

大林

五月十八日

骨科團隊攜手慈濟志工 守護梅山鄉親健康

大林慈濟醫院骨科部與嘉義區慈濟志工於五月十八日共同舉辦「骨科醫師溫馨齊步走」義診活動，深入嘉義縣梅山鄉大南社區，為在地鄉親提供免費骨骼健康檢查與保健諮詢，守護長者骨骼健康。

活動由骨科部主任謝明宏醫師領軍，義診項目包括骨骼關節檢查、保健諮詢與衛教、骨質疏鬆評估，以及骨鬆巡迴

檢查車服務。為提升服務效率，義診區分為四大組別：脊椎組、膝髖關節組、肩肘關節與運動傷害組、外傷骨折與足踝關節組等四大組別。由簡瑞騰、謝明宏、林敬興、林柏勳、唐煥明等多位骨科醫師分別擔任負責人，確保當地居民能在短時間內得到適當的診斷。此外，住院醫師簡意林與專責護理師郭瑞敏，也為民眾提供骨質疏鬆相關諮詢，慈濟志工則全程協助整場動線與民眾導引。

活動中，林文彥醫師以「骨質疏鬆症」為題，指出人口快速老化，雲嘉地區骨質疏鬆症問題的嚴重性。根據最新衛教資料，臺灣是亞洲脊椎骨折發生率最高、全球排名第九的國家地區。研究顯示，百分之四十五的骨質疏鬆性骨折



大林慈院骨科部團隊與慈濟志工前往梅山鄉大南社區舉辦義診活動。前排左起為林柏勳醫師、謝明宏主任、斗六慈院簡瑞騰院長、林敬興醫師、唐煥明醫師。



林柏勳醫師（前左三）帶動簡易健身操，鼓勵民眾透過安全運動維護骨骼健康。

患者會在一年內復發。糖尿病患者骨折風險是正常人的三倍，其中脊椎骨折最常見。為了「保骨不骨折」，林醫師呼籲民眾從年輕開始儲存骨本，落實「骨鬆四部曲」：均衡飲食、攝取高鈣食物、每日曬太陽十五至二十分鐘，以及規律運動。此外，戒菸、戒酒，避免攝取咖啡因和茶等有助於維持骨骼健康。林柏勳醫師帶動領現場民眾進行簡易健身操，鼓勵他們透過安全運動維護骨骼與平衡力。

一位民眾帶著八十三歲的媽媽來做骨質密度測試。他說，「媽媽平常骨頭都會痠痛，幾天前看到群組訊息，年紀大或骨頭有問題的都可以過來參加，今天檢測出媽媽有輕度骨質疏鬆症，非常感恩醫療團隊。這次的免費檢查及諮詢對我們的幫助很大。」另一位吳小姐，平時在梅山鄉山坡地種水果，每年收成時都需負重，多年勞動導致膝蓋受傷，幾年前醫師建議手術，但她忍痛維持了幾年。今天和鄰居一起諮詢醫師是否需要微創手術，經醫師評估回覆，讓她更安心，對醫療團隊表達感謝，讓鄉親們不用舟車勞頓到醫院掛號，



林敬興醫師為民眾檢查手臂痠痛處。

有時還掛不進去。

還有一位民眾，脖子戴著頸椎保護圈，聽說斗六慈濟醫院簡瑞騰院長也會來提供醫療支援，一早就在等候。兩週前，他曾在其他醫院做過頸神經壓迫手術，但最近腰部一直不舒服，擔心自己可能還有其他問題。簡院長查看患者症狀後解釋，他的腰痛是由筋膜炎引起的，無需手術，局部注射消炎藥即可緩解，這讓患者感到安心，對醫療團隊的悉心照料表示感謝。

謝明宏主任強調，義診活動不僅提供即時檢查與諮詢，更希望提升民眾對骨鬆防治的認知。他提醒，出現以下症狀的患者應進一步就醫：骨密度T值小於負三點零、過去一年內發生過低能量骨折、接受骨質疏鬆症治療期間出現新發骨折、及患有糖尿病正在使用胰島素的民眾。

大林慈濟醫院持續秉持守護民眾健康的初心，透過專業醫療團隊與慈濟志工攜手合作，走入社區、陪伴長者，用行動守護每一塊骨頭的安全，打造「不骨折」的幸福人生。（文、攝影／張菊芬）