

慈濟醫療誌

慈濟醫療以人為本
日日上演著動人的溫馨故事
真善美志工與同仁用感恩心
見證慈濟醫療人文之美



- ◆ 玉里慈濟醫院陳岩碧院長走訪各單位，將來自靜思精舍的中秋月餅禮盒，送到每一位同仁手上……
- ◆ 慶祝祖父母節，關山慈濟醫院長照團隊在關懷據點舉辦趣味聯誼活動，守護長者的健康與笑容……
- ◆ 花蓮慈濟醫院心蓮病房空中花園鋪設專利「淨斯福慧環保連鎖磚」，傳遞結合環保與祝福的美意……
- ◆ 臺北慈濟醫院中醫師研發止癢配方，有效改善飽受尿毒搔癢症所苦的腎友皮膚問題……
- ◆ 大林慈濟醫院骨質疏鬆症防治中心透過阻力訓練與營養攝取衛教宣導，教育民眾預防肌少症……
- ◆ 臺中慈濟醫院舉行七月吉祥孝親祈福會，藉由回顧九二一災變，聚愛發願擁抱蒼生……



玉里

八月二十九日

中秋月餅送全院 遞送大家庭祝福

中秋佳節即將到來，二十九日中午，玉里慈濟醫院收到來自靜思精舍的中秋月餅，陳岩碧院長立即前往各單位，將一盒盒裝滿關懷與祝福的月餅禮盒，送到同仁手中，讓堅守在醫院守護生命的醫護同仁，提前歡慶佳節並且感受慈濟大家庭的溫暖。

同仁見月餅禮盒來到，驚呼「原來中秋節快到了！」來自靜思精舍的月餅禮盒，不僅讓平時忙碌的同仁想起中秋節這件事，更溫暖了同仁的心；還有同仁看到月餅禮盒開心地說：「方師傅的綠豆椪超級好吃！」月餅禮盒意義非凡。

中秋節對東方人來說是重要的節日，更有著與親友團圓的含意，不過對於在醫院守護生命的醫護同仁來說，可能無法在中秋節與家人團聚在一起，難免會有思鄉之情，而來自靜思精舍的月餅禮盒，讓同仁吃進嘴裡同時也感受到慈濟大家庭的溫暖。（文、攝影／張汶毓）

八月二十九日，玉里慈院收到來自靜思精舍的中秋月餅，陳岩碧院長（左三）便與管理室陳秀金組長（右一）走訪各單位，將一盒盒裝滿關懷與祝福的月餅禮盒，送到每一位院內同仁手中。





關山

八月二十三日至二十八日

作伙疼惜老大人 長照站慶祝祖父母節

關山慈濟醫院守護偏鄉地區，近幾年隨著長照 2.0 計畫的推動，陸續在池上鄉、關山鎮開拓長照據點，還有一群具有護理背景的專業團隊，陪伴著健康的、或需要照顧的阿公阿嬤，以共餐共學延緩長輩失能、老化，也為家屬減輕照顧上的壓力。八月二十五日是屬於

阿公阿嬤的節日，關山巷弄長照站與失智社區服務據點分別規畫「祖父母節」活動，藉由聯誼平臺的建立，不僅讓長輩們多了社會參與的機會，也增進祖孫情感和家人相處。

關山慈濟醫院巷弄長照站為慶祝祖父母節，由照顧服務員胡曾寶鳳一手策畫「大手牽小手 祖孫逗陣來」活動，八月二十三日上午，特別邀請鴻德幼兒園小朋友共遊據點，管理室主任黃坤峰、關山鎮公所社會服務課課長林梓群、老人會會長陳來成都蒞臨加油打氣。

幼兒園的帶動跳開場就炒熱氣氛，只見班長發號口令「祝～阿公阿嬤身體健



為慶祝祖父母節，關山慈濟醫院巷弄長照站於八月二十三日上午舉辦「大手牽小手 祖孫逗陣來」活動，管理室主任黃坤峰（最後一排中打領帶者）、地方代表，以及鴻德幼兒園的小朋友，一起來陪伴長者們開心過節。

康」，孩子們一個個自告奮勇用麥克風道出句句祝福。參差不齊的表演，口齒不清的童音，隨性中帶著無邪的可愛。接下來的擁抱祖孫情，小朋友為阿公阿嬤捶背按摩，也陪伴參與製作手工牛軋糖的課程。祖孫共學的溫馨畫面，還有阿公阿嬤惜孫的眼神和開心的面容，讓寶鳳看在眼裡有滿滿的感動。

「原來『關山巷弄長照站』不是我的，也不是關山慈院的，而是屬於我們與長輩共同組成的另一個家。」胡曾寶鳳今年二十四歲，二〇一八年進入關山慈院擔任居家照顧服務員，隔年轉調關山巷弄長照站，正式成為據點長輩口中的「小鳳老師」。一個星期當中有五天，她與阿公阿嬤就像家人一樣相處著。

在巷弄 C 站邱思婷督導員的鼓勵下，她第一次接下辦理活動的重責大任，前一晚還與督導員電話彩排，足足討論了

兩個小時。「很謝謝關山慈院同仁的協助，讓我從一開始的擔心害怕，摸不著頭緒，漸漸找到靈感和方向。」回想當自己忙得焦頭爛額，還得為場布傷透腦筋時，阿公阿嬤立刻伸出援手為她分憂解勞，一起完成場地布置的工作，有如家人又好似朋友般的革命情感，讓寶鳳深深感動著。

守護長者笑容 長照團隊樂此不疲

八月二十八日，以失智症照顧為主題，關山失智社區服務據點跟進慶祝祖父母節，與關山巷弄 C 站聯誼表演並參與「作伙疼惜老大人 祖孫愛心園遊會」會場布置，活動攤位包含「快樂柑仔店」、「益智桌遊」、「喜巴啦！擲骰子比大小」、「古早味便當」等八項趣味關卡。在余黃素怡及李英蘭護理師的規畫主導下，阿公阿嬤彷彿搭乘懷舊列車，由子女兒孫陪伴，重返童年快樂時光。

上午九點，柑仔站還沒開張，李英蘭「李姐」就已經帶著阿公阿嬤在快樂音樂廳裡鏗鏘鏘鏘。李姐總是有說不完的笑話，幾乎是走到哪裡，笑聲就會出現在那裡，她難掩心中雀躍說道：「只要能讓阿公阿嬤想起一些以前的事，他們就會很高興，活力就來了；像昨天他們看到園遊會的帳篷一搭好，心情就跟著不一樣了，每個人都覺得是自己家裡要辦喜事一樣，笑得好開心喔！」

家人的愛，不會因為記憶的消逝，



余黃素怡（左）與關山慈院長照團隊走入社區，只要能守住阿公阿嬤的健康和笑容，就算辛苦也樂此不疲。



唱作俱佳的李英蘭護理師（中），把工作當志趣，每天快樂的來源就是看見據點裡的阿公阿嬤笑嘻嘻。

而跟著流逝。「阿公，你記得我是誰嗎？」阿德阿公雖然叫不出名字，但望著孫女的神情相當溫暖。阿公很幸福，不只有太太陪伴，媳婦和孫女為了這次活動也特地從臺東市趕過來參加。李姐說，除了似曾相識的場景，有助於喚起失智長輩過去的生活經驗，親人的陪伴對他們也相當重要，因為人是離不開親情的，就算旁人給再多的愛也沒辦法取代。

「其實辦聯誼是很耗人力的，但我又很希望社區化，讓長者覺得自己真的是在地老化。這個據點不是只有生病的人才能來，要怎麼讓據點在社區活絡，成為真正的好鄰居，是我們一直在努力的。」余黃素怡說，聯誼活動最大的困難就是不同據點長者失能程度不同，因此內容必須不斷討論至取得共通性。看似簡單的小遊戲，對失智患者而言都有

很大功能和意義，可以刺激他們對數字和顏色的認知，包括懷舊便當的菜色，都能勾起他們的回憶。從計畫確認進行，素怡就開始建立參與感，不斷告訴長輩「我們要準備布置了喔！」當他們知道在課程學習的手工作品，是會被拿來布置會場的，上課氣氛就不一樣了。素怡說，雖然聖十字療養院的長輩，因為流感的關係臨時無法到場有點可惜，但是當天還是有很多家屬受邀出席，且在過程中不斷拍照記錄祖孫每一個相處的片刻，讓她覺得很開心很感動。

接近中午時分，太陽光下的搖曳身影，照映在熱騰騰的地板上，或許汗流浹背，或許聲音沙啞，但她們仍賣力揮舞著。關山慈濟醫院長照團隊走入社區，只要能守住阿公阿嬤的健康和笑容，就算辛苦也樂此不疲。（文、攝影／陳慧芳）



花蓮

八月九日

環保連鎖磚首鋪 「手」護心蓮病房

花蓮慈濟醫院八月九日上午在心蓮病房空中花園舉辦「淨斯福慧環保連鎖磚」鋪磚祝福典禮。「淨斯福慧環保連鎖磚」是全球首創使用無法再回收利用的紙盒、紙杯內膜製成。院長林欣榮、慈濟醫療法人執行長林俊龍、靜思精舍常住師父與醫療同仁、慈濟志工等人一起見證，聯手鋪下環保連鎖磚，讓整建後的空中花園更安全，處處可見慈濟人

的溫暖與祝福。

花蓮慈濟醫院心蓮病房成立已二十三年，設在三樓空中花園，有花草樹木，一直是病人及家屬休憩的人文空間。今年初，為使病人有更好的休憩動線與場所，稍作整理，院長林欣榮表示，這次使用三千三百零一塊「淨斯福慧環保連鎖磚」鋪設，感謝淨斯人間團隊送給心蓮病房這充滿祝福又可護持大地的「好法寶」。

七位靜思精舍常住師父也特別蒞臨祝福，德如法師表示，以菩薩心照顧病人猶如自己的親人，感恩全院同仁合心和氣、互愛協力，以愛的聯手，照護病人，也祈禱社會祥和，人心能淨化，天下災難就能減少。



八月九日花蓮慈院在心蓮病房空中花園舉行「淨斯福慧環保連鎖磚」鋪磚祝福典禮，醫療志業體同仁、慈濟志工眾人一起見證。攝影／彭薇勻

家庭醫學部緩和醫療科主任謝至鏗指出說，心蓮病房成立二十三年來，很感恩所有慈濟志工的護持。心蓮病房團隊照顧末期的病人與家屬的身心靈，陪伴病人到最後，同時會努力持續引領臺灣安寧照護的走向，讓末期病人及照顧者都能擁有良好的生活及照護品質。

林欣榮院長、林俊龍執行長、副院長許文林、吳彬安、何宗融、主任祕書陳星助、家庭醫學部主任葉日式、護理部主任鍾惠君、醫療法人主委章淑娟等，以及心蓮病房團隊、精舍師父、慈濟志工等人依照司儀引導就位，從取磚、翻磚、鋪磚，再拿著槌子把連鎖磚敲實與敲平，一起在空中花園鋪下淨斯福慧環保連鎖磚，這也是淨斯福慧環保連鎖磚第一次發揮良能，運用在公共空間上，造福人群。

這看似樸實的連鎖磚，是使用紙盒、紙杯內的「防水塑膠膜」製作而成的，讓廢棄物擁有新生命；淨斯人間研發長蔡昇倫表示，紙容器內的塑膠膜因為成分複雜，所以無法回收利用，過去只能焚燒處理，間接造成空氣汙染，他因為證嚴法師曾提起「能否利用這層塑膠膜，製成磚塊使用」的期許，進而著手研發。

經過兩年材料蒐集、設計及生產的困難，蔡昇倫終於研發完成，命名為「淨斯福慧環保連鎖磚」，並在八月八日取得專利。蔡昇倫說，過去所使用的鎖磚雖然透水、透氣，但是水泥的取得過程得挖山取砂，破壞山林環境，連鎖磚鋪



慈濟醫療法人執行長林俊龍（右三）、花蓮慈院院長林欣榮（右二）、副院長何宗融（右一）等人與靜思精舍法師歡喜鋪磚。攝影／彭薇勻



淨斯人間研發長蔡昇倫（右）贈與醫院的「淨斯福慧環保連鎖磚」甫取得專利，使用紙盒、紙杯內的防水塑膠膜製作，是實在的環保產物。攝影／江家瑜

設後，在人車長期行走下，容易路面不平。

每一塊「淨斯福慧環保連鎖磚」需消耗一點七公斤的廢棄紙容器塑膠膜，是「實實在在」的環保產物，並應用巧思設計保持透水、透氣的優點，磚與磚之間相互連結，穩定性較前一代的連鎖磚好。環保連鎖磚上還藏有團隊的小巧思，磚上的止滑圖案，是一雙雙的手，象徵用鼓掌雙手做環保的志工的付出，感恩志工用行動護持大地。（文／江家瑜）

臺北

八月十五日

不再體無完膚 中醫研發止癢配方

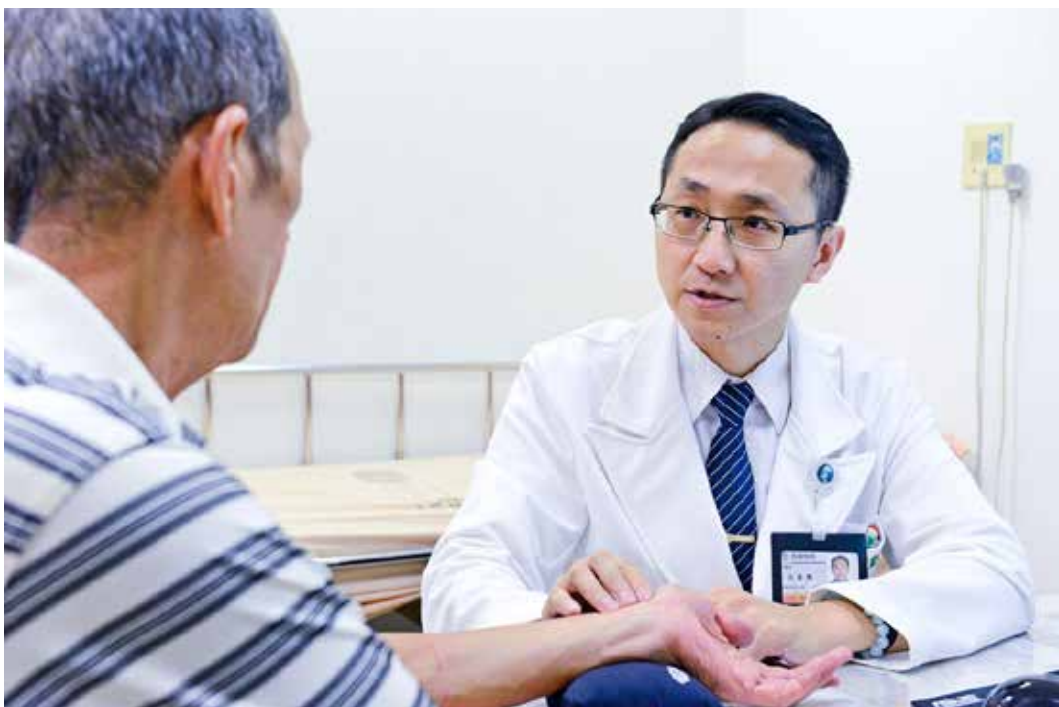
六十六歲的黃先生洗腎十年，五年前開始出現全身搔癢的情形，從頭到腳無一處倖免，無論照光治療、擦止癢藥膏都沒有效果，甚至一年後出現類似膿包的尿毒症，經常搔抓到全身是血，癢到無法入睡，嘗試各種西藥都無法改善，搔癢評估為極重度。腎臟科醫師會診中醫，呂秉勳醫師用口服科學中藥包輔以新研發的止癢藥浴包與藥膏塗抹，兩個月的時間，病人搔癢程度大為改善，

不僅皮膚恢復平滑，不服用止癢藥物時，也能一覺到天亮。

罹患慢性腎臟病的患者近年逐漸增加，當腎臟功能衰退，身體無法維持正常新陳代謝，體內廢物無法由尿液排出，積存體內，導致種種不適症狀就是「尿毒症」。研究資料指出，尚未接受透析治療的腎臟病人有一至三成的機率出現尿毒症的搔癢情形，而腎臟病末期，接受透析治療又有搔癢困擾的患者多至九成。呂秉勳醫師指出，不適當的透析量、鈣磷失衡、鎂鋁偏高、過敏、皮膚乾燥都是導致尿毒搔癢發作的危險因子。「西醫在尿毒搔癢症的研究有『免疫假說』、『中樞鴉片受體失衡假說』兩種機轉，前者是皮膚搔癢的慢性腎病腎友其體內的各式發炎因子（如



因尿毒症導致搔抓成傷的黃先生接受中西合療，使用中醫藥浴包和止癢藥膏後，皮膚搔癢大為改善。左圖為中醫治療前，右圖治療兩個月後。圖片提供／呂秉勳



呂秉勳中醫師提醒應遵照醫囑治療，避免使用民間偏方與來路不明的草藥，以免造成腎臟負擔。

TH1 細胞、C-反應蛋白、介白素 -6 及 2) 較高，暗示體內有慢性發炎的情形。這些發炎因子會刺激在皮膚內負責傳遞搔癢感覺的 C 神經纖維，造成局部搔癢；後者是因體內掌管鎮靜、止痛作用的鴉片受體失衡，而無法抑制搔癢感所導致。」

尿毒搔癢症病人的搔癢範圍涵蓋背部、腹部、頭部、手臂，經常在夜裡發作、影響睡眠，西醫方面會以保濕乳液使用、藥物控制、止癢藥膏、照光治療甚至腎臟移植來控制搔癢情況，但成效不一。呂秉勳醫師表示，外治之理即內治之理，先讓患者內服清熱解毒的中藥，輔以針灸、耳豆來抑制腦部中樞，減少搔癢反應。同時，外敷藥膏、藥浴，經由皮膚吸收，抑制發炎物質的產生。

呂秉勳醫師說明：「治風先治血，血行風自滅。洗腎病人多為老年人，皮膚偏乾，搔癢如風，如遇濕熱，搔癢加劇，因此透過中藥材驅風活血。」他以可祛濕的土茯苓；可驅風的荊芥、白芷；可驅熱、清熱的地膚子、白鮮皮、黃柏；可活血、行血的川芎、當歸等中藥材研發成止癢藥浴包，給病人浸泡、擦拭。再依據實證醫學療效的西方精油結合中醫草藥調和成止癢精油供病人塗抹，不僅達到止癢效果，也助於傷口修復。

造成尿毒搔癢症的原因極其複雜，呂秉勳醫師提醒民眾，一般中醫治療兩個月病人會有改善，即可停藥，不須終生服藥。但仍須遵從西醫醫囑，注重飲食及鈣、磷攝取，避免使用民間偏方與來路不明的草藥，以免造成腎臟負擔。

（文／廖唯晴 攝影／范宇宏）



大林

八月八日

阻力訓練與營養攝取 「肌少症」不要來

別讓肌少症成為老化失能的「凶手」！肌肉流失和骨質疏鬆經常像難兄難弟一起出現，且好發生於老年人。雲嘉地區是老年人口比例最高的區域，嘉義大林慈濟醫院骨質疏鬆症防治中心提醒，應適時做肌少症量測，並勤做訓練與充足的營養，來維持良好的生活品質。

骨質疏鬆可不能只依賴吃藥而已喔！為宣導正確防治觀念，骨質疏鬆症防治中心特別在八月八日舉辦健康講座，希望民眾能及早掌握肌肉及骨質流失情形，並能在失能初期接受適當治療。骨質疏鬆症防治中心主任謝明宏指出，透過現場的肌少症量測及教做阻力訓練，將能達到減少跌倒機率，進一步降低失能臥床的可能。

根據衛生福利部統計，臺灣六十歲以上人口中有百分之十六患有骨質疏鬆症，同時因伴隨其他疾病，一年內的死亡率高達百分之二十。謝明宏表示，許多骨鬆患者認為只要有服藥就好，卻忽略運動的重要性，其實，肌肉的訓練對骨骼也有很大的幫助。他說，藉由握力、行走速度、平衡、端坐起立等檢測，能知是否有肌少症的現象。



八月八日大林慈院舉辦健康講座，骨質疏鬆症防治中心主任謝明宏（中）與團隊向民眾宣導肌肉流失和骨質疏鬆的正確防治觀念。

復健科物理治療師鄭翔瑋則指出，海內外有肌少症的人約占三成，而三十歲以後每十年約流失百分之五的肌肉量，超過六十歲則流失更快，包括腰部、背部、臀部、大腿等處肌肉。「肌少症容易引起跌倒或慢性疾病，尤其老年人最怕跌倒，所以腳力要強健，並非吃保健食品就能強壯，營養要夠、吃得對以外，還要靠運動」。

鄭翔瑋表示，要能做稍微喘甚至痠痛的運動，體能才會進步。關於日常生成肌肉的阻力訓練，像是舉啞鈴或寶特瓶裝水，由輕而重；使用彈力帶或結長的橡皮圈，增加圈數來訓練雙手肌力；也可使用泡棉瑜伽磚或紅磚，一腳踏上一腳提起再著地，可同時搭配手部提重。此外，雙腳張開、膝蓋微彎但不



要預防肌少症和骨質疏鬆，運動不可少，民眾也跟著一起伸展肢體動起來。

要超過腳趾，將背挺直、屁股向後蹲，雙手上舉，維持幾秒感覺痠痛，此動作可增強背部、臀部的肌肉。

鄭翔瑋強調，做阻力訓練比耐力訓練更能增加肌肉量，即便是一百歲也能透過阻力訓練達到同樣的效果；運動後一小時內應補充牛奶、豆漿或雞蛋等蛋白質，能立即補充最好；此外，還要增加柔軟度，拉筋應維持在三十秒左右，才不會因過久而受傷，或時間不夠而無效果。

鄭翔瑋提醒，六十歲以上每人每公斤所需使用蛋白質來合成肌肉的比例甚至會比年輕人還多，當蛋白質攝取不足，即使有運動也無助益，而體重過輕或過重都不宜，應適量攝取食物，加上阻力訓練、日晒，就不怕肌少症上身。

（文、攝影／謝明芳）



復健科物理治療師鄭翔瑋示範說明，不論啞鈴、寶特瓶裝水、彈力帶或結長的橡皮圈，都是手部阻力訓練的好工具。



臺中


八月二十日

吉祥月祈福 聚愛發願擁抱蒼生

在社區與醫院同仁合和互協下，臺中慈濟醫院八月廿日晚間舉行七月吉祥孝親祈福會，廿五座宇宙大覺者透出光亮，大廳瞬時成為道場，引領同仁與會眾心靈方向。典禮正式開始前，靜淇師姊輔導神經內科醫師傅進華承擔主持人，引導獻供人員走位彩排。正式開場，穩穩帶領大眾進入祈福會，維持程序儀式流暢又呈現虔誠莊嚴。

無量義經誦偈聲起，德悅師父、德（耒英）師父帶領獻供團隊獻上燈花果，正在培訓的社區護理組護理師黃淑雯聽聞靜寂清澄音聲，立刻從心震動到皮膚每個毛孔，感受充滿道氣的會場。大眾隨後虔誠唱誦開經偈，求法殷勤上天聽。眾人合十閉眼專心一念，癌症中心同仁李彥瑜內心激動澎湃，對諸佛菩薩默許心願，將來投入人文真善美用鏡頭留下更多慈濟歷史。

肝膽腸胃科主任廖光福見證當年九二一參與救災，幾乎成了驗屍醫師的經驗，他分享拿到慈濟人熱騰騰的圓餐盒感動的心情，也說在醫院跟慈濟人一起去菲律賓海燕颱風賑災，體會到賑災與人文合一的精神，先關懷再恭敬分送物資，透過祈福會教育當地災民懂得再植福，也是他



臺中慈濟醫院八月二十日舉辦七月吉祥孝親祈福會，逾五百位大眾與同仁共聚善念。



簡守信院長（左八）帶領醫院同仁祈福行禮，呼籲建立正信正念並回顧九二一災變中愛的能量，戒慎虔誠「莫忘那一年」。

深刻學到的事。

手語團隊十五人搭配廿四位醫師，演繹〈擁抱蒼生〉，搭配九二一震災影像，淒厲的災民吶喊，悲苦撕裂人心，八位師姊代表慈濟人一一湧現，如菩薩四方膚慰救拔眾生，後段演繹，前排醫師跟著慈濟人一起投入，不只救苦也感恩發願要擁抱蒼生，演繹震懾全場。

簡守信院長致詞表示，透過手語演繹喚醒九二一救災時的悲心，回憶到東勢救災看見慈濟人陪伴往生者家屬的感動。他說，莫拉克風災到嘉義民雄送便當，難忘災民痛苦得以傾訴的淚眼與感恩的眼神，言語多餘，慈濟與臺灣人單純的愛是娑婆之島能穩定發展的原因。慈濟人在很多災難時送愛，讓災民重新懷抱希望，鼓勵大家用愛讓一個眼神換成千萬個回眸。

黃湘嵐護理長、胡仁珍藥師道出對九二一災況的深刻回憶。陳俊川檢驗師看見醫師群起立，跟著師姊演繹還向大家鞠躬感恩，直說深深感動。高小惠專科護理師表示加入慈濟團隊真的很好，有很多機

會跟管道可以去救人。

會眾林陳岫雲含淚看完演繹，想到當時嚴重傷亡，跟著就悲傷起來。因母親南下與姐姐同住，而獨居潭子的劉晏村看到演繹親人離世、孤苦一人的吶喊，完全能體會孤單不平的情境。九二一地震發生時還在襁褓的楊先生陪爸爸、奶奶與會，演繹災難情境讓楊奶奶哽咽到不能言語。馬來西亞孫金海先生帶爸媽就醫直接與會，聽到廖光福主任九二一慈濟餐盒的舉例，想起帶父親到靜思精舍，師父給他兩碗麵線，還叮囑「要保溫，吃的時候才會維持溫熱」的溫暖，激動流淚。

培訓中的林偉琳醫師告訴人文組同仁，第一次參加吉祥月祈福會，以為就是誦經為「好兄弟」祈福，參與才發覺誤會大了……他謹記「莫忘那一年、那一念、那一人」，期許未來能走入社區做慈濟、用醫療專業做義診賑災，期待見到那「千萬個回眸」的感動。他也祈禱人心淨化、社會祥和、天下無災難！（文／謝明錦、馬順德 攝影／曾秀英）