望帶動更多的愛心奉獻。維義食品張登旺師兄也贊助健康油品、蒸煮麵、素炸醬等食品。大家有錢出錢、有力出力的無私付出，讓許多就醫民眾相當感動，紛紛響應購買，大家不分你我，期盼讓災區盡早恢復原貌與平靜生活。

玉里慈院由管理室郭秀鳳主任（左）代表，贈送愛心給凌晨就出發的醫療團隊，備感貼心。攝影／魏瑋廷

深入災區　醫心團隊力量大

八月十六日，花蓮慈院取消原定的二十八周年院慶活動，改為以實際行動前進災區關懷。清晨兩點半，廿七位花蓮慈院、玉里慈院的醫護行政同仁利用周末假期，自費自假遠赴高雄，為了節省交通時間，一行人還先搭乘交通車到玉里火車站再轉搭火車。

上午九點，團隊順利抵達高雄，在高雄慈濟志工與南區慈濟人醫會的陪伴下，醫護同仁們分成十三條路線前往前鎮區、苓雅區等氣爆重災區關懷

五十二戶受災民眾。即使已經過了兩個多星期，映入眼簾的滿目瘡痍，仍讓人震驚不已，偌大的氣爆壕溝、四周歪斜的窗戶、塌陷的頂樓，四處可見氣爆當時的強大威力。

提到當時爆炸的情況，民眾仍滿臉的驚慌失措，看到車子被炸飛到自家四層樓高的屋頂，讓不少人至今無法安心入睡，有些孩子因為受到嚴重驚嚇，甚至出現尿褲子等「創傷後壓力症候群」現象。團隊中的精神醫學部沈裕智主任與許智堯醫師適時地在現場發揮專業，撫平鄉親受傷的心。

經過九彎十八拐的小巷，許智堯醫師與團隊來到一棟隱蔽的老舊公寓。面容憂愁的八十多歲老婦表示，由於五十歲的大兒子患有慢性精神疾病，無法工作，全家經濟重擔都落在打零工的小兒子身上，讓她非常擔憂。許醫師與大兒子互動的過程中發現，大兒子一直呈現緊張焦慮、情緒狀況不甚穩定，追問下才知道原來是他下週要接受大腸鏡檢查，卻對陌生的檢查內容非常困惑。

身為精神科醫師，許醫師知道患有慢性精神疾病的病人，在認知功能、理解能力、甚至是自我生活處理能力上都較缺乏。為了舒緩大兒子的緊張感，許醫師仔細地說明大腸鏡的檢查過程，甚至拿出紙筆，一字一句寫下大腸鏡的檢查步驟，為大兒子撰寫專屬的「大腸鏡檢查說明書」；一旁的慈濟志工，也利用老婦家中的鍋碗瓢

走過殘破不堪的災區，高瑞和院長（中）帶領的醫療團隊分成十三條路線，各自前往災民家中關懷。攝影／魏瑋廷

精神醫學部許智堯醫師（左二）到病患家中往診，適時的開導災後病患的精神壓力。攝影／何美味

盆當道具，說明瀉劑的服用方式，讓他理解大腸鏡檢查並不可怕，也舒緩了緊張感，露出難得的笑容。

當一行人正準備前往下一處時，背後響起呼喚聲，原來是老婦人撐著虛弱的身子，堅持要走下樓來感恩醫護團隊。許醫師分享，看到老婦人柔弱的身軀，一再的說著感謝，心中的感動是言語無法闡述的，親身見證病患的笑容就是團隊最大的力量。

由高瑞和院長、護理部章淑娟主任帶領的醫護人員，則前往另一戶人家拜訪，讓五十多歲的許女士激動到止不住淚水。原來許女士本身患有子宮頸癌，手術後產生膀胱萎縮的後遺症，每天都要自行導尿。然而，先生罹患大腸癌與肝硬化而長期臥床，高齡九十多歲的婆婆也有高血壓、糖尿病、心臟病等疾病纏身，加上孩子仍在學，身體虛弱的許女士肩負著家中的經濟支柱，龐大的壓力讓她快喘不過氣。

面對宣洩情緒的許女士，醫護團隊

醫務祕書李毅（左二）與和主任祕書陳星助（左一）仔細替病人確認藥品狀況，意外找出過期七年多的藥物，幸好及時發現避免繼續服用。攝影／黃俊強

除了仔細傾聽，不斷給予關懷與鼓勵，更主動希望能為久臥在床的先生確認身體狀況。所幸長期因病痛封閉自我的先生，聽到來自花蓮的醫師要親自來看病，難得的點頭答應。

一行人爬上狹窄的樓梯，瘦弱的先生就躺在地板上的軟墊上，高院長先

詳細為他檢查造口照護狀況，並用心聆聽他發病的過程與心路歷程，知道久病的先生竟然有輕生的念頭，高院長用其他病友的生命故事來分享生命的可貴與重要，讓一旁的許女士再次留下感動的淚水，直說真的很歡喜，病都好了一半了。

「我們所做的僅是百分之零點零一，其他的百分之九十九點九九都要感恩志工團隊的付出！」花蓮慈院醫務祕書李毅醫師有感而發的說，醫療團隊一抵達高雄，就受到高雄慈濟志工的熱烈歡迎與接待，而且志工團隊為了確認真正需要的病人，事先從五千多筆個案資料進行篩選，最後選出五十二戶個案進行訪視，依照醫師專長科別規劃成十三組路線。

花蓮慈院醫療團隊穿梭大街小巷，一家一家的探訪，給予最直接的醫療諮詢，不時有熱情的鄉親喊著「慈濟人，謝謝您們」，帶給團隊莫大的鼓勵。持續整天的義診活動，直到晚間十二點，醫療團隊才返抵花蓮慈院，身體雖然疲憊，但大家臉上仍洋溢著笑容，難忘這次與高雄鄉親一同度過的二十八周年院慶。

除了高瑞和院長帶隊前往高雄關懷，同一天上午，許文林副院長也謹守著與鄉親們的承諾，帶著醫療團隊前往宜蘭縣南澳鄉東岳村，與宜蘭地區的三十多位慈濟志工會合，許多當地的開業醫師也都前來支援，一起替村民義診。

從今年一月開始，花蓮慈院與東區

花蓮慈院與東區人醫會到南澳鄉義診，慈濟志工親切的為居民做看診前的檢查。攝影／林永森

許文林副院長親切地為村民看診。攝影／林永森

慈濟人醫會有感於南澳鄉的醫療資源嚴重不足，陸續辦理了四場義診活動，總計服務了六百多人次，將專業醫療與愛心帶進偏遠山區。這次東岳村義診也加入院慶居家往診行程，以孤老患者為主要關懷對象，負責往診的許副院長除了仔細檢閱病患的用藥情形，也針對用藥整合及居家安全提供建議。

「苦難的人出不來，有福的人就走進去。」許文林表示，往診時看到一些病人因痛風關節腫大十分痛苦，讓他充滿感慨與不捨，因為這些疾病如果趁早控制就不會這麼嚴重，但由於病患平常不知道怎麼去維護自己的健康，往往都腫到很嚴重了才來看診，卻已經造成不可逆的傷害。他期盼有更多同仁加入義診的行列，一起照顧偏鄉的居民。

體內環保新生活
一天一個綠行動

除了前往災區義診，促進在地鄉親健康的活動也是慈院每天在推動的重點大事。近年由於國人生活及飲食習慣改變，不但肥胖人口大幅增加，罹

營養組同仁透過寓教於樂的方式，加深民眾健康飲食的印象。後排右起為許文林副院長、高瑞和院長、大腸直腸外科賴煌仁主任。攝影／魏瑋廷

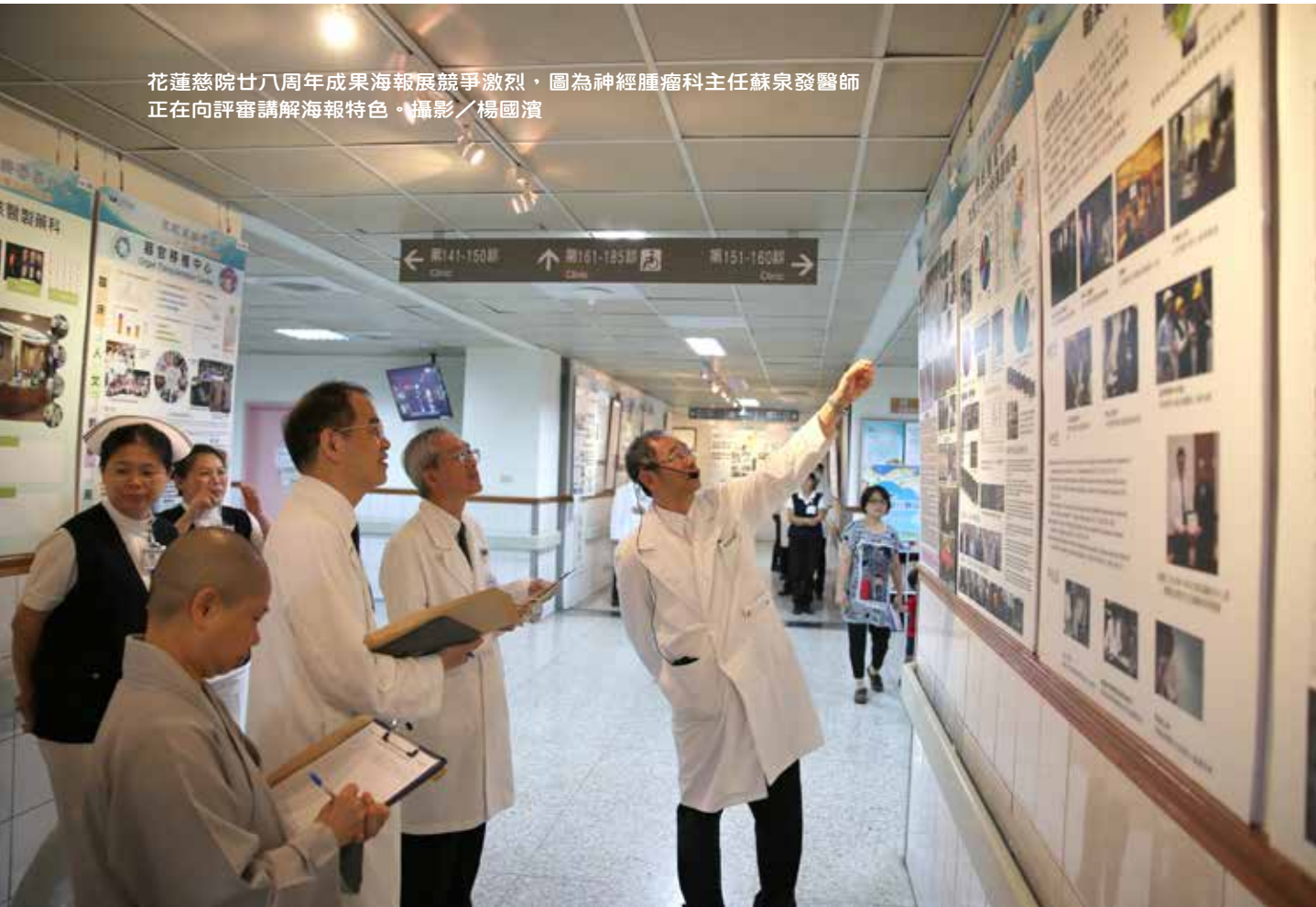
患大腸癌的人數也逐漸上升，儼然成為影響國民健康的新挑戰。

六月十三日上午，在肝膽腸胃專家王正一教授的大力支持下，花蓮慈院舉辦「體內環保新生活運動」，現場展出預防大腸癌海報展，以及衛教單張讓民眾索取，邀請民眾從健康飲食、規律運動、預防癌症做起，力行體內環保新生活。

「主人，我想要回家（馬桶），請您吃些幫助我作戰的尖兵吧！」由花蓮慈濟醫院營養組同仁扮演的「糞便先生」，說出了主人的心聲。逗趣的「體內環保戰」短劇，同仁透過寓教於樂的方式，和民眾分享如何透過健康飲食，輕鬆解決長期便祕之苦。

活動中也邀請到大腸直腸外科主任賴煌仁分享「大腸的吶喊」，賴煌仁表示，大腸直腸癌發生率已經連續六年蟬聯國人十大癌症榜首，每年新發生大腸直腸癌病例數約一萬四千人，除了病例數逐年上升，也有年輕化的趨勢。

賴煌仁指出，大腸癌除了受遺傳影響外，飲食也是很重要的因素之一，研究發現，多吃高纖維、高鈣的飲食，加上持續規律的運動，可以有效預防大腸癌的發生，多吃蔬食可以攝取豐富的膳食纖維，幫助腸道蠕動，有效幫助腸道排泄有毒物質，避免腸道產



花蓮慈院廿八周年成果海報展競爭激烈，圖為神經腫瘤科主任蘇泉發醫師正在向評審講解海報特色。攝影／楊國濱

花蓮慈濟醫院於二十八日舉辦健康素食水餃大賽，藉由各單位發揮創意包出好吃的水餃來推薦「低碳飲食、減碳救地球」的觀念。攝影／魏瑋廷

生癌化的病變，也可以增加人體的活力與免疫力，輕鬆達到體內環保、遠離癌症。

「讓身體的腸道適時的大掃除，也是一種體內環保。」營養組劉詩玉組長表示，體內環保最簡單的方式就是從飲食做起，像是多吃當季的蔬菜水果、全穀類的食物，或是未精製的五穀雜糧、麥片、火龍果……等富含膳食纖維、水溶性纖維、乳酸菌、果寡糖的食物外，優酪乳、優格、AB 菌中的益生菌，也是整腸、體內環保，促進正常排便的好戰友。

除了蔬食飲食外，許文林副院長也提醒民眾，要養成每天規律運動的習慣，建議每週運動時數須達兩百八十分鐘以上，無論是慢跑或是持續走路都能促進身體代謝，幫助腸道運動，排除殘渣廢物，減少體內有毒物質殘存。

高瑞和院長表示，體內環保已經成了一種健康時尚概念，邀請民眾從生

活中養成有益健康的好習慣，未來花蓮慈院也將以素食、蔬果、無毒、運動、癌篩等主題，定期舉辦防癌健康講座，邀請專家、健康達人經驗分享，希望帶動全民一起「新生活運動」，活出健康亮麗的人生。