



圓滿生命大意義

人生有許多苦，佛陀教育我們「八苦」之中，以病苦為最。有了病痛，需要儘快找出病因；知道病源，才能對症下藥。從古至今，許多醫師殷勤探討，不斷地研究疾病成因；然而人體構造很精密，必得從人體探尋其中奧秘，方能加以治療。

慈濟大學於八月底舉行「進階」模擬手術，以往捐贈者捐出大體，提供予醫學生及住院醫師解剖，使他們更清楚了解人體構造，探索生命奧秘；此次八位無語良師則是將大體獻給臨床醫師及醫學院的教授，讓他們在遼闊的醫海裡繼續探究。

這次進階模擬手術有整形外科、泌尿科、耳鼻喉科等科別，邀請來自八個國家地區的多位資深醫界及教學人士投入，共有服務於二十餘家醫院的大醫王參與。無語良師展現了生命大用，影響所及，擴及海外的醫師；讓這一群發心立願的大醫王在投入臨床之際，有機會進一步深入解開身體密碼，圓滿無語良師此生的生命意義。

八位大體老師中，有一位林師姊，是九二一地震時湧出的人間菩薩；在慈濟菩薩道上，始終精進不懈。二〇〇七年底，她因為身體不適，前往臺北慈濟醫院急診，結果發現罹患肺腺癌，而且癌細胞已深入骨頭。儘管家人不捨，但是林師姊卻很自在；因為有將法入心，所以能看開生命無常。

去年莫拉克颱風重創南臺灣，她還向醫師請假，出院勸募；即使在人生最後時刻，仍然堅持為災民付出一分心力。這樣的生命多麼有價值——能及時妥善運用，造福人群。

虔誠祝福這八位無語良師，也感恩家屬能以智慧捨得；更感恩大醫王完成大體老師的心願，期待大醫王能將探尋所得知識，好好地運用在病人身上，提升醫療品質，拔除人生痛苦。🕯

釋證嚴

■封面故事 P.16

淨身心 護大地 育良才 傳大愛

文 / 馬順德、蔡鳳寶、劉星妤

上人開示

1 圓滿生命大意義

榮譽社長的話

6 簡易 文 / 林碧玉

執行長的話

8 管少理多 甘為僕人 文 / 林俊龍

社論

10 擴心量納百川 文 / 何日生



2010國際慈濟人醫會年會

22 非素不可——與地球共生息 文 / 鄭美賢

24 飲食新世界 文 / 方凱平

28 吃對遠離淋巴癌 文 / 黃秋惠

30 遙遠地 新人醫 文 / 林淑緞、張麗雲、林育俊

35 為病人搭一座貼心的橋 文 / 吳宛霖

36 培養真正好醫師 文 / 林雪花

37 口腔照顧 用心守護 文 / 沈健民

39 希望延續——大體捐贈十五年感恩音樂會 文 / 林淑緞、吳宛霖

46 愛為起點 一生無量 文 / 吳宜芳、沈健民



交心集

- 12 我得了罕見疾病 文 / 林志達

活水堂

- 50 傳承與志業
文 / 劉鴻文

全球人醫紀要

- 54 【智利】智利人醫當自強
【緬甸 仰光】義診種子萌芽 人間菩薩招生
【臺灣 新社】不請之師來義診 客家鄉親身安寧
【臺灣 貢寮】新設駐診點 便民獲好評

美麗心境界

- 62 讓家不再受傷 文 / 蔡宗晃

用藥答客問

- 64 楊桃傷腎？ 文 / 林麗玉、王雅萍

健康專欄

- 66 可以免洗腎 口述 / 蔡宏斌
68 糖尿病，也可以有好牙 文 / 游雪峰

書摘

- 70 花開心蓮——暴風雨前的寧靜 文 / 徐訊

慈濟醫療誌

- 75 大林 乳房攝影車 巡迴繞鄉間
花蓮 肺動脈高壓病友會 罕見疾病多方照護
玉里 保命防跌不嫌晚 骨密講座促健康
臺中 走出生命絕境 慈院就醫現曙光
臺北 歡喜迎新 樂談經驗齊心行
關山 暑假不留白 觀念扎根寓教於樂

- 86 感恩的足跡



P.54



P.59



P.76



P.81

人本醫療 尊重生命
守護生命 守護健康 守護愛



佛教慈濟綜合醫院
BUDDHIST TZU CHI GENERAL HOSPITAL

970花蓮市中央路三段707號

TEL:03-8561825

707 Chung Yang Rd., Sec. 3, Hualien 970, Taiwan

玉里慈濟醫院

Buddhist Tzu Chi General Hospital, Yuli Branch

981花蓮縣玉里鎮民權街1之1號

TEL:03-8882718

1-1, Minchiuan St., Yuli Town, Hualien County 981, Taiwan

關山慈濟醫院

Buddhist Tzu Chi General Hospital, Kuanshan Branch

956台東縣關山鎮和平路125之5號

TEL: 08-9814880

125-5, HoPing Rd., Kuanshan Town, Taitung County 956, Taiwan

大林慈濟醫院

Buddhist Tzu Chi General Hospital, Dalin Branch

622嘉義縣大林鎮民生路2號

TEL:05-2648000

2 Min Shen Rd., Dalin Town, Chia-yi County 622, Taiwan

斗六門診中心

Buddhist Tzu Chi General Hospital, Douliou Clinic

640雲林縣斗六市雲林路二段248號

TEL:05-5372000

248, Sec. 2, Yunlin Rd., Douliou City, Yunlin County 640, Taiwan

臺北慈濟醫院

Buddhist Tzu Chi General Hospital, Taipei Branch

231台北縣新店市建國路289號

TEL:02-66289779

289 Chen-Kua Rd., Sindian City, Taipei County 231, Taiwan

臺中慈濟醫院

Buddhist Tzu Chi General Hospital, Taichung Branch

427台中縣潭子鄉豐興路一段66號

TEL:04-36060666

No.66, Sec. 1, Fongsing Rd., Tanzih Township, Taichung County

427, Taiwan (R.O.C.)



榮譽發行人 釋證嚴

榮譽社長 林碧玉

社長 林俊龍

顧問 曾文賓、陳英和、張玉麟、潘永謙
簡守信、趙有誠、陳子勇、王志鴻
王立信、許文林、賴寧生、張耀仁
徐榮源、游憲章、莊淑婷、高瑞和
許南榮、劉鴻文、陳培榕、陳金城

總編輯 何日生

副總編輯 曾慶方

主編 黃秋惠

編輯 吳宛霖

採訪 于劍興、游繡華、謝明錦、陳世財
黃坤峰、黃小娟、江珮如、馬順德
曾秀英、黃思齊、梁恩馨、彭薇勻
姜讚裕、陳世淵、沈健民、吳宜芳

美術編輯 謝自富

網路資料編輯 沈健民

封面攝影 林炎煌

中華郵政北台字第229三號

執照登記為雜誌交寄

2004年1月創刊

2010年9月出版 第81期

發行所暨編輯部

財團法人臺灣佛教慈濟慈善事業基金會

醫療志業發展處人文傳播室

970花蓮市中央路三段七〇七號

索閱專線：03-8561825轉2120

網站：<http://www.tzuchi.com.tw>

製版 禹利電子分色有限公司

印刷 禾耕彩色印刷有限公司

Printed in Taiwan

訂購辦法

郵局劃撥帳號：06483022

戶名：財團法人佛教慈濟綜合醫院

註：《人醫心傳》月刊為免費贈閱，若需
郵寄，郵資國內一年160元，國外一年700
元，請劃撥至此帳戶，並在通訊欄中註明
「人醫心傳月刊郵資」等字樣。

道歉啓事

《人醫心傳》第八十期「執行長的話」
因編輯疏漏重複刊登，特此向作者及讀
者致歉。

慈濟醫院 歡迎您的加入

花蓮慈院

主治醫師、研究型醫師、各科各級住院醫師、護理人員

檢驗醫學科醫檢師，麻醉技術師與學員、麻醉科恢復室技術員，藥劑部藥師

來函請寄970「花蓮市中央路3段707號」 慈濟醫學中心人力資源室 收

聯絡電話：03-8561825 轉3611或3604

玉里慈院

主治醫師、護理人員、社工師

來函請寄981「花蓮縣玉里鎮民權街1-1號」 玉里慈濟醫院管理室 收

關山慈院

主治醫師：心臟內科、胸腔內科、家庭醫學科、腸胃內科、麻醉科

護理人員、社工人員、營養師

來函請寄956「台東縣關山鎮和平路125之5號」 關山慈濟醫院人事 收

聯絡電話：089-814880 轉505

大林慈院

主治醫師、各科各級住院醫師、護理人員、身心醫學科職能治療師、胸腔內科呼吸治療師、臨床病理科醫檢師、心導管室、睡眠中心、婦產科技術員、藥劑科藥師、營養治療科營養師、社服室社工員

來函請寄622「嘉義縣大林鎮民生路2號」 大林慈濟醫院 人力資源室 收

聯絡電話：05-2648000 轉5165~5169 電子檔案請寄至：dalin-hr@tzuchi.org.tw

臺北慈院

主治醫師、各科各級住院醫師、護理人員

身心醫學科職能治療師、社工師、病理科細胞醫檢師、放射診斷科放射師、藥劑科藥師

來函請寄231「新店市建國路289號」 臺北慈濟醫院 人力資源室 收

電子檔案請寄至：xdhr@tzuchi.com.tw

臺中慈院

主治醫師、各科各級住院醫師、護理人員、中藥師、麻醉科恢復室技術員

來函請寄427「臺中縣潭子鄉豐興路一段66號」 臺中慈濟醫院 人力資源室 收

聯絡電話：04-36060666 轉3741 林小姐

簡易

◆ 文 / 林碧玉



歷經二十餘年風霜，花蓮慈院門口松樹蒼勁挺拔，難為啊！它們藉著抵禦年年強風來襲，竟也塑造出自然親和的英姿，藉著中秋月圓全球人醫會共聚之際，月光穿透枝葉映在白牆上輕輕搖動，光影如畫點點似訴說二十餘載歲月，慈院日日夜夜守護生命愛的樂章。

全球人醫們在永恆的追思音樂會上，看到十五年間奉獻大體成就醫學教育的無語良師們點滴往事，一百多位穿著白袍的醫師們，站在講經堂舞臺上詮釋當年青澀學生時代，幸有無語良師家屬陪伴，免除第一次面對往生者大體解剖的惶恐。細讀大體老師身體奧妙，偶爾向大體老師傾訴面對困頓的苦惱，他們感恩大體老師靜謐傾聽無怨尤，是伴隨及引領他們成長的最佳師長。望著當年青澀少年成為現今良醫，更受到醫界共同品德教育的肯定，不由合十，慈濟醫學教育有成啊！

緊接著有三代師生同堂出現，望著當年是臺大第五年住院醫師就發願到慈院服務的陳英和名譽院長，與他培育出的第二代弟子上臺分享，心裡的激動難以言喻，想到每一間開刀房手術檯的螺絲，都是他協助鎖上去的光景，以及當年跳躍走路的身影，加上沒有麻醉醫師

的第一臺刀，是年輕的他們相互充當麻醉醫師才得以搶救生命之境，不由得慨然……。

當泌尿科郭漢崇醫師上臺感恩近日舉辦的國際泌尿科醫學會之大體模擬手術時，更令筆者思維回到二十二年前，與他們共處，邀約他們來到花蓮的情景。當時已是臺大專任講師的郭醫師，幾經掙扎最後選擇追隨上人，毅然捨棄人人稱羨的臺大醫師與講師職務，這個舉措，對於當年在花蓮慈院擔任骨科醫師的陳英和醫師來說，無疑是最大的鼓勵。

憶當年，筆者與郭醫師經常一起為慈濟醫療築夢。郭醫師曾談到他當醫學生時，在充滿福馬林嗆鼻味道中，於不知姓名的大體上劃下未來當醫師的第一刀時，心裡的驚恐。記得當時筆者回應：「當我們有自己的醫學院時，上人肯定會為未來的大醫王提供一個既不嗆鼻且溫馨的環境，更是會在滿腹愛心的具名老師身上，劃下醫生生涯的第一刀。」這樣的願望就在慈濟醫學院成立後實現了，豈能不感恩呢？

有一次，郭醫師在慈濟委員聯誼會上分享，突然對大眾發願，說要與上人簽約到一百零七年。果真無論多少利誘，

他皆守之不動於花蓮慈院，從沒出國進修，信守與上人的約定，力行愛的醫療。所做一切均是從病人立場出發，因病人所需而做研究，開發出肉毒桿菌治療泌尿疾病，創造出國際間的新療法；亦因病人所需而發展各式臨床新術式。膀胱再造手術是為了要改善脊髓損傷病人生活品質，不論多辛苦，用心一刀刀刻畫出病人生活品質改善的未來。為方便脊髓損傷病患複診，他定期到全臺各地義診。近日他向筆者分享，是因為有師兄姊的熱心幫忙，否則他亦無法為這些行動不便病患服務。

因為一切以愛從病患出發，驗證科學不離開人生，郭醫師所發表的一百多篇刊登在國際專業雜誌的論文，成為引領國際泌尿臨床的先驅，尤以尿路動力學結合臨床與學術的服務，國內外許多醫院之泌尿科住院醫師皆會到花蓮向他學習。十六年前，郭醫師還發表讓病患可參考的淺顯易懂之第一本著述《焦慮的膀胱》，筆者與之約定每年也出一本醫療行政參考或是人文專書，可嘆！筆者難竟圓願，他卻是一一達成。回顧他親力親為照顧病患，二十餘年如一日親自為病患做檢查，有一度因頸間受傷仍撐著頸架為病患開刀。

郭醫師從臨床所得撰寫出亮麗文字，從病患出發的簡易思維，亦是上人一再教誨「做中覺」妙法的驗證。同仁或學界一再推崇郭教授應是醫界奇葩，因為他是在慈濟醫療土生土長、具真正實力的教授。回顧當年青春年少，如今站在臺上的他兩鬢已白，歲月不饒人啊！

可，他就如慈院門庭中的黑松挺拔屹立，令人歡喜與敬重啊！

不由令筆者再想起，臺北慈院心臟內科的張醫師，分享在五年前他與父親間關係淡薄，父親說：「他是只認識一顆心臟的兒子。」但張醫師加入慈濟後，父親見到他的轉變，對病患改為從全方位的觀點出發，甚感欣慰。

張醫師有一位等待換心的病患，接獲心臟移植希望而入住，怎料捐心者竟突然往生無法如願。病況膠著時，正巧張醫師一位已照顧多年的四十餘歲心臟病患，竟然無預警地腦中風到院急救，當生命跡象難以恢復，病患父親提出兒子感恩慈濟醫療的愛，曾表達若有不幸願捐贈器官，其父親忍痛不捨說出，多麼令人感動！

可是中風病患之前有心臟病，能捐心臟嗎？張醫師用心請教國內外醫界前輩，所得的結論是，可先為捐心者做心導管檢查，探究心臟是否健康？為已腦死的病患先做心導管那一刻心情複雜豈是我們所能體會？也正是如此好因緣，中風病患如願捐贈搶救另一病患生命。

誠如張醫師請示父親：「爸爸，您希望我送什麼禮物給您呢？」張爸爸說：「你每搶救一條生命，就是給我如天上掉下來的最佳禮物。」爸爸所求不是益己，而是兒子利他的表現。

松樹迎風愈見堅定，從病患出發的簡易利他思維，無論醫師或是家屬風範，竟是如此令人感恩與感動，簡單思維，做就對了！「做中覺」竟是從「簡易」出發，豈可不為呢！🌱

管少理多 甘為僕人

◆ 文 / 林俊龍 慈濟基金會醫療志業執行長



在我的認知裡，一個管理者要「管得少、理得多」，我們一定要傾聽、溝通、協調，才有辦法達到永續經營。

《僕人——修道院的領導啓示錄》這本書提到，要當領導者，就要當被領導者的僕人。書中也引用《馬太福音》第二十章二十七節：「你們當中誰要做大人物，誰就得作你們的僕人；誰要居首，誰就得作大眾的奴僕。」這段話來強化「領導者為僕人」之理念。

倒金字塔管理模式 主管擔責歸功同仁

慈濟醫療要推動的管理模式是「倒金字塔式」，不同於一般金字塔式。金字塔式是由上而下，領導者高高在上，一指神功下達指令，由部屬執行。而所謂「倒金字塔式」的管理，就是現在慈濟基金會的管理模式。怎麼說呢？四十多年來，證嚴上人以身作則，承擔所有責任，傾聽同仁、志工的專業建議，全力支持第一線的工作。以國際賑災為例，上人雖然無法親自到災區，但是他信任志工、職工在當地所收集的各項資訊，傾聽他們的分析建議，授權他們與當地政府單位溝通，天天透過無遠弗屆的網

路視訊會議或衛星通訊，達成共識與決議，然後委託團隊即時於當地採購，或轉而請其他分支會聯絡點承擔物資轉運等後勤補給。國際慈濟人醫會的義診團也會配合決議，在適當時機執行人員募集、備藥備料、任務出動。上人亦會在每日志工早會時，透過大愛電視轉播，將災區最新狀況與各地需要動員配合募心募款的訊息，告知全球慈濟人。

場景轉換到慈濟醫院中，病人、家屬需要我們提供服務，院長應該在最下面一層，全力支持第二線主管、第一線執行業務的同仁。上一期的文章中，我曾提過，管理者的行政態度應該是「委託、授權、背書」，而非命令式的；遇到困難時，團隊的溝通跟討論是最重要的，而主管更要以慈濟四神湯——知足、感恩、善解、包容，去負責、去承擔。

美國第三十三屆總統杜魯門（Harry S. Truman）的辦公桌上有一個立牌，上面寫著一句名言：「責任止於此（The Buck Stops Here!）」，意即這個國家的所有責任都應由總統來承擔！我經常以這句話鼓勵自己，既然身為主管，既然要承擔這個任務，就要承擔所有的責任，身體力行去實踐。

上人常說，做每件事都要多用心，處處都要結好緣。又告訴我們：「信己無私，信人有愛。」相信自己的出發點不是為了自己的私利，相信每一位同仁的心中都有愛。成功時，要感恩同仁；主管不居功，而是將功勞歸於在基層努力付出的同仁們。

務實重績效 節流降成本

有了傾聽、溝通、協調，就能達到永續經營的目標了嗎？還不夠，我們還有一個迷思必須破除，那就是——經營慈善機構或慈善醫院就可以不重視績效或經濟效益嗎？我經常聽到周遭朋友或同業談到一個理論：「醫院算是慈善機構，特別是慈濟的醫院，虧損是應該的。」我個人覺得這是不正確的想法。慈濟的每一分錢都得不來不易，都是善心大德一分一毫、省吃儉用捐贈的愛心，也是志工菩薩不辭辛勞，一步一腳印，從全球募集而來的，所以每一分錢都更要用在刀口上。

以前我曾在天主教醫院服務，修女就跟我說過：「達不到效益，不要拿慈善做藉口！從事慈善服務或是經營慈善醫院就不用講效益嗎？這是不對的！」她斬釘截鐵地告訴我：「No money, no mission!」沒有錢就什麼都不用談了！

向上提升 一個都不能少

這是真的，醫院要永續經營，一定要注重效益，雖然慈濟醫院「以人為本、尊重生命」，明知在偏遠地區投資高科技醫療設備無法回收成本，為了搶救生

命還是必須添購，但醫院管理者還是要盡力在各方面擷節成本，減少開銷，提高效率，以提昇經營績效。

慈濟綜合醫院是由一個慈善機關所創設的醫院，醫院發展在慈善的基礎下，還必須追求醫療專業與人文的雙軌進步，才能達到使命與願景。我們一定要學習成長向上提升，而病人的滿意度就是最好的見證。但是要向上提升，難道只有主管做到就夠了嗎？其實醫院每一位員工都必須培養共識，而院區裡的每一顆螺絲釘也都很重要！以太空梭為例，就算只有一顆小小螺絲釘鬆了，也可能在太空飛航任務中引發爆炸！所以醫院裡每一個流程環節，每一位成員都很重要，而如何溝通協調整合，就是管理者應設定的目標。

以戒為制度 以愛為管理

上人常提醒同仁要「以戒為制度，以愛為管理。」管得少、理得多，也是由此而來。如果人人心中有一把尺，守住戒律做好自我管理，主管自然就「管」得少。而主管則要甘為僕人，多多為同仁打理、服務，瞭解同仁的需求，關心同仁的家庭、健康、福利，提供同仁進修機會或提升管道，並鼓勵同仁間彼此關懷，以真誠的愛經營慈濟大家庭的溫馨氣氛！團隊能合心，就能目標一致，就能和氣、互愛，更能彼此協力推動業務，而「合心、和氣、互愛、協力」就是促進團隊向上提升，日日都應服用一帖的「慈濟四物湯」。如此一來，管少理多的管理之道自然水到渠成。🌱

擴心量納百川

◆ 撰文 / 何日生

二十年前剛剛進入慈濟，有一次聽上人提到：「心包太虛，量周沙界。」當時聽聞這句話覺得境界很高、很美，但是未必解其意。胸懷寬大到把整個太虛都包容下來，愛的能量遍布、關照每一個生命，即使一粒沙都細心貼近，這是何等的境界！

上人說：「走路怕地疼！」一句話顯示了上人已經達到這種聖格的境界。然而一個凡夫如何能貼近這種境界呢？

看看我們身邊喜歡或不喜歡的事與人，就知道我們的胸懷有多大？看看我們身邊有多少人喜歡我們？就知道我們的心量有多細？我們喜歡的人越多，胸懷就越大，喜歡我們的人越多，就意謂著我們的心量周遍何處。

所有一流的領導人，其實總結其成功之處，都不離「心包太虛、量周沙界」的生命境界之修為與歷練。

富蘭克林·羅斯福總統是美國歷史上了一位了不起的政治領袖。他哈佛大學畢業，家世背景十分優渥，不到四十歲就當上聯邦參議員。而正當政治生涯起步之際，他以四十多歲的年齡罹患小兒麻痺症。許多人眼見他明日之星的政治生涯將受到嚴重挫折。但是羅斯福卻在妻子的鼓勵下，不屈不撓勇敢的面對他生命的逆境。他身體逐漸康復。在復健過程中，他進入一個復健安養中心。那安

養復健中心都是身體殘疾，或中風，或各種需要復健的病人；一般人肢體有了障礙，總也會伴隨著心理的障礙。但是羅斯福帶領著同樣在復健安養院的所有同伴，一起經歷生命的轉變。羅斯福帶他們游泳，做各種趣味活動，把復健院裡每一個退卻的生命，都激發出樂觀的活力來。

羅斯福總統證明他是一個天生的領袖。他的小兒麻痺症對他是一個試煉，考驗一個歷史的巨人如何面對生命中最艱困的境界。羅斯福當上總統，遇上世界經濟大蕭條，他成功的引領美國人渡過大蕭條，讓美國重新復甦。接著第二次世界大戰發生，他帶領亞歐美洲各國打贏軸心國，結束人類可能的一場浩劫。小兒麻痺症正是他天降大任於斯人也的一項必須之考驗。

羅斯福總統正是心理學家講的高情緒智商的人。情緒智商一直是許多心理學家強調的一種人格能力。心理學家發現許多偉大的領袖都是具備高度的情緒智商。情緒智商包括正向思考，面對艱困環境保持樂觀的能力，堅持理想的勇氣與韌性。

正向與樂觀的人格特質，才会有寬闊的胸懷。舉凡被愛得很多的人，是比較樂觀與正向的，特別是在孩童時期。羅斯福總統是被母親與妻子呵護甚多的領

袖。英國二十世紀最偉大的政治領袖邱吉爾，青少年時期被認為是笨小孩。唯獨母親一路呵護著邱吉爾，邱吉爾面對嘲笑不以為意，從小立志並深信自己終會當上首相。她的妻子也是他生命中最重要心靈伴侶與支柱。這是力量從內心出發的例證。

但美國總統亞伯拉罕·林肯卻是一個比較相反的例子。林肯領導美國走出內戰，解放黑奴，統一美國。但他的妻子對他很壓迫，也很暴烈。林肯之所以帶領美國走出困境，是因為他有很大的氣度。他的內閣是由一群菁英組成，多數成員都是從前的競爭對手。所以史學家說，林肯的團隊是 Team of Rivalry（敵手的團隊）。林肯總統化敵為友，總是將對手折服，寬大的胸襟使他的內閣成為美國歷史上最強大的團隊之一。

或許讀者會說，這些人和佛教的心包太虛，量周沙界，畢竟很遙遠。但其實，這些不平凡的政治領袖，都有極大的抗壓性。面對最艱難的人類戰爭，他們的勇氣、智慧、與正直，引領人類最終免於被暴政與強權的奴役，帶領人們邁向自由與和平。

上人是一位世紀的宗教家，他的歷史使命與這些政治家很不相同。但是他們都一樣面對強大的挑戰。雖然不必面對戰爭，但有什麼比和人心的惡念與自

然災難的拉鋸更具壓力。在天災頻仍的今天，在人心迷失於物欲的今天，上人面對的不是一場殘酷的戰爭，但卻是無情的善惡互久的拔河。這場拉鋸沒有輸贏，只有更多慈悲與憐憫。這慈悲是必須拯救千萬生靈於重重災難之中，這憐憫是必須超拔這些沈迷惡念物欲的人，其中的艱辛與挫折不是外人能理解的。但是因為胸懷太虛，愛的能量遍及一切塵宇，所以可以感動更多的人加入善的一方，挽救惡，出離黑暗的深淵。

上人的世紀心靈工程，要延續千年，萬年。他將不只是這個時代的領袖，而是千秋百世的心靈導師。我們這群追隨他的弟子們，必須學習與不合的人一起工作，結合各種力量：包括表面看來對立的力量，來挽救頹勢，如林肯總統；對別人的輕視，要百折不撓，堅持自己的路，以獲致最後甘美的果實，如邱吉爾；面對自身的苦難，能樂觀以對，並幫助同樣受難的人，如羅斯福。

典型未必在夙昔，上人「不求身體健康，只求智慧敏睿；不求事事如意，但求信心、毅力和勇氣；不求減輕負擔，但求增加力量。」才是行菩薩道最好的典範。🕊

我得了罕見疾病

文 / 林志達 大林慈濟醫院心臟內科主治醫師



行醫生涯遇過形形色色的病患，
最難忘的病患卻是「自己」，
從沒生過什麼大病的我，竟然得到罕見疾病；
面對是否要開刀時，
我才發現勸病患很容易，說服自己卻很難……

大約是在一年前，每當用餐時，我就會打嗝。
吃飯打嗝是很平常的事，起初我也不以為意；
沒想到打嗝情形卻愈來愈嚴重，特別是太太在
吃飯時責罵小孩。

原以為是家中氣氛讓人緊張的關係，我請太太不要在吃飯時責罵小孩。她已經努力配合了，我還是一直打嗝；太太只好讓我先用餐，她和小孩隨後再吃，我還是照樣打嗝。

後來連在醫院用餐也會打嗝，東西吃得愈多，打嗝愈厲害，我不敢再多吃。晚上睡覺睡到一半，會有酸水突然跑到喉嚨，起床去廁所吐掉再漱口，隔天嘴巴仍會出現異味。

就這樣，吃也吃不好、睡也睡不好，體重直線下降，三個月瘦了五公斤。我想是患了胃食道逆流，自行開一些胃藥來吃，症狀卻未見改善，便找腸胃內科曾國枝醫師幫忙照胃鏡。胃鏡顯示有輕微胃

■ 因為罹患罕見疾病的過程，讓林志達對待病人有更多的同理與耐心。攝影 / 江珮如

潰瘍，較特別的是食道下端粘膜偏白，且有食道擴大情形。

曾醫師安排我找放射科林志文醫師做食道攝影；看到片子時，我嚇了一大跳，因為我的食道下端異常擴大，且食道跟胃之間只剩下很細的通道。

林醫師說，我得了「食道弛緩不能（Achalasia）」。當下，我如遭電擊，心想：「天啊！為什麼是我？為什麼我會得到這種在教科書上才看得到的罕見疾病！」一時之間，真的很難接受這個事實。

食道弛緩不能，是因為控制食道下括約肌的神經元出了問題，造成吞嚥時食道無法放鬆，食物堆積在下食道，進入胃的速度變得極為緩慢；目前原因不明，發生率約為十萬分之一。

臨床上，病患會出現吞嚥困難、打嗝、胸痛、噁心、嘔吐、體重下降等症狀。治療方法可採內科治療（療效不佳）、食道氣球擴張術（效果無法持久，且有食道破裂的危險），和外科手術（內視鏡食道切開術及胃摺疊手術）。

雖然自己是醫師，但病患該有的惶恐也都少不了。後來，在網路上看到蒂芬妮（Tiffany）小姐的部落格，詳細地描述她罹患「食道弛緩不能」的情形、開刀治療的經過，以及後來痊癒的狀況；感覺比較不會那麼害怕了。



■ 林志達醫師認真的練習扯鈴，並在大林慈院十周年院慶中演出。
攝影／楊軒承

■ 脫下白袍的林志達醫師，也參加大林心素派烹飪班進修廚藝，右為大林慈院新陳代謝科陳品汎主任。攝影／曾雅雯



在面臨是否要開刀時，我才發現勸病患開刀很容易，說服自己卻很困難；明知吃藥療效不佳，我還是先嘗試以藥物來治療。

治療此病的藥，一般都使用硝酸鹽類藥物及鈣離子阻斷劑，讓下食道括約肌可以放鬆；這兩種藥剛好是我們心臟科醫師最常開給冠心病患者的用藥。服藥後，症狀沒改善，反而會頭暈，就不再吃了。

我也特別小心飲食，像番茄、巧克力、薄荷、含咖啡因及刺激性的食物不要吃；儘量少量多餐，連水都不敢多喝，以免占據食道的空間。覺得自己好像地獄中的餓鬼，肚子餓卻又吞不下去。

得知臺北慈院一般外科伍超群主任，有實際開過「食道弛緩不能」的經驗，就打電話請教他。伍主任建議我先去花蓮慈院找胃腸科陳健麟醫師做進一步檢查，因為陳醫師對這個疾病有特別研究，且常和國外的醫師做討論。

於是，我前往花蓮接受檢查。首先是做食道壓力檢測，以確定是罹患「食道弛緩不能」；接著，將一條比原子筆管心略粗的管子，

經由鼻子放入食道，監測二十四小時的酸鹼值變化，以排除胃食道逆流症。

和伍主任約定好開刀日期，父母即陪我北上住院。當時，有兩位實習醫學生來問病史，我笑著跟他們說：「你們運氣真好，當Intern(實習醫學生)就可以看到這種病。」問完病史後，他們要離開了，我還請他們做理學檢查，以加深對這個疾病的認識。

當我穿著薄薄的手術衣，被推進開刀房時，麻醉科醫師問我：「是不是會緊張？」我說：「我不是緊張而發抖，是因為開刀房冷氣太強，冷到發抖。」這是我開刀前的最後一句話，當時心裡還想，如果手術失敗，那不就是遺言了？

等恢復意識、回到病房，頓時有種不真實的感覺，對整個開刀過程也完全沒有任何印象。除了上下床會腰痛，倒沒什麼不舒服；且開刀傷口很小，恢復得很快，三天後就可以出院回家了。

做完胃食道切開術後，會造成胃酸容易逆流，所以要再加上胃摺疊手術，以預防逆流；剛開完刀的前一個月，我還是偶有胃酸逆流的情形，不過這是可以藥物控制的。之後，胃酸逆流的情形消失了，目前我已不再需要吃任何胃腸藥，體重也回升了兩公斤。

在家休養了兩個星期，我回到醫院上班。門診病患知道我去開刀，訝異地問：「醫師也會生病哦！」我回答說：「人都會生病，醫師也是人，當然也會生病！」

生病期間，我常想不管是什麼食物，好吃或不好吃，只要能吞下肚，就心滿意足了。人生真的不用要求太多，只要「吃得下、睡得著」就行了。

如果可以讓我選擇生病或不生病，我真的會考慮一下，畢竟這個病讓我重新思考很多事情，也成長不少。🌱

■ 本文摘自慈濟道侶叢書《我的病患老師》

淨身心 護大地

2010國際慈濟人醫會年會



育良才 傳大愛

中秋月圓，闔家慶團圓！
而在慈濟大家庭裡，
正是全球人醫慈護返回心靈故鄉，
精進分享共賞明月的好時節。

二〇一〇年第十二屆國際慈濟人醫會年會開幕前夕，
臺灣竟面臨凡那比颱風侵襲，但就在大會工作團隊備妥北花二地連線的應變方案，
西部飛航、火車也決定全面停駛的前一小時，包括海地、智利等二十三個國家、地區，
三百三十五位成員，全數依原有既定行程，搭上東行的二班列車，
超前風雨，於傍晚平安抵達花蓮。

雖然颱風過境當天，靜思堂因風雨過大而停電，但在緊急照明與點點手電筒的光束中，
亦能共聚善的微光，讓開幕式相見歡喜現溫馨。
人醫慈護親身感受氣候變遷、苦難偏多的示現，
發心立願，以「淨身心、護大地、育良才、傳大愛」為使命，
盼培育更多青年人才加入義診付出陣容，
讓人醫愛的光芒如明月清朗，遍灑人間膚蒼生……

文 / 馬順德、蔡鳳寶、劉星妤

「在苦難中長養慈悲，在變數中考驗智慧……」在由手電筒光芒搖曳組成的點點繁星中，開啓二〇一〇國際慈濟人醫會（TIMA, Tzu Chi International Medical Association）年會序幕，來自全球二十三國的人醫夥伴以證嚴上人「慈悲心路」的宏願為己願，共同點亮世界苦難陰暗的角落。總召集人林俊龍期許，培育年輕一代成為良醫良護，傳頌生命的尊重與傳奇。

強颱來襲 人醫群聚激韌力

二〇一〇TIMA年會正準備開幕之際，卻巧遇今年第一個襲臺的凡那比颱風警報，直撲花蓮而來。突來的變化球讓人醫會的課程、住宿與交通都為之打亂，甚至考慮讓國外抵臺學員以視訊的方式在臺北上課……所幸，在各組居中聯繫斡旋下，來自世界各地的學員終於在十八日晚間十點火車停駛前，全數搭上北迴列車並安全抵達花蓮靜思堂報到。九月

十九日清早，凡那比颱風外圍已進入花蓮，一時風雨交加，狂風暴雨橫掃街頭，路樹被吹倒，汽車被吹翻，連電力系統也都被風吹斷，整個花蓮地區大停電，連靜思堂也不例外。

雖然電力中斷，卻不影響早上進行的TIMA年會開幕式。整個國際會議廳除空調系統及投影機因停電而停擺，音控系統與基本燈光系統備有緊急電力而如常運作，因為營建處的靜思堂維修組也在前一天擬妥停電備援計畫，使會議可以正常進行，就連同步

翻譯系統也運作正常，讓海外學員可以正常聆聽翻譯跟上課程的進度。

開幕儀式中由林俊龍執行長帶領全球人醫代表拉開布幕，象徵國際

工作人員熱情歡迎學員的到來。攝影 / 陳正忠





在眾人燭光中，二〇一〇年國際慈濟人醫會在颱風天中開幕。攝影／陳正忠

負責機動組的志工以手電筒照向大講臺，讓學員在停電中仍能看得清。攝影／歐明達

人醫年會正式展開。但是舞臺燈光系統因耗能較大無法使用備援電力，舞臺上的開幕儀式，勢必黑暗一片！總務機動志工拿起 LED 手電筒蹲在舞臺下充當人力聚光燈照向舞臺，讓大家可以看見舞臺上所呈現的效果，雖然燈光微弱，卻也讓開幕的現場氣氛更加凝聚，「淨身心、護大地、育良才、傳大愛」的布幕在舞臺上逐漸升起，在颱風之下人醫齊聚、互相傳承，在颱風之下如期舉行的年會，就如眾人齊唱的「慈悲心路」——在變數中考驗智慧、在艱難中激發韌力……更加彰顯二〇一〇年國際慈濟人醫會年會的主題。

志工誠感人 巧接變化球

為了讓來自全球二十三個國家的人醫會成員，可以在上課之外紓解長途旅程的奔波與勞累，會場外的志工盡心盡力，廁所、樓梯等公共區域，因為停電沒有燈光而昏暗不明。為了大家的安全，志工在每個樓梯轉角拿著手電筒為大家照路；廁所裡面在沒有電源的情況下，三人一組，一人手拿電筒照明，兩人趁著光源以最快的速度洗刷地板、打掃廁所，大家互相補位，希望以優雅、乾淨的視野，提供嘉賓舒適的環境。整理乾淨後，一樣有志工以手電筒照向天花板，體貼學



電來了，臺灣人醫會團隊帶領全體學員齊唱「幸福的臉」，臺上臺下融成一片，展現全球一家人的和樂氣氛。攝影／陳榮豐

員方便如廁。機動團隊搬來大型電風扇，讓微微涼風可以稍微紓解室內的溫度。寮房組也趁著學員就寢後或上課中，再度趕緊打掃整理，只希望讓學員有回到家的感覺。

就在宗教處副主任王運敬，與美國地區志工鄧裕儒正介紹慈濟參與聯合國組織事務與大陸地區的發展足跡時，影片播放突然中斷，當大家還搞不清楚發生什麼事的時候，講師王運敬告訴大家，因為電力恢復供應，與緊急電源切換造成中斷，但好消息是電力恢復正常，後續其他設施也會逐

步正常運作，冷氣空調系統也在講師精采的演說中逐漸恢復正常。大會總務組機動團隊與營建處維修組同仁的應變措施與適時補位，也讓年會活動順利進行。

颱風過後，秋高氣爽，學員們齊聚道侶廣場前，心印明月彼此交心，盡情地享受月光之美。攝影／簡東源





講師生動幽默的講課方式讓學員學員發出會心一笑。攝影／莊明傑

清淨在源頭 人醫之愛永流傳

颱風登陸讓靜思堂外強風豪雨，靜思堂內眾人共此燈燭光，更感受到氣候對人類巨大的影響。雖然三百多人齊聚在一堂，悶熱的空氣與黑暗將大家圍繞，然而「現在我的生命，變得更有色彩、我的生命體驗更豐富，我的人生更加深刻、更有意義。」人醫夥伴人手一盞心燈，雖然光芒微弱，但集合眾人「善與愛」的力量，就能走入別人苦痛的心裡，共同實現理想。

成立於一九九八年的國際慈濟人醫會，秉持著「以人為本，膚慰病苦」、「以病為師，滿懷感恩」的情懷，十二年來，已匯聚美洲、亞洲、大洋洲近九千名醫護、醫技、藥劑與志工，在各地提供義診、緊急醫療等服務，

服務超過一百七十萬人次。

林俊龍執行長指出，今年年會以「淨身心·護大地·育良才·傳大愛」為主題。因近年來全球溫室效應，各地的災難頻傳，源於人心的貪瞋癡。「淨身心、護大地」是照顧好自己的身心，從「清淨在源頭」做起，力行「心靈環保」、「大地環保」，才能守護地球。「育良才、傳大愛」，就是培育年輕一代成為良醫良護，再將大愛傳播到世界各地，永遠傳承下去。

他更期許醫療志工秉持慈濟人文，以病人為中心，「感恩、尊重、愛」為內涵，醫護發揮知識良能，解除病苦，更致力協助醫療資源貧乏地區的患者，盡情發揮人醫之愛，永不止息。

中秋晚會當晚，月亮時而探頭，時而隱身，學員們在原住民歌舞「海洋之歌」熱情的旋律和節奏下，手拉手，圍成大圈圈盡情歌舞。攝影／許榮輝



非素不可

與地球共生息

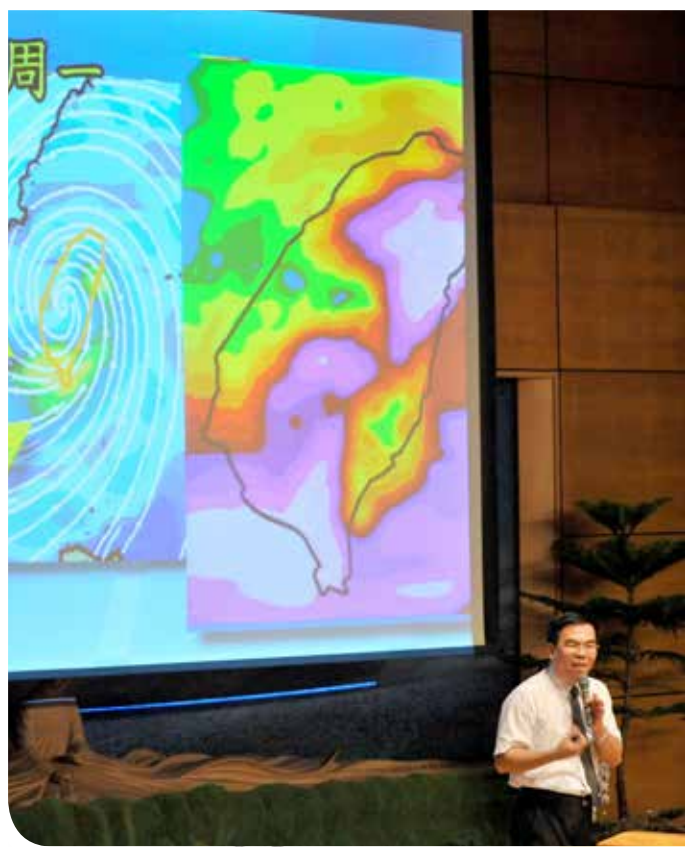
文／鄭美賢 攝影／陳榮豐

二〇一〇八年人醫年會期間，辛樂克強烈颱風來襲的印象猶新，今年人醫年會又遇到凡那比颱風直撲而來。大愛電視臺氣象主播、氣象專家彭啓明博士在人醫年會課堂上與所有學員分享，二〇一〇年是全球最熱的一年，氣候失調，他說：「地球病源來自人類！」對這個無法以打針、吃藥解決的「疾病」，唯有人們醒悟，尊重大地、多素少葷、減少碳足跡，才能與地球共生息。

秋颱難捉摸 氣象達人說分明

中秋節也是颱風容易生成的季節。「幾個月前上人就問過我：『中秋節有沒有颱風？』」彭啓明博士說，全球人醫每年在中秋節難得的相聚機會，證嚴上人的憂心是可以理解的。

十九日開幕當天凡那比中颱直撲臺灣時，證嚴上人直接以電話請教彭博士：「這個颱風強度怎麼樣？」為了讓上人更容易了解，他回答：「樹會被吹起來。」由於媒體为了提高氣象收視率，稱這次颱風為「穿心颱」，聽來令人膽戰心驚，證嚴上人問：「什麼是『穿心



凡那比颱風直撲臺灣東部，強勁的瞬間陣風將小汽車刮起四輪朝天，大自然的力量深深影響人類的生活。攝影／黃思齊

颶』？可不可以叫颶風趕快走？」彭博士描述這段對話，讓學員體會到上人對眾生的關切之情。

氣象系一向不是大學選系首選，直到一位臺東學測滿級分的高中生說：

「醫生一次只能救一人，氣象一次可以救千萬人。」捨熱門科系選氣象系，震撼教育界，也成為氣象報告的首頁。

氣候生極端 肇事人類難辭咎

二〇〇九年全球氣象極端事件圖上，紅斑點點，每一個國家都有大災難，無一處倖免，面對來自四大洲的大醫王，彭博士說：「地球病源來自人類，又不能打針、吃藥！」科學雜誌論文強調越強的國家災後恢復力越強，弱勢國家只能自求生存。

看著銀幕上一幕幕美國颶風來襲時，災民攜家帶眷遷徙的畫面，彭博士問：「臺灣人能往那裡躲？」新聞媒體爭相報導這次颶風與莫拉克相似性時，他在報紙寫了一篇專題「敬畏天地，學習與颶風共舞」，指著氣象圖颶風走向，他獨排眾議，說明這次颶風更像二〇〇五年龍王颶風，從東方海面往北，急轉南下，再往西，一箭穿心，通過臺灣中部，登陸中國大陸，彭博士說：「從沒氣象預報得這麼準確過！颶風像個保齡球撞進來。」

他舉證神話、風水和歷史，發現一切的吉凶皆操之在人類自己，兩次世界大戰、核子武器等雖有破壞，但不論是戰爭或是接下來更嚴重的污染空氣、水，

形成酸雨、有毒物質等文明病越來越多，其來有自，都來自人類。

氣象為師生警惕 馬上行動愛地球

二〇一〇年是全球最熱的一年，日本熱浪三萬人中暑，莫斯科熱潮焚林，災難性天氣大大小小不斷發生。都會區熱島效應，越熱越使用冷氣，排熱風，形成惡性循環。挖黑金燃燒成黑色的二氧化碳，會持續滯留地球五十年以上。世界收集數據顯示二氧化碳濃度快速成長，彭博士笑說：「各位打瞌睡，不是我講不好，是二氧化碳濃度太高。」又是一陣哄堂。

地球增溫，造成南北極冰層溶化，成為世界性議題；但其實海平面上升，地層下陷，糧食危機、能源危機，非關全球暖化，是人為造成。要緩和劣勢，彭博士語重心長地結語：「吃蔬食，少吃肉！」彭啓明博士收集海內外專家學者歷年數據報表，佐證未來趨勢，解除大家疑慮，但他也強調，絕對要「戒慎虔誠」，響應上人「非素不可」，也唯有減碳，改變飲食習慣，不殺生，尊重生命，才能真正與地球共生息。精彩幽默的分享，贏得學員笑聲、掌聲不斷。「若有報錯氣象或看到奇特雲彩，也歡迎透過『FACEBOOK』（臉書）與我連絡。」面對來自全球的學員，彭啓明博士掌握好因緣，吸收更寬廣的資訊來源並與大家共同分享與生活息息相關的氣象奧妙。

飲食新世界

文 / 方凱平

從前「病由口入」談的是飲食的衛生習慣和疾病的關聯，現在卻多了一層新的含意：由失衡的飲食習慣，營養的不足或過剩，大量攝取不健康的食物，導致疾病的滋生。

正是因為許多疾病的產生和發作都和飲食有緊密的關聯，要預防這些疾病的發生，就必須從飲食著手。於是了解飲食和疾病的關係，成了現今疾病預防的焦點。

日常飲食 健康關鍵

目前受聘於臺灣國家衛生研究院的馬克·華偉士 (Mark Wahlqvist) 博士是飲食與疾病方面的專家，他不但在該領域貢獻良多，更在全球各地的相關團體內身居要職。慈濟推廣心素食儀已有多年，海內外茹素人口每年增加，這次趁人醫會的因緣，特邀華博士特地來到花蓮靜思堂，和醫生們分享他多年的研究成果。

要探討飲食與疾病必先掌握其脈絡。華博士認為，飲食的方式與態度，受到當地的地理環境、生態系統、文化背景和社群所左右，唯有格局放大，眼界放寬，以更全面性的角度去探索兩者之間



攝影 / 歐明達

的關聯，才能窺其全貌。

人是整個生態環境其中的一環，所以必須有所自覺。華博士指出，我們需要關注的對象是家庭，也是社群；家庭是分享食物的場所，而社群取決我們獲得食物的方式與管道，而透過社群我們互相學習，彼此照護。

人的飲食應該以環境為優先考量，看看當地的生態系統是否可以承載人類的需求，進而尋找最適合的互動系統，讓生態可以長久地供應食物，以便落實疾病預防和健康維持的目標。

飲食對於人的影響並不侷限於當下的飲食習慣，更可以回溯到孩童時的飲食習慣，甚至再往前推，去觀察父母、祖父母的飲食習慣。經年累月的食用某些

食物，極有可能造成基因的變化，使體內的環境有利於癌症生長，這樣的基因也會傳承給下一代，造成深遠而長久的負面影響。

現代癌症增加 能量失衡是主因

以飲食預防癌症的概念，始終專注在兩個大方向：注重植物性飲食；減少肉類飲食，尤其是鹽醃和曬燻的肉類製品。即便世界癌症研究基金和美國癌症研究院在二〇〇七年的研究贊成植物性飲食有癌症預防的功效，令人訝異的，兩者的關聯性卻比一九九七年的相關研究來得更低，而其他因素的防癌效果反而優於植物。

這個新發現在學界充滿爭議。有人會問，是不是植物性飲食對於癌症的預防並沒有當初想像來得有效？華博士認為

植物性飲食在預防癌症中不再扮演重要的角色，要探討兩個類似研究的結論差異，關鍵在於十年之間人們生活的模式是否也跟著有所變化，而這些變化有沒有可能造成數據上的不同。

經過研究之後，現代人的生活模式的確和十年前有顯著的差別，科學家也發現，癌症的型態也隨之改變。這些新興癌症主要是因為：現代人不再注重吃了多少，也不在乎消耗多少，而且每次進食的攝取量大幅增加，但是運動量相對減少。缺乏運動並攝取過量的精緻食物和飲料，熱量失衡所引起的肥胖；加上日曬不足（與維他命D缺乏）。結果是，攝護腺癌和乳癌等荷爾蒙相關的癌症與日俱增，能量失衡也造成食道、胰和大腸癌等腸胃的惡性腫瘤案例不斷上升。

華博士把這個現象歸咎於人失去和大自然的連結。精緻食物的充斥和飲料的氾濫造成肥胖，讓身體暴露在癌症的危機之下。據研究顯示，即便罐裝飲料沒有糖份，肥胖的機率一樣增加。華博士指出，他觀察到臺灣年輕



長期的飲食習慣會造成某些特定疾病，簡單、清新、植物性飲食被認為比較健康。營隊中，香積組用心提供健康素食點心。圖為煎麵線與小黃瓜捲。攝影／簡宏正

花蓮慈院社區醫學部在人醫會上教來自世界各地的人醫年會成員做運動，維持自己的健康才能帶給更多病患健康。攝影／黃思齊



女孩普遍不吃水果，大多以果汁型態攝取營養，這樣非常容易造成肥胖，而且很多公家機關的午餐沒有供應水果，會造成員工水果量攝取不足，這點非常值得注意。

日曬的缺乏導致維他命 D 不足容易導致女性乳癌的發生，同時也是硬化症和失智症的元兇之一。臺灣女性基於文化對美的定義在於肌膚的白皙透亮，年輕女性極力避免陽光照射，再加上飲食不均，讓她們成為乳癌的高危險群。其實對年輕女孩而言，每日十五到二十分鐘的日曬就可以補充足夠的維他命 D；對年長的女性而言，這樣的日曬時間並不足，更需尋找其他來源，因為她們的皮膚已經無法有效製造維他命 D，需求量也因此增加。

對素食者而言，菇菌類也提供維他命 D 的極佳來源，前提是這些菇菌曾經長期曝曬在陽光之下，沐浴在紫外線裡，才能將麥角脂醇轉換成鈣化醇。

維持運動保持體重 不變定律永保安康

一九八一年，臺灣的癌症死亡率以肺癌排名第二，肝癌高居第一，但在二〇〇五年時，肺癌取代肝癌成為榜首。除此之外，其他癌症的排名也在二十四年間有了顯著的更換，乳癌提昇兩個名次，攝護腺癌則是從榜單外直接跳到第七名。姑且不論排名，各種癌症的死亡率也比往年大幅提昇，成為國人十大死因之首。

過去，攝護腺癌幾乎是不存在的疾病，如今卻成為男人懼怕的癌症，一如女性和乳癌。華博士說，他過去曾經在印尼的爪哇對當地男性做過研究，當時攝護腺癌是完全不存在於爪哇，但現在也開始改變了。

肥胖是造成大腸癌的主要因素之一。華偉士博士指出，身體質量指數 (BMI) 測出的肥胖並不一定危險，真正和癌症相關的是腹部肥胖。除此之外，腹部脂



肪的囤積可能增加乳癌、食道癌、胰癌、和腎臟癌的發生率。在美國，酒精也被列入為引發乳癌的風險因素。

提到能量失衡，就不能忽視運動的缺乏。運動，加上飲食、營養、體重（尤其是去脂體重），和人體的各個層面息息相關，例如DNA(脫氧核糖核酸，基因染色體組成)修復、致癌物質的代謝、細胞週期、細胞凋零、發炎、免疫系統、細胞分化、荷爾蒙調節和細胞增值，都受到上述的因素而影響到其運作。簡單而言，能量失衡和運動缺乏兩者在癌症的轉變上扮演極為重要的角色。

肥胖造成的糖尿病也和癌症的發生密不可分。依照中央健康保險局的資料顯示，得到糖尿病的人，獲得癌症的比例明顯高於沒有糖尿病的人。背後的機制或許複雜，原理卻很簡單，糖尿病造成AMPK(蛋白激酶)酵素活性下降，而AMPK酵素又是能量調節的重要角色。換言之，糖尿病間接造成能量失衡，自

然也提昇癌症的發病率。

降低體重，適量運動和正確均衡的飲食，是打擊癌症的最好方法。重新和大自然連結，積極投入運動和戶外活動。存在我們身體裡面，負責補充、修復和規律生理的修復機制，會因運動而提昇效能，也會因為呆滯而受到壓抑。陽光是最方便的維他命D來源，即使因為目前生態失衡，長期照射會造成皮膚癌，適量陽光對人體非常有益。如果公司讓員工能夠從飲食中加入水果，讓他們可以獲得足夠的營養，這就是邁向癌症預防的目標的一大步。

成功推廣健康、均衡的飲食和運動需要多方合作，尤其是全球規模的癌症預防需要多重層面的合作。華偉士博士指出其中九個重要角色：人民、健康方面的專家、工作場所和機構、媒體、民間社會組織、學校、政府、企業和跨國組織。這些角色需要溝通、互助，才能發揮最大效益。

吃對 遠離 淋巴癌

文 / 黃秋惠

在美國芝加哥大學專攻淋巴癌研究的邱至宏 (Brian Chiu) 博士，特地應邱雪婷營養師之邀返臺演講。

淋巴癌罹患率升高 飲食生活有關係

遍布全身的淋巴，是人體免疫系統的重要組成成分。一開始，邱至宏教授先說明淋巴癌的特性與現況。淋巴癌是排名前六名的癌症，它的特別之處在於遍布全身的淋巴系統，在癌症形成的不同階段

與過程有三十種次類別；而在世界各國的發生率以美國、加拿大、歐洲為高，臺灣相對來說很低，其中以濾泡性淋巴瘤 (FL, Follicular lymphoma) 及瀰漫性大細胞型 B 淋巴瘤 (DLBCL, Diffuse large B-cell lymphoma) 兩類為主。研究朝向先朝向基因是否影響淋巴癌的發生率。

在針對四十種基因的研究，發現有些華人基因可能較易發生某些淋巴系統疾病。後來從美國一項一九七五到二〇〇六年的新發淋巴癌研究發現，前十年淋巴癌發生得很快，但後十年的發生率明



來自各地的人醫會學員把握進修充電的機會，仔細聆聽、紀錄邱教授的演講。攝影 / 施教岩、鄧榮貴





在美國芝加哥大學專攻淋巴癌研究的邱至宏博士，提供少肉素食多運動的健康訣竅給大家參考。攝影／蔡文脩

顯減緩，其中一個原因是某些因 HIV（愛滋病毒）導致的淋巴癌得到控制。邱教授接著說，但基因不會在三十年內快速變化，所以將致病原因轉到環境的考量上。例如，移民到夏威夷的日本人罹患 FL 的比例比在日本高，移民美國的華人，第二代比第一代的發生率高。表示環境的確會影響淋巴癌的發生。而在臺灣，FL 的發生率從一九八九到九八年間的百分之六點一到二〇〇五至〇七年間的百分之十四點五，顯現了飲食與生活型態的轉變也可能是影響主因。

化學農藥易致癌 五穀蔬果最友善

講求研究佐證的邱教授又提出多則論文報告，以動物實驗證明肉食會導致淋巴癌症的發生率，尤其是烘烤的肉及漢堡肉。邱教授解釋，可能是烤的過程產生的雜環狀胺化合物 (Heterocyclic

amines)，漢堡肉則是製程中可能有化學成份。研究證實，農藥殘留也會造成淋巴癌發生率提高。肥胖，也是淋巴癌致病主因之一。

接著，邱教授提出國際相關論文與自己的實驗假設與結果，想找出食用蔬菜或水果對於淋巴癌的控制性與影響，但他表示這二十年來的論文都沒有定論，尤其在淋巴癌研究的領域，變數太多與淋巴的大範圍，讓研究需要很大的規模、經費與樣本數才可能有好的結果。

整場演講，邱教授多講中文，夾雜著英文，輕鬆幽默地呈現嚴謹的數據，贏得許多笑聲。在演講的最後，邱教授以二〇〇九年美國癌症協會 (ACS, American Cancer Society) 的建議與會員們分享：五蔬果、不吃紅肉、吃全穀類、不吃精緻食物、養成運動習慣、維持體重，就是保持健康的訣竅。

遙遠地 新人醫

二〇一〇年一月十二日，海地發生芮氏規模七強震；驚世的災難也讓菩薩從地湧出，在美國人醫會以及志工的傳承下，海地當地開始培育人醫的種子，三位來臺參加人醫年會的海地醫師，也在美國人醫會報告會務的大會上，由陳福民醫師介紹給慈濟大家庭，接受各國人醫持續不斷的掌聲鼓勵。而在二〇〇八年因水患與慈濟結緣的玻利維亞法國醫院，副院長阿瓦勒斯也帶傷來參加年會，深受感動的他更發下在玻利維亞成立慈濟分會的宏願……





攝影 / 陳榮豐

為愛付出無隔閡

》尚·阿爾梅·德莫爾希醫師

文 / 林淑緞

「學習慈濟人慈悲為懷的精神，帶回海地幫助自己國家的人民。」外科醫師尚·阿爾梅·德莫爾希（Jean R.C. Armel Demorcy），服務於海地歐發瑪（OFATMA）軍醫院，在人醫會義診中結下好緣，他期待每一堂課程中生命交流的動人，更有慈濟人文的心靈洗禮。

飄洋過海不辭遠，尚醫師一下車就看到慈濟人列隊熱烈地歡迎，驚訝之情溢於言表。第一次來到花蓮的他拿出相機頻頻拍照，充滿好奇地說：「哇！沒有想到靜思堂這麼大，很高興可以來。」

TIMA 慈濟義診團在海地震災時與歐

發瑪醫院互動密切，醫療站就設在醫院前。慈濟人醫會在太子港義診、關懷時，歐發瑪醫院也參與其中，美國人醫會的陳福民醫師在海地尋找長期合作醫院時，也相中歐發瑪醫院，當時尚醫師知道人醫會不僅在醫藥上幫助災民，也發放民生必需品給當地貧窮的人。

一開始，講法文的尚醫師和慈濟人醫有語言上的隔閡，但彼此都是為愛付出，交流愈來愈好。看到慈濟人醫與志工默默地在海地無私付出，他非常感動，今年首次到臺灣參加人醫會，更希望學習慈濟人慈悲為懷的精神，帶回海地幫助自己國家的人民。



右為理查·沙納維醫師。攝影／簡宏正

能幫助人最有福

》》 理查·沙納維醫師

文／林淑緞

「我將自己設定成一張白紙，我要竭盡所能將在慈濟的所見所聞——記錄下來，帶回去跟大家分享！」歷經漫長的飛行、儘管語言不通，來自海地的理查·沙納維（Richard Marie-Dominique Salnave）堅持撐著沉重的眼皮，認真地聆聽臺上講師的分享。

遠從海地慕慈濟大愛精神的名而來。長途奔波勞頓，加上時差因素，沙納維醫師身體相當疲累，但他說，一看到慈濟人的和藹臉龐，放眼所見的溫馨笑容，讓他不斷提醒自己要打起精神。

理查是一名外科醫師，目前在海地一家最大私人醫院擔任副院長，當地震發生時，看到大量死傷的患者送到醫院來，讓他深刻感受到，能夠幫助別人的人，才是真正有福的人。地震後他連續兩個

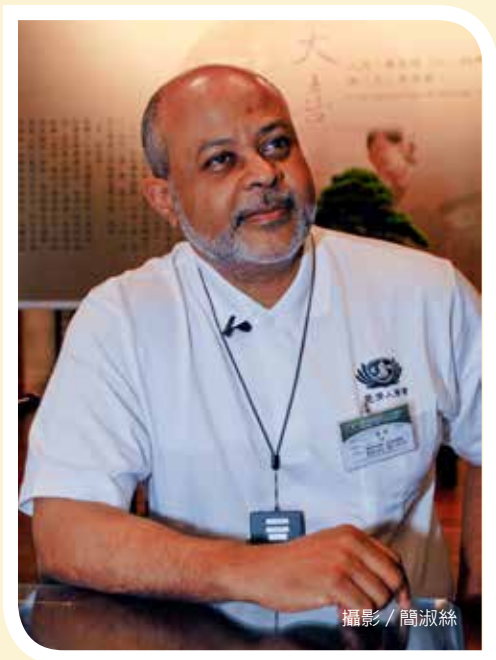
月不支薪，加入義診行列，漸漸從災民身上得到感動，當下他也發願，以後也要繼續參加義診。

「這次的成行，雖然時間上很匆促，但我抱著很大的期望而來，對於『慈濟』我了解不多，因此我將自己設定成一張白紙，我要竭盡所能將在慈濟的所見所聞——記錄下來，帶回去跟大家分享！」理查說，慈濟人的大愛無私、奉獻的精神，讓他覺得很不可思議。從到達花蓮車站開始，一路到靜思堂，看到慈濟人的隊伍總是如此整齊，特有的慈濟人文也讓他印象深刻。「海地是一個貧窮的國家，人民的生活水準可能連填飽肚子都有問題，但人的善與愛是可以被啟發的。」理查希望將慈濟人無國界的大愛讓自己的國人知道。

快樂做，無罣礙

》》艾尊·波利爾醫師

文 / 張麗雲



攝影 / 簡淑絲

「真是太令人驚訝了！」來自海地的內科醫師艾尊·波利爾（Adrien Joseph Daniel Boliere），對慈濟在八八水災後不到三個月就完成永久住宅印象深刻。他說，這樣的效率比所想像的和聽到的，更令人欽佩。

飛機從海地首都太子港，經邁阿密，再轉洛杉磯，到達臺北，雖然長途跋涉，但在他的臉上看不出倦怠痕跡。

今年一月十二日（臺灣時間一月十三日），海地發生芮氏規模七的世紀強震，頓時陷入無助的窘境。慈濟基金會即刻

發動援助計畫，由臺灣花蓮本會和美國總會協力，在二月一日發放香積飯、藥品、玉米粉、毛毯等急難救助物資。艾尊·波利爾看在眼里，感受很深。

艾尊·波利爾是基督徒，但對屬於佛教團體的慈濟並沒有任何成見，因為二者的共同處都是助人。他說：「慈濟有的是更深的溫馨與大愛，志工給的是更多的分享，這是跟基督教不一樣的地方。人與人之間的溫暖和互動，常會被遺忘，慈濟團體正有這樣的力量，它所做的一切啟發了隱藏在我內心深處的大愛。」

有時候，艾尊·波利爾醫師也會協助教會舉辦的小型醫療，但是他希望的是能加入慈濟人醫團隊，發揮更多更廣的愛。

父親也是醫師，他從小耳濡目染，立志長大後也要去救人。當初，從慈濟志工和幾位朋友的聊天當中，他認為慈濟付出和分享的哲學特別吸引他，這也是他回國後要立即加入人醫團隊的原因。

人醫年會用餐期間，他看到餐盒附上的一張溫馨卡片，上面寫著：「安心睡、快樂吃、健康做、歡喜笑。」他順手拿起，大聲唸出，並說，「這真是最高的人生哲學，也是身為醫師的我最需要的！」



攝影 / 陳正忠



攝影 / 陳榮照

展愛到南美

》》艾迪爾·安瑞克·托雷多·阿瓦勒斯醫師 文 / 林育俊

二〇〇八年，玻利維亞水患後，慈濟志工借用法國醫院辦義診，當時擔任副院長的艾迪爾·安瑞克·托雷多·阿瓦勒斯 (Edil Enrique Toledo Avalos) 和醫生們都很感動，也開啓了與慈濟的因緣。院長費南多和副院長阿瓦勒斯更率領一群醫師，跟著陳福民醫師到慈濟大學模擬醫學中心，在大體老師身上學習「微創手術」。現在，玻利維亞的慈濟會員已經增加到二十多人了，每月捐助二十塊玻利維亞幣，用來買藥品和物資，做義診及發放。

第一次自己辦義診，阿瓦勒斯帶領法國醫院的同仁到三百多公里外的偏遠小醫院去服務，當地兒童普遍營養不良，所以特別設了幼兒營養科，當日服務

二十多位民衆。

這次要來臺灣參加人醫年會時，阿瓦勒斯不慎跌傷腿，腿部必須要固定，不但行走不便，搭乘長途飛機也會不舒服，許多人都勸他放棄這次的臺灣行，阿瓦勒斯長考之後，還是決定要穿著腿部固定架來參加難得的人醫年會。

雖然行動不便，但此行收穫滿滿，來回各飛行了二十幾個小時，雖然因此造成骨膜受傷，膝關節需要固定，行住坐臥左腳都要伸直，但阿瓦勒斯露出開朗的笑容，表示身累心不累。他也發願要在玻利維亞成立慈濟分會，有了自己的基地後，發放或義診不用再到各地小醫院借場地，更能落實大愛。



分科座談

為病人搭一座貼心的橋

文 / 吳宛霖

人醫年會的護理專題分科座談主題為「個案管理師」，花蓮慈濟醫院與大林慈濟醫院共七位個案管理師輪番分享不同領域、以病人為中心的「五全」照護，藉由個管師連結醫療資源，也讓參與座談的人醫會護理人員對這種「負責任的態度」到佩服。

第二年參加國際人醫年會分科座談的護理組，今年的討論主題為「個案管理師」，分別由花蓮慈院的許美玉、鄭心宜、江惠莉、王筱霈、謝樹蘭等護理師以及大林慈院江欣虹護理長、葉美玲護理師分別分享傷口造口、肺結核、AIDS、氣喘、癌症以及心臟病和慢



攝影 / 楊國濱

性腎臟病的個案照護管理經驗。

個案管理 負起責任解決問題

「個案管理過程是一種問題解決的過程。」慈濟「以病人為中心」的照護方式，個管師視病人的需求，分別和其他個管師、臨床護理師、醫師、志工、社工師、營養師、復健師以及居家護理師等雙向聯繫，並做為病人就醫期間最好的靠山，個管師除了負有祕書的責任，還有家人、朋友以及護理師的身分，協助病人一步一步解決問題。

「雖然是一個小小傷口，但是假如是一個難以處理的傷口，對病人而言，卻是身心靈各方面的壓力……」花蓮慈濟醫院傷口造口護理師許美玉認為「膚



攝影 / 楊國濱

慰」就是護理人員的職責；愛滋病個案管理師江惠莉則認為，個管師就如同一座橋，如果橋搭得好，就能引導病患走向光明喜悅的一方，但如果橋搭不好，不再獲得病患的信任，橋梁就會有隨時坍塌的危險，病人可能就會失聯、拒絕治療。此外，慢性病通常互相混和，譬如慢性腎臟病患常會有心臟病和糖尿病，大林慈院也成立健康管理中心，個案師藉由電腦軟體與醫師聯繫、追蹤病人狀況，並提供整合的醫療協助。

巴拉圭的艾斯德拉·瑪莉第德卡都（Estela Mary de Delgado）（上圖右一）本身就是一位護理師、衛教師以及護理老師，她一年前帶著十六歲的兒子參加



慈濟的義診，今年第一次參加年會，她覺得對病人來說，家庭、社會福利和醫療都很重要，但其中最重要的就是負責溝通工作的個管師，尤其她在這個制度裡看到「負責任的態度」，所以她很希望能推廣到巴拉圭，讓更多人來從事護理工作。

培養真正好醫師

文 / 林雪花

醫學教育座談中，慈濟醫院劉鴻文副院長表示，為因應醫師國家考試的重大變革，以及學生對課程的要求，醫學生要先學做人、再學做醫生，從自我學習、終身學習中，領悟「醫療」是整個團隊在通力合作、良好溝通之下共同照護病人的過程。

打破框架 追尋良醫之路

以病人為中心的全人服務，才能提供病患安全、即時、有效率的服務。

陽明醫學院的陳維熊醫師談及「服務學習對醫學生成長的影響」，陳醫師運用投影片及數部珍貴自拍影片，拋出兩個問題，一是怎樣才算是個好醫師？是什麼才是病人需要的好醫師？

他思索愛心要跨出醫界的框，把醫學生帶往北印度喀什米爾邦小鎮海拔三千五百公尺的達拉克，在高山跋山涉水為民衆及喇嘛提供義診服務。每年兩次的定期服務，終於感動了當地住民，也獲得佛學院喇嘛校長的信任，山區裡

踏實的「醫步一腳印」，在喜馬拉雅山夜空下，讓醫學生領悟——心有多大，世界就有多廣。

現在的達拉克，不但已擁有自營式的保健室、基礎衛生教育還有巡迴醫療服務，這才是陳醫師的醫療策略——「給」他們不如「教」他們，現在當地的高山住民，不但學會洗手、刷牙、漱口、潔身……，還具備了簡要的自我衛生保健常識。

花蓮慈院劉鴻文副院長（右）與三軍總醫院一般醫學部張維國主任（左）一起分享團隊合作照護病人的心得。攝影／陳榮照

義診收驕慢 滌淨醫師心

醫學生們從為他人提供服務中，收斂起一顆顆驕縱的心，喚醒了醫療的意識，正如一位學生回來分享：「談史懷哲太崇高了，談賺大錢太現實了，當一個醫師的價值是什麼？就是有能力幫助他人，才是最幸福的人；助人是快樂的，擁有助人能力的人才是幸福的。」

香港學員謝喜兒醫師說：「聽完這個人文課程讓我很感動，我帶過學生到落後的中國大陸義診，從義診中得到最多是學生，那樣的人文饗宴，是一種心靈的洗滌！」

三軍總醫院一般醫學部張維國主任，分享行醫「六大核心能力」的推動，簡要的說就是要做到：能照顧病患、充實醫學知識、以行醫為導向的學習及改進、要具備人際關係及溝通技巧、要有專業精神、醫療體系的行醫要做到全人照顧，真正重要的是，病人感受到了沒？！

口腔照顧 用心守護

文／沈健民

今年人醫年會首次舉辦牙科專題座談，花蓮慈濟醫院牙醫師彭炯熾與臺北榮民總醫院牙醫師楊子彰在年會分享做全口重建與即時性假牙等經驗。

會中還有美國人醫會和臺灣北區人醫會的活動分享，讓在場各國牙醫師學員熱情交換意見，並留下電子郵件地址，為來年更精采的議題做準備。

彭炯熾醫師帶領學員探討全口重建風

險評估的五種面向，以及牙醫在擬定治療計畫時所考慮的各種緣由。緊接著楊子彰醫師提出即時性假牙的四個考量重點，這是讓病人提早適應全面覆蓋性假牙的一個過度時期。

北區人醫會謝金龍醫師，分享他們近年來在身心障礙朋友的口腔照護經驗。他感恩有臺北慈院做後盾，結合慈濟志工的力量，承接行政院衛生署的研究計畫，舉辦了週六特教兒童教學、教養機構治療、義診與參觀牙科的社區體驗等活動，照顧到創世基金會、真光教養院和怡園康復之家等各層面的身心障礙者。

其實身心障礙者的口腔照護需求跟一般人無異，卻因為肢體或心智受到限制，讓他們更難以維持牙齒保健，所以



攝影 / 許遠志

更需要被用心守護。

美國人醫會的陳恂滿醫師請學員自我介紹之外，並共同探討顫顫關節疼痛症等議題。擔任口譯的蔡瑞峰醫師，來自美國馬里蘭州，他非常認同張玉麟院長的理念，決定退休後，投身玉里慈院服務病患。



花蓮慈院牙科黃銘傑主任（站立者）參與人醫會首度舉辦的牙科座談，與海內外人醫分享口腔重建等相關經驗。攝影 / 許遠志

希望延續

大體捐贈

15年感恩音樂會



文 / 林淑緞、吳宛霖

中秋節午後在花蓮靜思堂講經堂，上演一篇篇動人的生命篇章。今年是慈濟推動大體捐贈十五周年，慈濟醫療團隊透過手語劇、歌聲、分享傳遞感恩心，帶動愛的接力。參與人醫年會的學員感同身受，向捨身菩薩致敬，感恩家屬成就圓滿悲願。臺上臺下淚光閃爍，一起回顧生命故事，緬懷大體老師無私奉獻的情操。

音樂會以〈藥師十二大願〉為開場，四位醫師們在序曲中搭配螢幕畫面，迎接琉璃光如來，音樂、影像與講經堂的氛圍融合出莊嚴的道氣。

成就醫學育良醫 大體老師心願圓滿

「當他們在我身上劃下第一刀，就是我心願圓滿之時」。大體老師的介紹影片中，李鶴振老師的這句話，總讓觀者聽者無不感動灑淚……從慈濟醫學院成立後，學校曾請地檢署幫忙，若有無名

屍可以讓學校知道，直到林蕙敏女士自願捐出大體，善行經由證嚴上人開示傳播，慢慢讓社會大眾了解大體捐贈的正面意義，慈濟人更是身體力行響應。

回顧十五年的歷程，證嚴上人感恩人醫會的各大醫王、菩薩都能就地付出愛心，也感恩弟子的布施，向大體老師

大體捐贈推展十五年，十五年來大體老師用自己的身體與悲心見證菩提，培育無數人間良醫。攝影／許遠志





每位大體老師都有一段精彩故事，慈濟大學醫學系學生透過家訪、感恩，將對大體老師的愛與敬化為行醫愛人的能量。攝影／許遠志



致敬。「想到了我這麼多這麼多的好弟子，當他有力氣、生命健康時，不管是跑國際，或是落實社區，環保等等，四大志業八大法印，他們都做到了，一個都沒有漏掉，剛剛看到了他們的身影一個一個浮上來，讓我一個一個向他們從心裡致最敬禮」。

「因有大體老師的心願，推著我走，讓我停不下來，有往前走的動力與一生的使命。」一手推動慈濟大學模擬醫學中心成立的副校長曾國藩談起大體老師對醫學的貢獻，幾度哽咽。他說，家屬很堅定地送老師過來，沒有掉下一滴眼淚。但當他們回去，打開家門的那一刻，少了一個人的那一分落寞，是我們無法陪伴的。

因為親眼目睹父親在醫院受到忽視，一直到往生前仍等不到該有的一顆小藥丸，慈濟大學解剖學科主任王曰然老師發願要成為一個「讓學生永遠找得到」的老師，不論學生在大體解剖教室研究到多晚，王老師研究室的燈也永遠



左圖以戲劇方式呈現王曰然老師的父親當年生病的情形，因為這個痛心的經驗，王曰然老師（右圖左一）立志成為一位培育良醫的老師。攝影／許遠志

慈濟大學醫學系學生各自發揮專長，以音樂手語獻給所有大體老師及家屬，氣氛感人。攝影／簡宏正、許遠志



亮著陪伴他們。王老師更帶著學生在大體老師火化前，先到火葬場打掃乾淨，「如果學生能夠感受到大體老師的重量，才能瞭解自己的成就，是經過許多人的成就才能達到。」更在這個過程中，看到年輕的心被啟發善念的過程。

生前盡良能 身後大愛續慧命

慈濟醫學院的學生們更在曾國藩、王曰然老師的帶領下，以管弦樂以及合唱和手語融合的方式獻唱，獻出他們最誠摯的敬意與感恩。看著臺上年輕學子的清新與人文精神，坐在臺下觀賞節目的大體老師家屬們，早已流下感動滿足的淚水……

雖然今年因凡那比颱風攪局，學員無緣參與模擬手術的學習、參加啓用、及送靈儀式，但透過先前模擬手術過程的影片呈現，和海內外的醫師，致上感言的溫馨畫面，讓學員猶如身歷其境，彌補缺憾。



大體老師的無私無我成就醫學，捐贈大體的背後，更是無數動人的故事。有大體老師為了成功捐贈大體，在颱風天透過志工們的協助，接力回到花蓮；有的家屬在面對無常時，也忍著悲傷只為完成老師的心願。慈濟志工林月款罹癌後將上人教導的「人要『知生死』、『體會生死』、『契合生死』以及『利用生死』」落實在自己身上，八八風災時還向醫院請假上街募款，甚至最後寧願忍受肺部的痛楚也不願放置引流管，就是



關山慈院護佐王美花（左二）與利稻村的村民上臺感恩大體老師丘昭蓉醫師生前的照顧，回想丘醫師的付出與離去仍是無限的感傷。攝影／許遠志



大體老師偉大的精神與事蹟，讓觀賞節目的人醫會學員忍不住感動鼻酸。攝影／許遠志



一手推動慈濟模擬醫學中心的副校長曾國藩，帶領醫學系四年級學生向所有大體老師以及家屬致敬。

為了保全大體的完整讓醫學生使用。一生奉獻給偏遠山區的丘昭蓉醫師，苦口婆心的幫原住民戒菸戒酒，親自上山到病患家中敲門，照顧山上原住民更甚於自己的健康，而當丘醫師病重時，臺東

利稻村的村民們專車北上，為邱醫師獻唱一曲八部合音……一段段大體老師生前、生後都奉獻給慈濟與醫療的故事，也讓參與感恩音樂會的所有成員深刻了解每個大體老師的悲心與願力。

醫教用心 生命之愛無窮盡

殷正洋師兄、印尼醫師群和慈大教授演唱「愛灑人間」，婉轉悠揚、輕吟淺唱間，串起一幕幕感人肺腑的醫療樂章，隨著音樂流動，人人心靈交流，在講經堂內合流共振……。另外，花蓮慈院泌尿科主任郭漢崇醫師，也分享安排「第十屆亞洲泌尿科醫學會議」到慈濟大學參加模擬手術課程，受到臺灣以及國際間醫師的讚譽，郭醫師表示，大體老師的啓用，讓醫師們看到慈濟的人

文，而大體老師的奉獻，讓慈濟醫療在國際發光。花蓮慈院名譽院長陳英和、骨科主治醫師吳文田以及住院醫師張順忠「三代同堂」，與病患一起上臺見證慈濟醫療的努力與傳承；花蓮慈院神經外科醫師陳冠斌攙扶著經過顱底手術治癒的病患上臺，感恩老師邱琮朗醫師的帶領與教導，他說：「如果沒有當初的模擬手術練習，他也不敢在病人的身上動刀。」花蓮慈院副院長王志鴻、陳培榕，也都與學生一起上臺，和各國回來的人醫以及大體捐贈、器官捐贈的家屬



花蓮慈院陳冠斌醫師（左一）感恩老師邱琮朗（右一）與無語良師雙方的教導，讓他能面對困難術式、幫助病人。攝影／許遠志



花蓮慈院名譽院長陳英和（右二）、吳文田醫師（左一）、張順忠醫師（右三）「三代同堂」，展現醫療教育生生不息的傳承。攝影／許遠志



花蓮慈院外科部主任李明哲（右二）、大林慈院尹文耀醫師（右三）所帶領的器官捐贈移植團隊，與時間分秒賽跑，只為將器官捐贈大捨之愛分毫不差的延續。左起為李政鴻醫師醫師、張群明醫師、劉穎醫師。攝影／許遠志

來自美國、印尼、馬來西亞、玻利維亞、海地和智利等地的人醫表演「千手世界」，向大體老師致敬。攝影／李遠志



分享多年來在教學上的兢兢業業，傳承慈濟醫療的使命。花蓮慈院外科部李明哲主任、大林慈院尹文耀醫師、張群明醫師等人組成的器官移植團隊感恩大捨菩薩，李明哲主任也表示，相信大捨菩薩捐贈的器官讓另一個人獲得新生之時，也是大捨菩薩慧命延續的時候。大體老師以身示教，不論在教育和醫療發揮源源不絕的力量，成就良醫。

「因為善，讓生命美麗；因為愛，讓生命延續；因為慈悲，讓生命寬闊；因為感恩，讓生命歡喜……」由海地、馬來西亞、美國、玻利維亞……各國人醫會所呈現的「千手世界」，向大體老

師致敬，更是跨越了語言與國家的藩籬，期待將愛灑向世界大願。最後由林俊龍執行長帶領慈濟醫院六院院長、醫學生，感恩勞苦功高的老師，醫教的用心，展現生命永續的力量。

今年是慈濟推動大體捐贈十五周年，十五年來無語良師造就英才，將生命化作永恆，分分秒秒滿是感動接力，示現人間有愛的力量。無數個為人醫志工們，無聲說法的大體老師，生前沒為自己的生命設限，往生後化無用為大用澤被蒼生，讓一顆顆愛的種子，遍布希望在各個角落萌芽茁壯，綠成濃蔭。

執行長林俊龍帶領六院醫療團隊，向大體老師及家屬致敬。



愛為起點 一生無量

文 / 吳宜芳、沈健民

二〇一〇年國際慈濟人醫年會在九月二十三日圓滿落幕，講經堂上方繁星點點，來自二十三個不同國家的人醫學員，雖然彼此的醫療文化背景不同，但卻因「愛」而共聚，在最後圓緣分享時刻不是結束，而是一個起點，學員們立願要將所學習到的一切帶回自己的國度，用美善之愛去感染周遭人群，期望帶出當地新人醫，明年共同回到心靈的故鄉來相聚。

無語良師示大愛 行醫使命油然而生

因一次川震義診而走入慈濟，臺中婦產科醫師廖長州說：「此刻站在這個地方，我的心情比接生一個新生兒還要來的緊張。」回憶幾天的課程，雖曾讀過王本榮校長所著《一生無量》，書本有字但覺得看起來像是天書，經過王本榮校長的演講之後，如同接受了一場揉合佛學與科普的洗禮。此外，經由簡院長帶來的演講，看到醫病關係的另一種可能，醫師與病患間深厚的信任與真誠的情感，讓醫師找回行醫者的使命。

來自中國大陸南京的夏承志與陶雪芬，夫妻共同參加年會，夏承志驚訝於慈濟組織的活動是這麼的專業，充滿著美善人文，幾天的課程下來，無語良師化無用為大用的大愛，令人震撼也激起一股醫者的使命感，讓對於大體捐贈一直不是很了解的他，終於有了答案和另一番的見解。「好好照顧自己的心，拿出勇氣和毅力去付出，以看到的人品典範為榜樣學習。」來





自中國大陸南京的陶雪芬如此說道。

印尼的外科醫師露西（Ruth）曾經接引一百多位當地醫師加入印尼的人醫會，這次來到花蓮感念於上人以智慧與悲憫的心推動臺灣的大體捐贈，期望在自己的國家也能效法，透過大體模擬手術來提高技能，成為一名良醫，徹底實行慈濟精神。

來自北京同仁堂中醫醫院的汪浩醫師，從灰醫志工變成藍天白雲的慈誠，此次參加TIMA年會，無語良師捨身讓醫學生以及醫師們做臨床學習與模擬手術，化無用為大用的大捨之情令人震撼。他也希望自己能成為一個手心向下的人。

經過五天的相聚，來自各國的學員在最後一天齊聚靜思堂講經堂，分享心中的感動。攝影／陳正忠



南京夏承志、陶雪芬醫師夫婦，深受精舍師父一日不做一日不食所感動。看到慈濟推動大體捐贈，非常訝異感動，回大陸一定會簽捐大體。

大愛無國界 人醫親感受

楊立前醫師來自馬來西亞馬六甲，以前他以為吃素不健康，但自己的女兒卻從兩歲便開始茹素，自己後來逐漸受到上人的法所感動，此後便發願吃素，他分享，「有研究統計顯示，全世界有百分之六十的糧食作為動物的食物，百分之四十才是人的食物，如此讓糧食的短缺更加劇烈。」吃素尊重生命，培養慈悲心，他以自己的例子鼓勵大家都能茹素來護心。

來自美國的中醫師廖明煌在人醫年會報到當天無法如期到達，因此搭了隔天的飛機來到花蓮，下機之後，看到的是一群志工們在機場歡喜的迎接，幾天的營隊當中，看到志工們將生活中每一個小細節都打點得天衣無縫；因為自己習慣中晚餐都會加一匙醋，但即使用餐的座位變動，桌上仍舊會擺著那一瓶醋，志工的細心與用心，讓他有無盡的感激！

與海地同樣是人醫的新成員，來自南半球智利的志工謝楨祥、楊創隆說：「雖然彼此之間的路途遙遠、說的話也不盡相同，但是我們所

來自南半球智利的志工謝楨祥（右）、人醫會召集人楊創隆（左）認為儘管平常個自忙碌，付出助人的愛心卻是一樣的。攝影／歐明達

付出的愛卻是一樣的。」

來自香港的精神科醫師李兆華說，在營隊的幾天當中，讓他體悟到「愛」的可貴，不要吝惜說出對家人的愛，更要將小愛化為大愛，造福人群，而人間最美的就是微笑，因為用微笑的心去面對一切，世界便會對你微笑。

誓當一顆小種子 遼闊醫海募良醫

站在臺上，菲律賓三寶顏海倫·黑容（Helen Heize）護理師感恩有參加此行的機緣，能夠向這麼多的人品典範們學習，看到這裡的人醫所展現的勇氣，回國後，一定要把所見所聞帶回自己的僑居地，延續這一份溫馨的關懷，將這份感動散播出去。

泰國的那瓦魯特·普波（Nawarut Pookpol）護理長，來到這裡看到了慈濟的大愛，就像是母親照顧自己的孩子一般，沒有分別心。此外，他謹記上人





海地的沙納維醫師（左）第一次參加人醫會，看到世界這麼多醫師以愛心做治療，學到慈悲、大愛與奉獻，並發願要在海地落實做慈濟。攝影／蔡文脩

說：「萬般帶不去，唯有業隨身。」人生短暫，因此要時時把握當下，一切以善為出發點，做就對了，回國後，她要把這些種子發散出去，創造更多善的力量。

這次人醫的新成員，來自海地的理查·沙納維（Richard Marie Dominique Salnative）醫師此次拜會過 TIMA 之後，有很深的感動，行醫多年，第一次看到醫生是用慈悲與愛來治療病患，他說回到家鄉後，一定會把這裡所見所聞的感動，推行到海地，更希望明年再回到這裡一同學習更精進。

行前腿部受傷仍堅持參加人醫會的玻利維亞法國醫院副院長艾迪爾·安瑞克·托雷多·阿瓦勒斯（Edil Enrique Toledo Avalos）說：「行醫的快樂是在過程中產生，貧因病而起，所以健康是一個國家發展的基礎，希望此次能帶回人醫年會上所學，在自己的國家傳承，驕傲也很感恩自己能成為 TIMA 的會員。」

因看到一位非護理背景出身的人醫幹

事，卻承擔了陪伴膚慰病人的角色，來自新加坡的李佳玲護理師感動之餘，決定加入人醫的陣營，並參加了此次五年的年會，每天的課程有哭有笑，專業之外更多了真誠的人文互動，讓她相信有願就有力，三月份的斯里蘭卡義診，自己絕對不會缺席。

「淨身心，護大地，育良才，傳大愛」為這次人醫年會的宗旨，證嚴上人在圓緣時向所有人醫成員開示，人在世間皆有自己的方向要前往，為工作而生活，是充實的人生，因為甘願做而感到安適，即使身心疲累也歡喜受，少了斤斤計較的心態，才真能任重而道遠。

上人開示，無畏死亡，得生死自在。無語良師把愛的種子散播出去，將生命發揮到最大的價值，醫海遼闊，永遠沒有學習結束的一天，需要不斷的精進，希望能借重人醫們的雙手，讓愛生生不息的循環下去。期許各國的人醫能把慈濟的四大志業八大腳印帶回國度，由一顆種子再生無量，共同來引領出更多人間菩薩。🌱



活水堂

半畝方塘一鑑開 天光雲影共徘徊
問渠那得清如許 爲有源頭活水來

宋朝教育家朱熹從事教育五十餘年，
他藉著描寫自然風光，說明研讀之樂與追尋真理的重要性。

教學與研究正如清渠水流，不斷互相激盪而產生串串漣漪，
最終匯入一方水塘，映現萬物風光。

醫學浩瀚，教學研究傳故啓新、開發心靈，
只要智慧活水源源不絕，就能川流大海，成就多元浩瀚之美。

「活水堂」專欄將邀請慈濟醫療志業與教育志業中，
學有專精之師長主筆，傳智啓慧，爲廣博醫海不斷引入源泉活水。

傳承與志業

文/劉鴻文 花蓮慈濟醫學中心副院長 整理/沈健民、曾慶方



臺灣醫界普遍認為一個好醫師必須兼顧臨床醫療服務、教學和研究等三大任務；想要升等，缺一不可。而「研究」對部分醫師來說，真是教人「頭疼」。

研究，尤其是「臨床研究」在醫學的進步上非常重要，舉凡是新藥開發或手術術式的創新皆要靠臨床研究，才能找到最有效的成分、劑量和劑型，或者是最安全、併發症最少、恢復最快的手術方式。因此研究是醫師除了臨床服務和教學外，重要的任務之一。



試想臨床醫療服務已經夠忙了，除了看診、開刀、巡診；還要分身教學，指導實習醫學生、住院醫師，每年還有必需努力達成的繼續教育學分；竟然還要醫師做研究、寫論文！而研究是如此耗費腦力、時間、心血和生命，可說是吃力不討好的重擔，常讓人心生畏懼、望之卻步。

研究並不是無中生有，而是一種延續、一份傳承；也不只是為了升等或升官晉爵，更不是在 SCI(Science Citation Index，科學文獻引用貢獻指標) 的點數汲汲營營，斤斤計較。研究的定義，是蒐集數據、資訊與事實，來達成知識的進階，並將該領域的學術水準往上提昇；研究的本質包括五個 W，包括 Who、What、Why、Where & How，它是一種富有創造力，而且需要長期不斷努力，以累積研究成果的學術活動，必須具備學術價值，接受同儕的質問，並以公開的方式發表，以接受社會大眾的公評。

比爾蓋茲 (Bill Gates) 在十四歲的時候就在以英特爾 (Intel) 的 8008 微處理器進行加州交通流量的研究，獲得了第一桶金，之後與他的夥伴保羅艾倫 (Paul Allen) 創立了微軟帝國，讓車庫創業蔚為一股風潮。如果蓋茲十四歲就開始做研究了，那我們到了這把年紀才開始做研究會不會太晚？事實上並沒有太早或太晚的問題，而是你決定全心投入了嗎？只要你承繼目前最新的成果，加以延伸，就可以「站在巨人的肩膀上」。巨人就是走在各領域前頭的偉大前輩們，藉著它們努力累積的成果，我們走得更遠，走得更好。但「成功」是無法移植的，我們必須走出自己的路。

一般認為要做好研究，必須先要有好的訓練，也就是要拿個博士學位，而後要有好的老師指導，然後要有好的研究設備、充分的研究經費；最重要的，要有好的研究主題，所有條件都俱足之後，才能夠著手進行研究。其實這些條件要俱足並不容易，但真正開始研究才

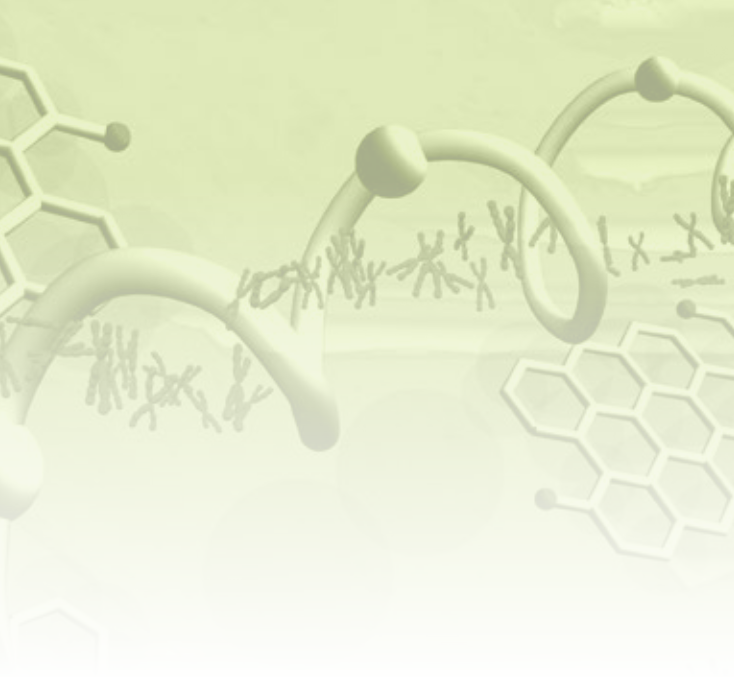


是一切痛苦的開始！因為研究必須面對許多的困難、挑戰和挫折，做完之後還要寫報告、寫論文；好不容易辛苦寫成，自己覺得非常滿意加得意的論文投稿後，卻常被批評得一文不值，最可憐的還被退稿；真的是無奈、也無可奈何。如何才能從研究得到成就感，享受研究的樂趣呢？

每年院慶頒發「研究績效卓越獎」時，經常看見幾位熟悉的面孔，他們都是院內的醫學先進，門診、收治病人、開刀、巡診、教學、研究等各項工作一樣也不少。SCI 高分論文的發表對他們來說就像「吃蛋糕 (a piece of cake)」般簡單。就如花蓮慈院的骨科名醫陳英和名譽院長，時間滿檔，每天忙碌不已的他，還能擠出時間研發高科技骨科醫療手術器材——「微創人工膝關節手術器械組」，獲得二〇一〇年第七屆國家新創獎的殊榮。如此忙碌的優質醫師，竟然樂於投入研究工作，他們是怎麼辦到的呢？

醫師的三項任務，「臨床服務、學

術研究與教學」一定要結合在一起。最近，為了規劃花蓮慈院將來研究的方向，我們訪談了本院二十四週年資深同仁研究績效卓越獎的三位得主。其中泌尿科主任郭 P（郭漢崇教授）在訪談中提到，研究主題不能離病人太遠，要「以人為本、以人為中心」的研究，才能得到好的成果與評價，這個研究也才有價值。我們因為關心病人，想幫助病人解決問題，方能從中汲取經驗，同時改善病人的生活品質。郭教授是部定教授，他不需博士學位，也沒有知名的老師來指導；但十四年前成立「尿路動力學檢查室」時，郭 P 即不假手技術員，親自為病人作檢查、深入了解病人的問題。所以對病人的狀況有更深刻的了解。十四年來如一日，他從中看到了許多的問題，然後從這些問題裡面找到研究的題目，繼續不斷地鑽研。這些年來，他在尿路動力學方面，共發表了一百多篇的文章，受到國際間的肯定。某次郭教授到歐洲開會時，有外國學者問他說：「你們醫院是不是很大？應該



有兩萬床吧！」他回答說：「怎麼可能，臺灣床數最多的長庚也才一萬多床。」事實上我們醫院只有一千床，對方表示很難想像，一千床的醫院怎麼能做出這麼好的研究？郭教授思考後、覺得最可能的原因，應是源自於他這十四年來在照顧病人方面的堅持，才能找到好的題目、做出如此的研究。

郭教授除了學術研究之外，還撰寫了許多科普衛教書籍，在他的著作《涓涓人生》裡，提到一個讓我很感動的個案。有一位小女生從小就有排尿障礙，平常根本沒有辦法出門，父親也必須隨時在身旁守護。後來因為郭教授的幫忙，解決了排尿障礙的問題，父女倆終於可以到國外去旅遊。這樣的心胸與付出，讓我體會一個醫師所做的研究，應該是為了解除病患的苦痛、提升病人的生活品質。從郭教授做研究的過程中，我發現一個偉大的研究者，首先必須要去關心「人」，從「人」的問題出發。郭教授不但關心病患的大問題，也關懷他們的小問題，用心去幫他們解

決。有些問題看起來好像沒什麼了不起，可是對病人來講，卻是無盡地折磨；大醫師們能夠為他們解決這些問題，讓他們走出痛苦的深淵，脫離苦難，改善生活品質，真是功德無量！

在郭教授身上我見證到一句話：「科學不能離開人性」；花蓮慈院建院的宗旨：「人本醫療，尊重生命」，在他的身上表露無遺。郭教授在研究上的卓越成就，以及對研究的深入看法與執著，我深深感覺到做研究是一種榮譽。就如同陳名譽院長一樣，由於東方患者膝蓋關節手術的施行角度與西方器械不能完全吻合，為了讓病人有更適切的器材，而著手研發成功適合東方患者的器械，得到國家品質獎的肯定。

這二位先進在研究裡面找到快樂，並將職業轉化為志業，其研究成果受到國內、外學界及社會的肯定，是我們學習的典範 (role model)；全院同仁若能一起努力，共同提昇全院的研究水準，讓世界看到慈濟醫療以人為本的研究光輝。🌱

智利

智利人醫當自強

2010.07.24

文 / 李亭亭

在智利慈濟人醫會召集人楊創隆醫師與謝楨祥師兄的統籌規劃下，七月廿四日氣溫只有攝氏五度的冬日早晨，智利慈濟人醫會第一次自己在培尼亞羅雷(Penalolen)的學校舉辦義診。這次參加的醫生有四位臺灣人、七位智利人，一位藥劑師與十九位志工。

早上十點半開始布置時還下著大雨，但是到了中午一點大隊人馬到達後，天氣就放晴了。就如前幾次到第七省、第八省和第五省做發放時一樣，天氣都會變得很好。義診準時從下午二點開始，進行到下午五點結束。



■ 父母聽到慈濟有舉辦義診活動，趕緊將小朋友帶來求診。

義診義行 感動當地政府

這次義診的科別有眼科、小兒科與內科，總共服務了一百一十一位病患，並且還準備了藥物來幫他們治療。眼科醫師許哲彰為了這次的義診，特別向他所服務的醫院借了二臺非常昂貴的測量儀器。許醫師服務了卅三位病患，也是最多人要求看診的科別，因為當地的居民說他們如果要看眼科，掛號排隊必須等上一年才能輪到。感念慈濟的因緣，培尼亞羅雷市政府特地配合贈送眼鏡給此次確診需要佩戴眼鏡的病患們。

義診陣容還有三位小兒科醫師，服務卅八位病患；內科有七位醫師，服務了四十位病患。



■ 慈濟志工做到隨時補位，仔細地幫病人量身高、體重。

第一次舉辦下來，大家的反應都很好，不只病患非常高興，就連市政府人員、志工和義工們都充滿法喜，期盼智利慈濟人醫會能恆持初發心，繼續為他們服務！雖然智利慈濟聯絡處成立只有短短的三個多月，可是志工、人醫們的默契十足，每一位都竭盡所能地付出，將每一件事情美滿地完成。

緬甸 仰光

義診種子萌芽 人間菩薩招生

2010.08.29

自二〇〇九年開始，慈濟志工來到緬甸仰光省丹茵鎮的柯瑪雅娜寺廟進行愛灑活動，為寺廟裡的沙彌尼帶動靜思語及烹煮素食，而醫療義診也成為當地慈濟人定期進行的活動之一。

克服語言隔閡 愛心溝通無障礙

在今年六月來臺參加四合一幹部營隊的當地志工丁瑪特醫師 (Dr. Tin Mar Htet)，全心投入義診活動。談起沙彌尼皮膚病況，一念悲心起，丁醫師淚盈滿眶。她知道唯有定期治療與追蹤，小沙彌尼身



■ 阿列爾醫生不只看身體的病痛，也慮慰病患的心。



■ 年輕的實習醫生楊赫元(楊創隆醫師之姪)也積極投入這次的義診活動。



■ 丁瑪特醫師正在幫小沙彌尼治療身上的皮膚病。



■ 為防止咳嗽病況的傳染蔓延，志工準備的咳嗽藥水，現場餵藥。

上的皮膚病才有改善的一天。去年剛開始義診的時候，僅有她一人獨力承擔，今年已經有團隊一起來辦義診，持續給予關懷。許多來自緬甸中北部的小沙彌尼聽不懂緬文，丁醫師也努力克服語言障礙，付出愛心與他們溝通。

今年已是培訓委員的丁瑪特醫師，不忘人間菩薩招生的使命，開始帶動當地醫護人員共同參與，與他們分享「一灘血」的故事以及靜思語。並且身體力行，鼓勵她的醫生朋友們將專業功能化為生命良能。其中，烏辣景醫師，就被她感召而成為今年義診的生力軍。看到慈濟人無所求的付出，烏辣景醫師以感恩的心回饋，用實際行動走入人群中。視病如親的他，每一次義診，烏醫師都把沙彌尼們當作自己兒女般看待。

七、八月份的緬甸適逢大雨季，為防



■ 視病如親，烏辣景醫師把沙彌尼們當作自己兒女般看待。

止咳嗽病況的傳染蔓延，志工準備了咳嗽藥水，現場餵藥，務求發揮功能、達到預防的效果。慈濟志工與本地醫護人員共同展開雙手擁抱蒼生、拔除苦難，無私的大愛將不斷延續著。

臺灣 新社

不請之師來義診 客家鄉親身安寧

2010.08.22

文 / 張珮琳 攝影 / 張美慧

八月廿二日是人醫會在臺中縣新社鄉一個月一次的義診活動，此次團隊來了八位醫師，有一般內科、眼科、牙科、中醫，還有藥劑師七位、護理人員九位，就像一座活動醫院般，可以滿足病患的需求。每位醫護人員都盡心盡力為鄉親服務，身體

有病給藥、心靈有病給予輔導，期許好不容易成行的一次義診，能為這偏遠山區的鄉親們帶來身心安寧。

山區多老人 慢性病患多

此次往診的家醫科曾景新醫師，看診的病人皆為高齡或中風和糖尿病的病患。居住在新社的民衆，大部分都是客家鄉親，雖然他們國臺語也可以通，但遇到較深入的話語還是不甚了解，因此志工曾月娥熱情地充當翻譯，使得義診更加順利。

八十多歲的黃阿嬤中風多年，山居生活復健不易，孩子因外出工作，只能買好便當放著讓阿嬤食用。阿嬤患有糖尿病及高血壓，臺中慈院的護士先測量血壓、驗血糖。曾景新醫師親切地問候阿嬤的飲食和用藥情形，阿嬤說：「我時常感到頭暈盜汗、胃部不適，還有眼茫腳疼等等症頭。」曾醫師遂將降血糖藥換成較長效型、而且血糖不會有下降太快的副作用；又簡化了服藥方法，讓她方便服用，俾能減輕病苦。另外再開立眼藥和止痛藥，囑咐其子

到義診處領取，阿嬤高興地和大家揮手道別。臨別時，曾醫師還不斷叮嚀阿嬤要自己多多做復健。

小城故事多 白袍修學分

莊劉阿嬤於民國廿一年出生，中風多年、有糖尿病，由先生親自照顧。劉阿嬤在呼吸時都會呼出喉聲，在醫師詢問之下，阿公回答說阿嬤每次吃飽飯都會這樣，其他則沒什麼問題。再者阿嬤容易在飯吃太急時噎到，引起咳嗽，醫師建議將稀飯煮得乾一些、讓湯汁較少，就不會引發這種現象。

莊劉阿嬤和阿公分別是童養媳和養子，兩人身世相近、彼此相知相惜，只要阿嬤一個眼神哪裡不舒服，阿公馬上了然於心。重聽的阿公說妻子不能說話了，但是兩人心靈相通、互相關懷。阿嬤年輕時辛苦持家，照顧家人；現在生病了，換阿公來好好照顧她。

阿嬤一星期才一次大號，而且還要服用軟便劑。醫師詢問有無大黑便？阿公回答



■ 曾景新醫師教黃阿嬤如何自己做復健。



■ 莊劉阿嬤和阿公都是童養媳和養子，兩人身世相同、相知相惜。



■ 曾景新醫師期許自己有生之年樂當一個不請之師，在能力許可之下，也要多多參與義診。

沒有，令大家虛驚一場。詳細檢查阿嬤的用藥沒什麼問題，醫師再檢查阿嬤的腳，發現腳筋很緊，叮嚀行動要小心，否則很容易骨折。阿公說，以前都扶她走路做復健，現在不行了，阿嬤只要一用力、腳就會抖個不停。阿公照顧到患有糖尿病的阿嬤完全沒有褥瘡，著實不容易。他倆雖是童養夫妻，卻能夠相互疼惜，就算再辛苦也甘之如飴。

一九一八年出生的王阿嬤，高齡九十三歲，看起來卻很「少年」；髮色烏黑、皮膚很好，臉上一點斑都沒有，真的是「駐顏有術」。她罹患高血壓和輕度中風，一看到醫師們來，馬上就告狀說照顧她的外勞都嫌麻煩，不願意煮稀飯給她吃。志工隨即領著外勞，教她使用電鍋以一對六的比例煮了半杯米，讓阿嬤中午就有稀飯可以吃了，阿嬤好開心；外勞學到了煮稀飯的要領，也很歡喜。醫師除了檢查血壓、

用藥以外，還親自查看阿嬤的居住環境，看到了整齊乾淨的臥房才能放心。

不以金錢計 真情才無價

現任彰化縣社頭鄉衛生所主任的曾景新醫師，曾是慈青，今天是第一次參與這樣的人醫義診。他很感慨現在的醫療環境，社會人口結構趨向高齡化，老年人罹患中風、糖尿病而不良於行者衆，而少子化更讓這些長輩們欠缺良好照顧。現在的醫師工作模式都是定點看診，由病患自行前往就醫；而不良於行的病患們，便在如此環境下被迫放棄那一線生機，無奈地待在家裡、苟延殘喘。

曾醫師很認同慈濟的義診，造福了偏遠而難以就醫的病患。他期許自己有生之年樂當一個不請之師，在能力範圍許可之下，能夠盡量參與義診。更要持續不斷，就算只有一位病患也願意往診，因為這

分價值並不能以金錢來衡量。其實參加義診，當下收穫最多的是自己，因為實現了當初選擇當醫師救人濟世的那份志願，希望此次的義診能拋磚引玉，影響更多醫療界的人士共襄盛舉。雖然往診不敷成本，卻能幫助交通不便的病患得到身心靈健康，其意義不凡，也是身為醫師的使命。

徐麗貞隨行護理師分享說：「第一次參加義診，很緊張、什麼都不懂。往診時觀察曾醫師看診，很用心的在照顧病患，不只看診，還關心生活飲食起居，以及心靈的膚慰，真是一位良醫。就像上人所說的，在慈濟需要的是良醫、而非名醫，希望能再次有機會參與義診活動。」菩薩所緣，緣苦衆生。此次義診在衆志成城、同心護持下圓滿完成，每個人都帶著滿心的感動，體會不同的生命意義。

臺灣 貢寮 新設駐診點 便民獲好評

2010.09.05

文／莊淑娟 攝影／黃碧雲

受到瑪瑙颱風外圍環流影響，天空時而下起大雨、時而露出陽光，秋風陣陣吹拂，更添涼意。九月五日一大早，人醫會及志工們的車隊一輛接著一輛，依序往臺北縣澳底國小前進，準備兩個月一次的義診活動。診療箱、藥箱、看診的機器設備，一一的被抬下車就定位，大家整隊後，陸續往各自的駐診點及往診路線出發。

澳底義診總共有七個駐診點及兩條往診路線，原本義診點只設立在澳底國小，但由於貢寮鄉幅員遼闊，居民都是一個一個村落聚集在一起，彼此間交通較為不便。



■ 負責澳底義診路線規劃的志工賴玉梅(右一)，親切的問候來看診的村民。



■ 牙科醫療巡迴車在「貢寮社區活動中心」新駐診點，為村民提供看診服務。

而住在村落的居民大多是年紀大的老人，孩子也多在外地上班，考量村民到澳底國小看診的交通諸多不便，在志工們細心規畫下，成立了新駐點「貢寮社區活動中心」。

新駐點開診 熱誠又專業

「我們這邊要辦義診活動，如果有需要的時候，歡迎大家來跟醫生互動。預防勝於治療，不一定要拿藥，如果身體不舒服，可以來找醫生聊聊，參考看看。如果有空，歡迎大家來當志工……」志工賴玉梅在此次義診活動前，挨家挨戶熱誠地邀約貢寮村的村民們。

負責澳底義診路線規劃的她說：「這次在貢寮社區活動中心設立新駐診點，主要是因為這邊有四個村，活動中心又剛成立

沒多久，借用這個活動中心讓村民看病比較方便。」今天有五十一位村民來看診，看到村民對我們的信賴，肯定志工多年來的付出，讓志工們感到安慰，也勉勵自己繼續讓村民感受到人醫會的熱誠及專業。

居民響應當志工 濃濃人情醫病親

除了分享義診訊息外，也有四位當地的居民前來當志工，分別協助掛號或是引導等等。由當地村民就地服務，讓看診的村民更添親切感。不僅與當地資源結合，也能夠藉由這個機會呼籲更多人加入助人的行列。

八十四歲的林吳阿嬤，拄著柺杖、緩緩地步行到活動中心，志工看見趕緊上前攙扶。阿嬤因為感覺眼睛朦朦朧朧的，再加上睫毛倒插，知道這邊有義診就趕緊來

看眼科醫生。志工們一路陪伴、協助阿嬤依序辦理掛號、就診。

住在貢寮村的阿嬤說：「以前看醫生要到基隆或是臺北，路途遙遠；後來雖然慈濟有辦澳底義診，但是從家裡到澳底，跑一趟車就要花計程車費二百四十元，既花時間也浪費錢。現在走路就可以到了，對於我們這種不會賺錢的老人很好。我要感謝你們照顧我們這些老人，有你們真好！」

「阿公，這邊請！」、「阿嬤，小心走好！」林偉民細心攙扶著來看診的阿公阿嬤。住在貢寮村的偉民，今年大學剛畢業，利用等待當兵的空檔，第一次來當志工。只要看見來就診的村民們，便熱心地向前招呼，和他們閒話家常。

他說：「這次來當志工，是因為賴玉梅師姊在發義診傳單時，邀約我來當志工。我當下馬上就說：好啊！其實之前就有聽說過慈濟這個團體，再來是看到八八風災時志工們的付出。因為當時半工半讀，時間無法配合、沒辦法參與救災行列，這次來幫忙看看。第一次做志工感覺很新鮮，覺得這個團體跟外面不一樣！如果以後還有機會的話，我會再來。」

志工們貼心規劃新駐診點，方便村民看診就醫，將義診服務延伸到每一個社區，守護村民健康由點、而線、到全面，形成綿密的健康服務網。同時結合當地人力資源，廣邀居民一同參與志工的行列，就地服務村民，讓整個義診活動人親、土親，濃濃的人情味散布在會場的每個角落。🌱



■ 林偉民(右一)利用等待當兵的空間時間，第一次來當志工，熱心地向前攙扶需要協助的民眾。



讓家不再受傷

文 / 蔡宗晃 大林慈濟醫院身心醫學科主治醫師

近年來家暴通報日趨嚴重，聲請保護令人數大幅成長。最令臨床工作者擔憂的是，割捨不掉親情關係的受虐婦女。許多婦女因為沒有經濟基礎，慘遭丈夫施暴送醫後，仍不願提出家暴告訴；或者被社福機構安置後，過於思念子女，又逃離安置中心，回家陪伴孩子再度過著受虐生活。

星火會燎原 跨際合作阻家暴

網絡防治成員面對不斷的挑戰、在各領域尋求橫向聯繫，為的就是協助被家暴者與性侵害被害人。很多事件就像星星之火；星星之火可以燎原，而我們的工作就是要協助滅火、讓家暴不再延續下去。所以不論是司法、警政或是醫療單位，都需要我們一同攜手協助，讓被害人獲得真正的保護。

我們發展了高危險簡單評估機制，邀請防治網絡成員共同參與會議，讓大家對個案的危險狀態可以有精確的掌握，共同阻斷危機發生的因子、維持法界判決的一致性，使得危機個案量下降。目

前我們已經看到初步的成效——大多數的個案不再受到肢體上的暴力，被害人在精神及肢體上已完全不再受暴，有效地提升被害人的人身安全、也改善生活的品質。

生活無懼 基本人權

受暴的個案曾回饋：「以前我的無助及自我孤立，不知道有這麼多人可以幫忙我。先生打我，我就是逆來順受、認命地過日子；現在我學會保護自己，如果我再遇到先生這麼對我，為了自己和我的孩子，我會毫不猶豫立刻去報警。因為我不想要縱容他傷害我，也想讓先生知道，其實我有能力保護自己；就算我自己的能力不夠，我還有社會上的資源幫助我。」這段對外求助的歷程，讓她學會保護自己，知道自己不孤單，勇於向這些專業人員求助，讓自己和孩子不再日日處於恐懼中。

「生活無懼，是基本人權」，還在暴力陰影中的人、無須害怕，要勇敢站出來。家暴絕不是家務事，是犯罪行為，應給予譴責。一忍再忍，只會讓問題越來越嚴重；

建立自信、尊重自己的價值，一定要勇敢站出來。

圍牆外的暖流 撫平家庭缺口

在晤談椅上坐久了，自然也會感覺到一種需求，除了知人工作之外，也很想做一些更有意義的助人工作，於是更用心投入家暴與性侵害評估、及行為矯治工作，希望幫助更多人遠離傷害，放心擁抱自己的生活。在過程中，我不覺想起一位受虐者告訴我的話，「不管你以為自己多瞭解創傷的病痛及情緒，你仍然是站在圍牆的另一邊看著我們，你無法真正了解我們痛苦的真正感受。」這樣的心情告白使我深深感到受害者的孤單與無助，也或許彼此成長過程的差異，無法完全百分百貼心體會受暴家庭的內在掙扎和痛苦；也期許能夠推動社會，減少對家暴及性侵害的誤解及偏見。此業務投入的過程是艱辛和漫長的，所幸有家人無限的寬容及鼓勵，還有我所服務的大林慈濟醫院及中正大學犯罪防治所提供我充實的研究環境、以及志同道合、共同奮鬥的夥伴互相激勵，一齊致力服務人群的使命，我期盼透過幫助更多遭受家暴者站起來，甚至是協助加害人治療，讓更多的家庭得以健全與歡笑，也以鼓勵更多的婦女，為了您與孩子，一定要勇敢的求助，會有一群人站在您的身邊給您各種層面的幫助，也鼓勵更多人能加入防治家暴、性侵犯的團隊，一起從事建造安詳及和諧社會的工作。🌱

暨評鑑績優縣市



蔡宗晃醫師長期投入犯罪防治的理論與臨床實務，是嘉義縣家庭暴力及性侵害防治委員會委員及相對人鑑定人，協助相對人作身心狀況評估及處遇狀況修正，尤其是困難個案常須藉由蔡醫師醫療上的介入。蔡醫師亦協助被害人作創傷評估及自我形象的重整。且針對過往家暴審前鑑定的修正，以其家暴加害人簡易評估表每週作評估，數年來未曾間斷，並協助整合嘉義縣各系統而達一致性，使全國家暴案件上升時，嘉義縣是唯一再犯案下降三分之一的縣市，在家暴防治業務表現優越。蔡醫師更是臺灣首位舉出「嬰兒搖晃症」為家暴指標的證據原則。蔡宗晃因全力投入家暴防治而獲得全國推動家庭暴力、性侵害及性騷擾防治工作有功人士。



楊桃傷腎？

文 / 林麗玉、王雅萍 臺中慈濟醫院藥師
編審 / 陳一心 臺中慈濟醫院醫師

Q

電視新聞曾出現腎衰竭病人吃楊桃後差點喪命的報導，楊桃中是不是含有不宜食用的毒性成分呢？洗腎病人真的不可以吃「楊桃」嗎？

洗腎病人因為腎功能不佳，無法自行排除體內代謝廢物，須經由持續性血液透析方式進行過濾。楊桃中的某些物質確實會導致腎衰竭病人產生腎毒性及神經毒性，因此洗腎病友必須避免食用；但對於腎功能正常的人來說，食用楊桃不但不會有任何危害，甚至楊桃中富含豐富的纖維質，還能降低葡萄糖的吸收。

楊桃屬於酢醬草科 (Oxalidaceae)，巴西人叫它做星之果 (Star fruit)，學名為 *Averrhoa carambola*。原產地在錫蘭、東南亞、馬來西亞，甚至中國南部、印度及臺灣也都盛產楊桃。曾有報導指出，洗腎病友不適合食用楊桃 (或原汁) 的原因，是楊桃中所含的鉀離子較高，

結果連一些健康的人也不敢碰，深怕楊桃所含的鉀離子會增加腎臟的負擔。其實鉀離子是我們體液中主要的電解質之一，它存在於我們的細胞中，可用來調節滲透壓，平衡體內酸鹼值以及神經肌肉衝動的傳導。除此之外，鉀還參與了細胞內蛋白質的合成及肝醣的生成。血液中的鉀離子過多或過少，確實都會影響肌肉及心臟的功能，但對於腎功能正常的人，很少會因為食物中所含的鉀離子而導致血中鉀離子過高的。

早期對於楊桃導致腎衰竭病人產生毒害症狀的原因，原本都著重在楊桃中所富含的鉀離子，但經由臨床案例研究後發現與鉀離子並無相關性，因為在這些病人身上都沒有血中鉀離子過高的現

洗腎病友飲食原則

- ⊕ 補充每天所需熱量，以熱量高與低蛋白質含量為補充要點，如：蜂蜜、白糖、冰糖。
- ⊗ 禁食高鈉飲食與醃漬、罐頭等加工食品，如：味噌、沙茶醬、味精、豆瓣醬。
- ⊗ 少吃高鉀飲食，如：花椰菜、菠菜、茼蒿、扁豆、肝臟、香蕉、葡萄柚。
- ⊗ 其他禁食食品，如：豆腐、豆干、堅果、雞精、濃肉湯。

象。因此目前懷疑楊桃中可能造成腎衰竭病人產生不良反應的成分為酢醬草酸 (Oxalic acid)，這個化合物有可能會抑制大腦功能，引起一些類似癲癇的可逆性急性神經中毒症狀，在動物實驗中已經證明酢醬草酸確實有影響大腦的作用。過量食用楊桃 (或原汁) 還會造成酢醬草酸堆積於腎小管，使得腎小管壞死，進而造成腎臟毒性。也有學者認為是楊桃裡面一種 AcTx 的神經毒素，它會抑制 GABA (一種神經接受器) 的聯結而引起癲癇發作。由於腎衰竭病人排除這些毒素的能力不佳，因此才會有這些神經及腎臟的中毒反應，但這些成分都還需要進一步的實驗才能證明其相關性。

洗腎病友吃過楊桃 (或原汁) 之後會

產生一些神經及腎臟毒害反應，依據嚴重度分為三級，第一級為輕度，症狀包含打嗝、嘔吐及失眠。第二級為中度，會出現神經官能方面的症狀，例如：四肢麻痺、癱瘓、癡呆及意識模糊。第三級最為嚴重，會產生癲癇、中風、昏迷、尿毒症及代謝失衡等急症。基於以上這些神經及腎臟毒害的可能性，洗腎病友必須絕對禁止食用楊桃 (或原汁)，以避免發生這些中毒症狀。腎衰竭病人若真的因為食用楊桃而出現神經及腎臟毒性，可立即進行血液透析來排除毒性物質進而緩解症狀。🌱

可以 免洗腎

口述／蔡宏斌醫師 大林慈濟醫院腎臟內科主治醫師
修訂／張雅萍 大林慈濟醫院護理師



「我咁要洗一世人？」這是每一個洗腎患者揮之不去的夢魘。在一般人的認知裡，「洗腎」這張標籤一旦「貼」上身，就永遠也撕不掉、沒有擺脫的可能性；倘若有結束的一天，那也是生命抵達了盡頭。這種看不到希望的沮喪、如影隨形的灰暗，大大地超越了糖尿病、高血壓等其他慢性疾病。

腎小管壞死 終須洗腎

沒生病之前，七十三歲的黃阿嬤除了纏身十幾年的下背痛，以及服用高血壓藥物外，身體算是相當硬朗。平日至左鄰右舍四處串門子，悠然地過著簡樸的農村生活。二〇〇九年十月，黃阿嬤被緊急送到大林慈院急診室，經血液檢查，是尿路敗血症合併敗血性休克，而且因為呼吸衰竭必須插管急救。一時之間，阿嬤的生命徘徊在鬼門關前。

入住加護病房期間，阿嬤因休克引發急性腎小管壞死及寡尿現象，即便用了強力利尿劑仍然無法排尿，從此開始

每週三次規則的血液透析治療，也就是俗稱的「洗腎」。歷經三十三天極力地搶救與照護，阿嬤從重症狀況中逐漸康復，從依賴呼吸器到能夠自主呼吸，雖然還要規律地洗腎，但總算可以出院了。「醫師，我咁一世人攏要洗腰子？」阿嬤很高興自己撿回一條老命，但是得知每週還要洗腎三次，還是難掩滿臉愁容。

洗腰子也可以減洗

「如果您能遵照醫師講的、好好控制，就有機會減少洗腎次數。」這些話並非一時的安慰哄騙。由於造成阿嬤洗腎的初始原因，並不像原本就有多重疾病的洗腎患者，所以應該有這個機會。

「洗腰子也可以減洗喔？我以為一世人攏要洗。」阿嬤雖然半信半疑，但是這小小希望仍然支持著她和家屬，記得醫師的叮嚀——千萬不能放棄。雖然阿嬤的心情偶有烏雲陣雨，但仍是一位合作的病患，日常生活很嚴格地控制水分



臺灣洗腎人口居世界之冠：其實不要害怕洗腎，越早配合醫師治療，腎臟機能就越有回復的可能。

攝取。接受治療的這五個月當中，腎臟科團隊針對阿嬤殘餘的腎功能不斷地評估，規劃是否有機會脫離透析治療。因此當阿嬤的排尿功能漸漸恢復，每日尿量達到八百至一千毫升時，這分努力終於化成甜美的果實了。

那天，是腎臟科主任蔡任弼醫師到斗六門診輪值。「阿嬤，要跟您說一聲恭喜喔！您控制得很好，現在可以減成每週洗兩次、每次三小時就好。繼續加油，說不定還可以再減喔！」當醫師告訴阿嬤可以暫停洗腎治療時，當下阿嬤雀躍的心情表露無遺。「真的喔！」布滿皺紋的臉龐露出可愛的笑容。打從洗腎的第一天起，不少人就對生命失去盼望，說是認命了、卻總是心有不甘，想要擺脫這樣周而復始的循環。現在看到阿嬤的成績，好似有翻案的機會了。

配合治療 機能回復

根據健保局資料，全臺灣每年有百分之十到十五的病患，可以脫離洗腎超過

三個月以上。這群因為中毒、休克或其他原因造成腎衰竭急性惡化的患者，洗腎一段時間後，是有機會回復腎臟功能的。而腎功能的「回復」，還包含三個必要條件：第一、沒有尿毒症；第二、尿素氮小於每百毫升八十毫克、肌酸酐小於每百毫升八毫克；第三、在使用利尿劑下，每日尿量大於五百毫升，而且沒有心臟衰竭症狀。符合這三項條件，而且嚴謹地控制水分，能持續超過三個月者，即定義為腎功能回復。

隔年二月，阿嬤在積極配合醫師治療之下，從每週兩次、每次三小時，降為一週一次；洗腎五個月之後，她終於可以不用洗腎了。「阿嬤，您可以不用來洗腎了喔！」阿嬤的人生，自此由黑白轉成彩色了！🌱

糖尿病 也能有好牙

文 / 游雪峰 花蓮慈濟醫學中心住院糖尿病個案管理師
編審 / 花蓮慈濟醫學中心護理部健康專欄編輯小組

一般人很難將糖尿病與口腔問題聯想在一起。一九九〇年，國內外開始陸續有一些糖尿病與牙周病的相關研究出現。牙周病是一種口腔內細菌慢性感染的疾病，會破壞牙周組織造成牙齒鬆動，嚴重時牙齒會掉落，盛行率高達百分之九十以上。有的學者認為牙周病會導致細菌進入血流，產生發炎性生物訊號的細胞被激化，這些炎性細胞如果破壞胰臟中負責分泌胰島素的細胞，可能會引發第二型糖尿病；有的學者則認為糖尿病病患因為身體長期處於高血糖的情況下，容易發生各種合併症，包括容易忽略的口腔問題，國外研究數據顯示第二型糖尿病患罹患牙周病的比例是非糖尿病患的三點四倍。

雙向因果 糖尿病易影響口腔健康

姑且不論哪一個是因哪一個果，絕大多數都認為牙周病與糖尿病的關係是雙

向的，牙周病的發生是血糖控制差的指標之一，而糖尿病則是牙周病惡化的原因，甚至有學者將牙周疾病列入除了視網膜病變、腎臟病變、神經病變、大血管病變及婦科問題之外的第六個糖尿病合併症。

二〇〇五年由衛生署國民健康局委託臺灣口腔衛生學會一項有關臺灣地區糖尿病患者之口腔疾病現況及照護需求，統計發現百分之九十二點三的五十歲以上糖尿病患者罹患破壞性牙周炎。對糖尿病患而言，比較常見的口腔問題有：一、唾液減少、口乾、口角炎。二、牙齒鬆動、傷口癒合能力差、易生黴菌感染。三、牙齦腫脹。四、味覺功能變遲鈍。五、齲齒等。

做好口腔保健 免除牙周危機

糖尿病患如罹患牙周病，治療與一般非糖尿病的患者沒有什麼不同，但需留意幾項重點。第一為治療期間糖尿病用



慈濟人醫會成員常到各地教小朋友刷牙，從小培養良好的口腔衛生習慣。圖為海地義診賑災，志工送牙刷給小朋友，進行口腔衛教。攝影／陳清旺

藥要正常，做好飲食控制及自我血糖監測。建議病患利用早上時間進行牙科治療，減輕焦慮。治療前一定要吃早餐，避免發生低血糖。再者，牙科治療時期通常不需要改變糖尿病用藥，但如果治療時間長，則必須與醫師討論治療當天是否減少糖尿病藥物劑量。而治療後也要依進食狀況調整糖尿病用藥。平時就要做好口腔保健，原則如下：

- 平時就要隨時檢查牙齒健康情形。例如吃冰或熱飲時，牙齒是否會感到酸痛？刷牙時，常常流血？有口臭？牙齦有萎縮、牙縫變大？牙齒搖動？如有口腔問題，須趕快就醫。
- 做好口腔清潔，於餐後及睡前刷牙可減少細菌滋生、防止蛀牙產生；選擇含氟牙膏及軟毛牙刷，每三個月更換牙刷，或牙刷刷毛已開叉時就要更換。
- 每半年接受牙醫師定期口腔檢查及洗牙，必要時增加次數。國人平常有進

行口腔檢查的比率普遍偏低，大都是出現牙科問題才就醫；二〇〇二年衛生署調查「國民健康促進知識、態度與行為」結果發現，有定期每半年到牙科診所洗牙與檢查口腔的比例只有百分之二十點五二；二〇〇八年國內學者也分析二〇〇〇年至二〇〇四年臺灣地區三十五歲以上居民每五年看牙科的比率僅有百分之六十四，遠低於歐美國家。

要預防牙周病，不可以忽略平時的口腔檢查，如刷牙時出血、牙結石……等，除了可以早期發現、早期治療，對於有糖尿病的您更是重要，因為有一口好牙，控制血糖時可以選擇的食物種類就更豐富，生活的品質也就增加了。🌱

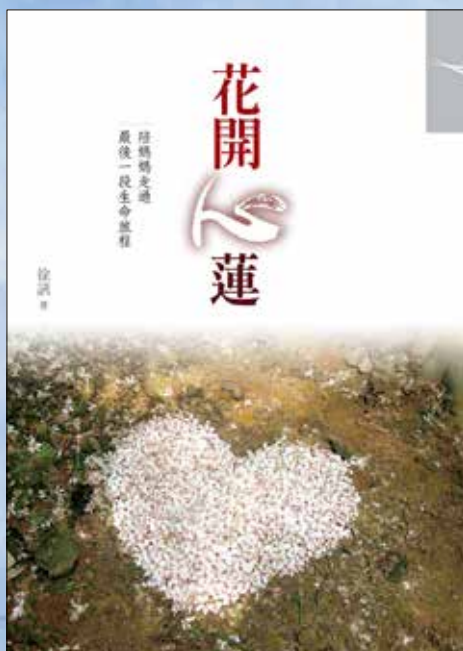
暴風雨前的 寧靜

作者／徐凱

我常覺得人的心應是世界上最遼闊的地方，既可保存歡樂的回憶，同時也可以裝下悲傷的、憤怒的、沮喪的、失意的，人的情緒有千百種，心一定要夠柔軟夠寬廣，才能容納這麼多這麼多樣的情感。

失去媽媽的缺憾無法彌補，但我相信，媽媽在另一個世界一定過得更快樂更健康，無憂無慮的沒有煩惱，若我傷心痛哭無法走出喪母之慟，媽媽一定會心疼難過，所以我一定要趕快振作起來，好好過日子。

現在，我要說，媽媽，我過得很好，雖然你若還在的話會更好。你呢？你過得好嗎？



靜思、印刻出版



在

媽媽狀況穩定下來後，我們生活確實恢復至正常。不，是更好。家人受到媽媽罹癌的刺激，一開始都很擔心媽媽不久於人世，所以大家都特別殷勤，也對彼此特別容忍，於是那段時間的家庭生活特別美滿。

那時候，我也得了一種姑且稱為是「恐腫瘤症」的病，所謂「一朝被蛇咬，十年怕草繩」，罹患惡性腫瘤的痛苦與不便、精神上的焦慮與不安，沒有親身經歷，是沒辦法明白這種感覺的。

全家神經緊張 都有恐腫瘤症

為了能讓小狐長命百歲，能夠榮登百年狗瑞的地位，我們這一家子當然要好好照顧牠。屈指一算，小狐的八合一疫苗好像很久沒有施打了，於是我們挑個大家都方便的時間，驅車帶牠去獸醫診所注射。

小狐記憶極好，一看到車子停在獸醫診所的門口前，牠就嚇得跳到車子的腳墊上，尖尖的狗嘴直往前座底部鑽。可惜鑽得進狗腦袋瓜，卻塞不進肥滋滋肉顫顫的狗屁股，看牠那個大屁股露在外頭，只有狗頭得到庇護的模樣，實在是駝鳥心態！老爸老實不客氣，一雙大手往牠的大屁股抓去，小狐就這樣狼狽地被活逮了。被迫押進診所裡，小狐在潔白的地板上死命掙扎，誓死不進診療室。被連扯帶拖地架上診療台，牠早就嚇得四肢發軟，全身發抖，抖得連鐵製的診療台也跟著動起來，撞到旁邊的鐵椅子，發出「咖啦、咖啦」的聲音，此時牠連自己叫什麼名字大概都忘了吧。量完肛溫後，醫生亮出他的刑具一針筒，接著醫生磨「針」霍霍向狐狸，說時遲，那時快，醫生手起針落，小狐「凹鳴、凹鳴」兩聲，極刑已然結束。



回家後，小狐悶悶不樂了兩天。在牠小小的狗心靈裡，應該是覺得牠被牠最信任的人類給背叛了吧。話雖如此，狗類畢竟是健忘的動物，香噴噴的狗食送到面前，小狐就大方地「前嫌盡釋」了。

如此過了二星期，根據醫生的吩咐，終於可以幫小狐洗澡了。我們一家子忍受牠的體臭已達十四天，如此時辰一到，「行刑！」小狐再度被人類無情地拖到浴室洗澡。酷刑過後，小狐已變得乾淨可人，終於可以再度回到我的懷抱。

在我懷抱裡的小狐，小臉上盡是無奈，眼神透露出身為犬輩、就像油麻菜籽一樣沒辦法自己決定主人的深沉悲哀。我則趁牠還不臭時，好好幫牠「馬殺雞」、按摩牠的小背。

經過一番上下其手，我忽然摸到一個奇怪的東西，一顆硬塊在小狐的皮下，我感覺一陣不安，以前好像沒有呀，這到底是什麼東西？不會吧……難道是……莫非是……是那個……是那個……

我招來爸爸、媽媽和姊姊，三個人六隻手在小狐的背上這邊搓搓、那邊揉揉，幾分鐘後，每個人面色凝重，不發一語，我們心裡想的大約是一樣的。

媽媽沉默不語，只是到廚房洗菜料理食物，我猜，可能是要準備小狐的最後一頓晚餐，想要給牠做豐盛的好菜吧！誰知道，媽媽洗了一個甜菜頭，削了兩個蘋果加蘋果皮，再加上一堆苜蓿芽，丟到果汁機裡，打一杯十分詭異的蔬果汁，原來是準備給小狐吃生機飲食。孰料，小狐的小鼻子聞到生菜的腥味，嫌惡地把小腦袋別開任憑軟硬兼施，那條犬硬是不喝，最後媽媽沒轍，只好自己喝掉了（可憐呀，人喝狗不要的東西）。

第二天，大家很沉重地帶小狐回去找獸醫，準備好切片檢查，動手術割除腫瘤、化療、電療的打算，我們心裡沉痛地想到，想不到，繼媽媽之後，小狐，竟然是第二個！天呀！老天爺為什麼對我們這麼殘忍？厄運又再度降臨在我們家庭？姊姊一個人在旁邊碎碎唸，說是家裡房子的風水不好，或是祖墳出了問題？不然怎麼會接二連三的發生這種事呢？

獸醫聽我苦著一張臉描述小狐的病狀後，伸手一摸，「根據我的判斷，應該是……」

正當我思緒翻騰、苦惱久思時，獸醫說出了決定性的一句話：「根據我的判斷，應該是打八合一疫苗後出現的反應，這與體質有關係，就跟有的人打針會腫一塊起來一樣。」結果，小狐並沒有長腫瘤，那只是打針後的小小反應，拿熱敷袋或暖暖包來熱一熱就沒事了。

所以是虛驚一場。媽媽高興地直向獸醫先生打恭作揖，嘴中不住唸道：「謝天謝地！謝天謝地！還好不是腫瘤！還好不是腫瘤！」老爸則是大大地鬆了一口氣，伸手緊緊把小狐抱在懷裡，欣喜之情溢於言表，姊姊也露出開心的表情說道：「嚇死人！還好沒事。」

由此可見，此事對我們影響之深遠、恐懼之深邃。

罹癌的好處？

得到癌症，絕對不是天上掉下來的禮物，不但要接受化療、電療等可怕、磨人又痛苦萬分的治療，還得捨棄平日放縱又享受的生活，逼自己吃一些乏味平淡、貴得要死又看不出有什麼效果的有機食物，也有許多額外的支出，例如住院費、營養補給費等等，生活的品質更低落許多。雖然如此，還是有一點點、一點點的好處。



媽媽經過兩次化療的結果，身體虛了點，臉蛋瘦了點，也使她掉光了頭髮，必須搖晃著一顆光溜溜的頭顱，四處遊盪。即使綁上花俏亮麗的頭巾，還是讓人一眼就看得出她的疾病。好長一段時間，家裡有客人來時，媽媽總是避不見面，甚至連左鄰右舍也躲著。因為媽媽的病容。讓她得到某些特定族群「特別關愛」的眼神，這特定族群包括詐騙集團（宣稱有神奇療效的藥物、醫療器材）、以傳教為目的的宗教團體（可能還會販賣經過加持的神奇藥膏）、藥商、營養食品業務員等人。

話說回來，社會大眾對這類病人還是特別寬厚的，我可以依此判定臺灣還是一個有愛有關懷有溫暖的好地方，並不完全是個貪婪之島，所以大家還是要對臺灣有信心，更要對臺灣有愛心。

經過這些磨難，最大的轉變是，因為媽媽的癌症，姊姊學會整理家裡，把客廳收拾得乾淨整齊耳目一新，爸爸學會收拾碗筷和擦桌子，還會主動幫媽媽按摩壓穴道，我則學會判斷一堆來路不明的昂貴靈芝、沒經過認證的醫療儀器有沒有用（通常是有心份子的詐騙行徑），更懂得如何應付如何打發一些打著關心名號、實則企圖推銷牟利的不肖商人。

更重要的是，經過這件事，使得我們一家人深刻醒悟到，健康是一件多麼重要的事，只要我們一家四口能夠團圓生活在一起，就是一件歡欣喜樂的天大地大的好事，也許，發現，有緣能做一家人，就該好好把握、珍惜吧！

不管發生什麼事，總是要學學如何發掘其中的好處和光明面，是不？就算性命受到疾病的威脅，還是有些好事情值得讚揚和珍視的，是不？

這就是好處了。🌱



慈濟醫療誌

慈濟醫療六院一家

日日上演著無數動人的溫馨故事

真善美志工與同仁用感恩心

見證慈濟醫療人文之美

- ◆為解決偏遠地區醫療缺乏的問題，嘉義縣和大林慈院合作，以古禮迎親的方式將乳房攝影車娶回「嘉」，並將提供縣民三加一的行動醫療，守護老化縣民的健康……
- ◆肺動脈高壓是罕見的心肺疾病，花蓮慈院特地成立的第一屆病友會上，各個醫護人員與病患們齊聚一堂，一同來分享正確的照護知識與經驗……
- ◆骨密講座來囉！每年暑假尾聲，玉里慈院都會與慈濟技術學院合作，一同來宣導正確「保骨本」的觀念，這一次還增加了骨質密度的檢測，讓數字親自來告訴你骨質年齡……
- ◆劉先生因工傷意外導致脊椎受傷，遍尋各大醫院仍沒有結果，就在生命陷入絕境時，在一群醫療志工以及慈院醫護人員的幫助，為他的心田注入暖流，更教會了他善用生命，參與志工做環保……
- ◆為迎接臺北慈院新進的一批生力軍，迎新會上一系列的經驗分享，期望這個大家庭的熱情讓新人能盡快融入，一起成為視病如親、拔苦與樂的大醫王與白衣大士……
- ◆暑假期間，關山慈院與國際獅子會共同舉辦了一系列的活動，目的就是希望教會孩童們如何保護自身健康與安全，期盼他們能在遊戲中學習，將觀念融入生活中，暑假不留白……

大林

九月五日

乳房攝影車 巡迴繞鄉間

嘉義縣政府和大林慈院舉辦「行動有愛、健康趴趴 GO—嘉義縣三加一行動醫療服務列車娶親會」，在一百多位鄉親的陪同下，名為「健康」的行動醫療車，北上迎娶乳房攝影車「幸福」回「嘉」，並託付給大林慈院，將醫療打包駛進偏遠地區，讓不便到大醫院就醫的民衆，也能過得健康又幸福。

行動醫療三加一 趣味迎親印象深

此次娶親會，大林鎮各社區關懷據點動員約一百二十位鄉親北上「逗鬧熱」，除了明華社區外，明和、中林、上林等社區的阿公、阿嬤們也都起個大早，不到六點就從大林分乘三部遊覽車北上，共同見證這一場別開生面的婚禮。

婚禮開場先以「鑼鼓喧天一迎親樂」帶動現場氣氛。而來自大林鎮明華社區的鄉親們，帶來活力十足的「好快樂好歡喜」健康操，國民健康局長邱淑媞、嘉義縣張花冠縣長、大林慈院賴寧生副院長及嘉義縣衛生局鍾明昌等人也跟著動起來，展現健康

■ 嘉義縣長張花冠（左）和大林慈院副院長賴寧生交換象徵性的鑰匙，象徵結親同合作



活力。在宣告結婚典禮正式開始一刻，現場奏樂、鳴環保鞭炮聲同時響起，在挑著聘禮與嫁妝的鄉親引導下，新郎——「行動醫療車」與一身粉紅的新娘——「乳房攝影車」緩緩由兩側走上紅毯，擔任伴娘的「子宮頸抹片車」也陪伴一旁，今天活動的主舞台，則是擔任伴郎的「行動衛教車」。

男方主婚人由嘉義縣長張花冠擔任，女方主婚人則是大林慈院賴寧生副院長，國民健康局邱淑媿局長擔任證婚人，當場宣讀結婚證書，期盼攜手邁向社區行動醫療服務新紀元，共同創造「人民健康與永續環境共存共榮」的田園城市，守護嘉義縣民的健

康。隨後在結婚證書上簽名、交換特製的大型車鑰匙作為信物，在鄉親們的歡呼和掌聲中，遵循古禮一一完成結婚儀式，未來大林慈院一定不負使命，會交代「女兒」和「女婿」一起好好表現，不辜負鄉親的期待。

照顧老化人口 首創服務全照顧

人口嚴重老化的嘉義縣，六十五歲以上老年人口，至二〇〇九年已經佔百分之十五點零六，遠高於台灣地區平均的百分之十點六二，加上幅員廣闊，醫療資源分布不均，導致偏遠地區的民衆及老人就醫的不便，因此，為了縣民健康福祉，嘉義縣六十年來首位女性縣長張花冠，為打造一部全新的乳攝車，排除萬難爭取衛生署國民健康局補助一千八百萬元，同時又由於鄉下地方資訊不良，於是自籌二百五十萬元打造出鍾明昌局長構想出的行動衛教車，讓民衆在等候醫療服務的時間空檔，也能藉機傳播衛生教育、用藥安全等健康知識，再加上原有的行動醫療車和子宮頸抹片車，成立全國首創的「三加一行動醫療服務列車」，提供更先進、更便捷的社區醫療服務。之後也將結合慈濟志工和社區健康天使，在每一場巡迴醫療活動中廣為宣導，做到對民衆身心靈全方位的照顧。（文、攝影 黃小娟）

■ 行動醫療車迎娶乳房攝影車締結秦晉之好。象徵帶給縣民健康的幸福的婚禮。



花蓮

九月二日

肺動脈高壓病友會 罕見疾病多方照護

為關心病友們的健康，花蓮慈濟醫院特地舉辦了第一屆臺灣東部地區原發性肺動脈高壓病友聯誼會，原發性肺動脈高壓 (Primary Pulmonary Hypertension) 是一種罕見心臟、肺臟及血管嚴重病變，發生率約為百萬分之一至二，患病原因不明，以二十到四十歲的年輕女性發病率較高，但仍有學齡前的個案發生。此疾病從初期症狀到確診大約需要兩年的時間，但有些病患病程變化很快，等不及兩年的時間，就因為右心室的衰竭等問題而往生。

心肺疾病診斷不易 病友家屬交流打氣

花蓮慈院王志鴻副院長表示，原發性肺動脈高壓患者，初期容易氣喘、疲倦等，與許多心肺疾病的症狀非常類似，在剛發病階段不容易診斷出來，因此需要詳細評估病患疾病史、家族史以及藥物使用狀況，還要搭配心電圖、心臟超音波、心導管……等多項檢查，先確認肺動脈出現高壓現象，再排除其它心、肺疾病的因素，

才能確診是否罹患原發性肺動脈高壓。

會中齊聚一堂的醫護團隊、病友及家屬，分享一路走來的心路歷程，有的病友分享自己保持運動的習慣，也有媽媽分享照顧孩子的過程，而隨著醫藥科技的發達，有一位病患在接受治療之後，已經平安度過了十四年。小兒部鄭敬楓主任也透過簡報分享「肺動脈高壓患者的日常照顧方式及社會福利資源」，依照病患們的個別情況給予飲食和營養上的建議，提供適當的醫藥資源和解答相關疑問，讓病友和家屬能運用在日常生活當中。

活動最後鄭敬楓主任也與大家分享，病友聯誼會除了關心病友治療後的情況，最主要的目的，是讓病友互相加油打氣，並由醫護團隊提供病友與家屬心理支持與正確的照護方式，積極控制疾病，進而減少合併症之產生。希望未來定期舉辦的病友聯誼會，成為病友們互相扶持與鼓勵的互動平台，最重要的是大家都要健康的出席。（文、攝影／黃思齊）



■ 花蓮慈院王志鴻副院長（右二）、小兒部鄭敬楓主任（右一）與病友分享日常生活的注意事項。

玉里

九月七日

保命防跌不嫌晚 骨密講座促健康

隨著年齡的增長，骨質流失對健康的危害不容小覷，但預防之道，不光只是補充鈣質，還要養成良好的生活習慣和定期的運動，才能有效的預防骨質疏鬆。

為了在社區推廣健康的生活理念，每年玉里慈濟醫院與慈濟技術學院合作，在玉里靜思堂一樓舉辦「保命防跌、防疏抗漏」的衛教講座，邀請講師及愛鄉服務社的同學來一同來推廣，並設計了健康操和彈力球運動，讓鄉親們在輕鬆愉快的氣氛中，學習到正確的預防保健常識，今年還新增了骨質密度的檢測，讓參與的民衆在研習之外，能了解到自身骨質密度的指數，將社區健康促進，落實在居民的生活中。

改正舊觀念 運動保骨本

張玉麟院長致詞時表示：「許多上年紀的長輩，常一跌倒就必須送急診室治療，輕微的四肢骨折，嚴重的可能會造成頸椎或脊椎永久性的傷害，大家應當趁年輕時多運動，如此才能保命防跌、永保健康。」許文林副院長也補充說：「慈濟醫院在推廣預防保健這塊，首重個人的健康促進，歡迎大家有空要常來這裡參加講座。」

活動開始後，在技術學院蔡娟秀副教



■ 民衆對骨質密度檢測備感興趣，與檢測人員討論自己的骨質密度是否正常。

授帶領下，男女老少們配合著音樂律動，學習如何伸展少動的關節和肌肉群，像是使用彈力球來做伸展運動，並出二十題的「骨骼知識是非題」，由愛鄉社的同學們以一對一的方式對鄉親進行調查，改正舊有的錯誤觀念，將預防骨質疏鬆的撇步帶給參與鄉親，一場活動下來，既能運動保骨本又能學習到正確的方法知識。

善用暑假 服務過程多收穫

每年的開學前夕，配合慈濟醫院的服務工作，慈濟技術學院的同學走入社區，進行老人體適能檢測、衛教宣導及居家訪視，將平日所學發揮在社區健康促進的活動上，替長達二個月的暑假畫下完美的句點。

今年已二年級的孔繁郡同學分享說：「參加愛鄉服務社的活動，讓我獲益良多。過去，在學校裡或是醫院實習時，

我們學的大多是專業性的工作和治療技術，從沒想過學校教的知識，竟有機會在社區派上用場。此外，在服務的過程中，也同時學習到許多社區服務的技巧，這些是我們在校園裡所學習不到的，看

著參加活動的民衆能開心的做運動、學習保健之道，讓人覺得事前許多繁瑣的準備工作，一切都值得。」(文、攝影／陳世淵)



■ 玉里慈濟醫院張玉麟院長（左）和花蓮慈濟醫院許文林副院長（左二）一同與現場鄉親們同樂，一起學習如何「保骨本、促健康」。



■ 透過一對一問卷答題的方式，可以改正骨質疏鬆的觀念，學習到正確的保健常識。



■ 學員們個個拿著彈力球，隨著音樂的活潑旋律動起來，快速學會運動的方式。

臺中

八月二十七日

走出生命絕境 慈院就醫現曙光

因工傷意外導致脊椎損傷，肢體行動不便，家住苗栗公館鄉的五十歲劉先生，因長期臥床無人照顧，雙腳、臀部都有嚴重褥瘡，二〇〇七年底成為慈濟長期照顧戶個案，歷經奔波的醫療之路後，在苗栗志工協助下，來到臺中慈院陳子勇院長以及整形外科黃裕智醫師門診。

醫療慈善接力陪伴 參與環保化為感恩

在醫院，除了志工陪伴，還有社工師林怡嘉、人文室陳美佳師姊關懷，整形外科黃醫師與陳穎新護理師仔細幫他換藥，並細心提醒他，換了新藥的雙腳

若直接接觸地面，容易有細菌感染的問題，建議劉先生改變生活形態，試著在坐臥四、五十分鐘後，站起來活動筋骨，避免褥瘡持續惡化。此外，因為頸椎神經的問題也安排了陳子勇院長的門診，在陳院長耐心的解釋與詳細的問診之下，透過神經反射來測試頸椎神經功能，得知不治療的話可能會癱瘓，陳院長決定先跟醫學中心調閱片子檢查，待回診再進一步考慮手術的可能。

原本無人照顧的劉先生，看到專業耐心的醫護人員對治下藥，更有志工們的陪伴付出，他說，「慈濟人雖然不是我的家人，卻仍無所求的照顧我，能說的只有感恩。」現在的他參與慈濟環保，接觸佛法內心平和的他，願意接受未來任何的安排，雖然還有一段漫長的醫療之路要走，但卻讓原先陷入絕境的生活，看到一扇希望的窗。（文、攝影／梁恩馨）



■ 整形外科黃裕智醫師與陳穎新護理師一同幫忙換藥。



■ 陳子勇院長仔細問診，還有志工們一旁陪伴，讓病患相當溫暖。

臺北

八月二十八日

歡喜迎新 樂談經驗齊心行

「歡迎加入慈濟大家庭，從進來慈濟的那天起，我們就成為一大家子人囉！」司儀蔡佩珊充滿朝氣活力的問候著新進醫護同仁，在志工隊輔爸爸媽媽及先進學長姊的陪伴下，八十四位新進同仁很快瞭解慈濟醫院，將心安住在這個充滿愛的大家庭。

慈濟人文破冰 感動點滴入心

早晨六點多，慈院同仁與志工們就進入人文館著手佈置、反覆的彩排培養團隊默契，因為這次的新人營有十四位大醫王、五十二位白醫大士、醫技十四位、行政四位，共八十四位參與；從司儀、課務、活動、人事……慈院的同仁親自規劃，年輕活力帶動下，氣氛熱絡活潑。

首先，由吳福川師兄、虞珊明師兄帶領大家，分站瞭解慈院一磚一瓦用心經營的家，此外，更藉由資深醫療志工張美麗師姊，來分享投入慈濟的心路歷程，從抗拒，到一點一滴被無私的付出所感動、震撼，至今已投入慈濟二十餘年，期望大醫王與白醫大士們都能視病如親，全心投入醫療、奉獻已力，救助更多的病苦，四小時的新人課程，如同一趟破冰之旅，讓在座每一位社會新鮮



■ 志工吳福川、虞珊明大家分站瞭解慈院以及一磚一瓦的用心。（攝／許金福）



■ 透過活潑的帶動，新加入的醫護人員放開心胸，體驗不同的慈濟人文。

人與慈院新人，不僅對慈濟醫院多了一份熟悉也用心體會到慈濟人文。

點燃心燈暖人間 心素食儀長慈悲

各醫護同仁和志工們紛紛上臺與新進醫護相見歡，徐榮源副院長與大家分享他初入慈濟時的笑談：「常常在慈濟活動中聽到多用心、多用點心，我都聽

成多用『點心』，所以就拼命吃；後來自己投入志業，才發現不是如此，用點心就如同精舍製作蠟燭的芯心一般，要『點芯』才能亮起來。」徐副院長希望大家爾後也能在慈院裡用心看、用心聽、用心去感受，期許人人都能成為人醫典範，更能藉由一家人的團隊醫療為病人守護健康、守護愛。

去年參與培訓受證為慈濟委員的陳韻涵，四年多的志工經驗，讓她感受到「燃燒自己，照亮別人」內心處的法喜充滿，也發現到慈悲是可以被發揮到無遠弗屆的。

茹素十二年的影像醫學部蕭仲凱醫師，笑稱自己仍是慈院新人，三個月前才從臺大醫院投入臺北慈院；進入慈濟這個家也有滿滿的感觸：「事業完整不代表人生完美！走入慈濟才發現實現完美人生的可能。」蕭醫師鼓勵大家利用吃素來培養慈悲心，並分享道：「每日都在搶救生命，更需要慈悲心，素食有潛移默化的功效；多一分慈悲對病人的照顧與關懷就更加完善。」

培育莘莘學子 常保青春長駐

內科加護病房的廖婉婷，有著十餘年的護理資歷，但她的精神依舊活力有勁，充滿熱誠的提攜後進，期望能將這群思想奔放的年輕人，一個個培育為良護，並自許「福田一方廣邀莘莘學子、心蓮萬蕊共造愛的世界」，期許在座五十一位白衣大士用日行多善的心來幫助病患，並唱出一曲「沒關係」，藉此



■ 在內科加護病房服務的廖婉婷，已經有十餘年的護理資歷，她演唱「沒關係」，鼓勵新進同仁別怕遇到挫折。



■ 慈濟醫院獨有的「懿德媽媽」與新進護理同仁知心相契，懿德媽媽是護理人員的最大靠山。

勉勵新進同仁遇到任何挫折失敗時，告訴自己「沒關係」，拿出勇氣再站起來。

慈院新進同仁人文營，資深醫護學長姊的分享中充滿殷殷企盼，期待新加入的家人們，從做中學、學中覺，不再是一份職業，而是用一分入人群的心，用智慧實踐與服務人群，職志合一。（文／張資芳 攝影／許金福、張義章）

關山

八月十三日

暑假不留白 觀念扎根寓教於樂

暑假兩個月的假期，關山慈院和國際獅子會共同舉辦一系列的活動，短短的半日行，教會了小朋友防身保護自己的方法，像是如何在火災中應變，吸煙會產生怎麼樣的害處，也穿上了帥氣的警察制服照相留念，讓小朋友們在歡樂的氣氛中學習正確觀念，達到寓教於樂的功效。

每年一到暑假，小朋友無處去，為了避免他們流連於網咖或交友不慎染上不良習慣，關山慈院除了要照顧花東地區觀光客的緊急醫療，也關心當地社區的小朋友，所以與關山國際獅子會合作，在暑假期間舉辦一系列青少年兒童關懷活動，於八月初在關山慈院舉行的書法訓練營首度開跑，並在八月二十六日舉行靜思語書法比賽來驗收成果。

情境教學 寓教於樂

另外，為了將正確基本觀念從小扎根，於是結合當地資源並商借關山工商體育館作為活動場地，舉辦一場「FUN暑假兒童關懷活動」，參加者將近一百位，多數以國小以下的幼稚園小朋友為主。現場有五位醫院同仁及五位志工協助引導，並留意小朋友的安全，讓活動能順利進行，醫院也在活動現場設立緊

急救護站，讓小朋友在遊戲中能夠立即處理因為不小心產生的碰撞。活動設計出大型氣墊遊樂區，讓這群孩子在遊樂之餘，能學會火場逃生的要點，並請到了當地的打火弟兄來為小朋友們傳達專業知識，還有警察伯伯們帶來了他們工作的法寶像是頭盔、防彈背心、配槍、警棍等等，讓小朋友們對人民保母所攜帶的各式裝備大開眼界，另外更灌輸正確的衛教知識，提醒個人衛生的重要性，期望能達到情境學習的效果。。

活動起跑前，由志工們及醫院同仁帶領小朋友進入會場，司儀依不同關卡將小朋友分成五組，同時到不同的定點參觀學習；第一站是教導小朋友要隨時留意陌生地方的逃生動線，遇到火災時才懂得如何找出路逃生。第二站由工作



人員口述吸煙的害處，並藉由吸煙的小人偶，模擬肺中如何累積有害物質而產生病變。第三站則是警察伯伯的安全小站，示範抓壞人的標準裝備，並讓這群小朋友穿上酷炫的裝備和配上警槍拍照過過乾癮。最後兩站是小朋友們最喜歡的充氣氣墊遊樂區，目的是希望參加的小朋友都能體驗及學習。

活動在十一點三十分結束，這半天在歡笑聲及學習中度過，既可以放輕鬆的玩樂，又可以獲得成長，期待這些正確觀念，能像種子般扎根在這群孩子們的心中，暑假即將到了尾聲，相信這半天會是他們這個暑假裡頭最有意義、最適用的一段時光。（文／黃坤峰 攝影／陳秀華）



■ 特別從工作崗位來到這裡的打火弟兄們，教導小朋友在體驗不同情境的求生方法。



■ 活力旺盛的小朋友在活動中大開眼界，也在遊戲中培養對生活的自信。

■ 志工媽媽們擔任隊輔照顧小朋友，領著整齊的隊伍前進。

醫院如道場，書寫著一頁又一頁的大藏經，經中述說著生老病死的故事，也訴說著拔苦予樂的過程，在大醫王及白衣大士辛勤地照料下，患者走出病苦，而在那一瞬間，將心中的感恩之情記錄下來，成為一個又一個……

感恩的足跡

花蓮慈院

自從懷了寶寶之後，一直是由魏佑吉醫師負責產檢，每每產檢，都發現魏醫師門診病患好多，但從未看過魏醫師有過任何倦容，其認真細心看診，每一個細節，也讓我對醫師的信任百分之一百，打從心裡感激魏醫師，也謝謝貴院有這麼大愛的醫師，真是病患之福。在產檢過程中，每次遇到秀英護士，都可以看到她笑容可掬的讓我們這些媽媽們諮詢，當她知道我在第一胎生產過程並不是很順利，所以主動指導我要作適度的按摩及哺育母乳的資訊，並在我生產時還特別到產房來鼓勵我，她真的是擁有大愛精神的南丁格爾。

因本人有妊娠糖尿病，導致寶寶低血糖住進護兒中心。在張宇勳醫師醫療團隊細心照料下，寶寶已平安出院，其間每次我在護兒中心探望寶寶時，只要張醫師在場，張醫師都會主動告知寶寶的

近況，一點都沒有距離，張醫師親切和藹的態度，讓人印象深刻。

本人有些產後憂鬱症，護理師奇瑩經常鼓勵我要保持心情愉快才會有乳汁，寶寶才會健康，品宛溫柔細心的照料下，寶寶一直都有明顯進步，另外，靖雯工作認真的態度讓我不得不佩服，護兒中心裡每一位護理人員的用心，真的很感恩貴院能有這麼好的醫療團隊。

李小姐

家母九十二歲高齡，因長期洗腎，及患有糖尿病及副甲狀腺亢進等疾病所苦，近來曾多次進入加護病房，極盡病危，承蒙慈濟醫院洗腎室方德昭主任、徐邦治醫師、王智賢醫師、賴宇軒醫師、陳宜亞醫師與洗腎室醫護人員及六西住院病房所有醫護人員，竭盡心力、不眠不休的愛心與照料下，家母已轉危為安，恢復健康，謹藉報端特申致謝。

張先生

臺北慈院

一次又一次的病危通知，緊急入加護病房。不穩定型心絞痛及急性心肌梗塞的心臟病如影隨身的不斷糾纏著，無論是署立彰化醫院、大林慈濟醫院、臺大雲林斗六醫院、彰濱秀傳醫院、花蓮慈濟醫院、臺南成功大學醫院、彰基員生醫院、臺北慈濟醫院……等等。每次總在醫護人員愛心、耐心、用心的搶救下化危為安，順利出院。也許，生老病死是人生必經的過程，但是想開看透就不致有太多的遺憾，換一個角度也許是上天賜給我的最佳禮物。

這次是在帶兒女至宜蘭玩後，往臺北時急診後緊急入加護病房後施行心導管氣球擴張術，良醫柯毓麟主任、醫師助理周欣宜的愛心、耐心治療醫治和加護病房內賴育秋、美玲……等美麗天使的呵護照料，於第五天後轉普通病房，十分感恩。13B 愛心天使黃鈺婷、李育蓁、陳明月、徐瑞嵐、曹云華、陳怡佳微笑天使，日夜不停的輪流照護無限感恩。柯毓麟主任、醫師留志仁、助理周欣宜的愛心、耐心、用心的醫療照料。醫療照護是一種很神聖的工作也要有著史懷哲、南丁格爾、德蕾莎修女和聖嚴、證嚴法師的大愛精神、真心付出。也許現在感到非常的艱辛，但到人生的終點時回憶起往日閃亮精彩的無私付出歲月，將是一幕幕最有意義的回憶。美好人生一路走來了無遺憾。也許我們不知何時

無常到來，但明天陽光依然灑滿人間，世界充滿愛和關懷。祝福醫師護理天使醫檢人員健康、喜悅、愛心永伴！

黃先生

臺中慈院

這次我先生因突發性的胸痛，緊急開刀救回一命，感謝主治醫生吳政元主任，他的醫術真是精準，又判斷正確，在最危急的時候，作出最正確的診斷，在此深深的感謝他，又在加護病房及轉普通病房，悉心的關懷病情，真的非常感謝他，在此致上十二萬分的謝意。這次因為住院，才知道護士小姐真的是很辛苦、很忙碌，在住院這段期間，感謝感恩五樓所有照顧我先生的日、小夜、大夜班的護士小姐們，你們真是白衣天使中的天使，讓我們在住院這段期間，內心感到非常溫暖。

林小姐

在此除了感謝我只能用滿心的感恩，病痛拖延了四十年之久，總以為沒得救，沒想到四十年後終於遇貴人。林英超醫生用心把我的久疾治好，我很想送花籃，可是礙於能力不足，就連醫療費都是社工吳宛育師姐盡心幫忙，我在此感恩慈濟所有醫生、護士、志工，沒有你們的盡心盡力，用心關懷，用愛包容，就不會再造一個健康的我。謝謝妳們大家，感恩。

感恩的病患

從掛號門診到安排左耳開刀，實在感受到吳弘斌醫師視病如親的親切與醫術高超，讓我們全家人都感到溫馨至極，手術前到手術後，醫療團隊的關懷，那股溫暖湧至心頭，永遠懷念，臺中慈院有他們，是我們的福報，感恩，無限感恩。

林先生

大林慈院

三年前的大年初一，我的父親因心臟衰竭送至慈濟醫院急診，在醫護人員的搶救下挽回一命，家屬衷心感恩！近三年來父親進出醫院無數次，不管是平日的門診或是今年二月病重住院期間，均受到林婷光與陳志暉醫師及護理人員親切、溫馨、視病猶親、無微不至的關照，除了讓父親求生意志變得更堅強，也因良好的醫病關係，安撫父親就醫時的恐懼心境，如今父親健康情形日有進步，感謝兩位主治醫師的仁心仁術，及慈濟醫療團隊的盡心盡力照護，僅代表父親、母親及家人表達深切感恩。

病患家屬

目前母親住貴院的心蓮病房，非常謝謝貴單位護理人員的照護及給予的協助，貴院的護理人員都很親切並主動協助，也感謝主治醫師陳世琦及住院醫師蔡佩君和所有的師兄、師姐，感恩社工師，及楊琇媚小姐、張瓊文小姐、林孜欣和盧巍文、林紋如小姐在住院期間的

協助，謝謝你們在工作崗位上無私的付出，我們才能得到良好的照護，感恩大家！

林女士

尹文耀醫師及活體肝臟移植團隊全體醫護先生、小姐：

在大家的努力下，不論醫護均熱情有禮，對病患都親切稱呼，讓並患有「家」的溫馨感覺。這份用心值得肯定。久仰醫師大名，並久聞貴院美譽，真的果不虛傳！住院期間，在尹醫師細心診治下，復元順利。對尹醫師的「神乎其技」，有如華陀再世，凡來就醫的人都高讚不已，而我更對尹醫師的仁心仁術更是欽佩萬分，負責照顧「2906」病房的護士溫柔專業，她們全體都值得嘉勉。為感念尹文耀醫師的診治，特製專函，以表謝忱。

敬請 台安

陳先生

許君碩醫師和婦科五樓的醫護菩薩們：

感恩您們對患者的用心照顧和醫護，溫言暖語讓患者能很安心的等待出院，躺在床上，護士小姐對患者的清洗又是那麼細膩與溫柔，住進了病房一道感受到佛恩、師恩、父母恩與衆生恩，祈願所有大醫王和白衣菩薩，歲歲年年平安、幸福、快樂。

病患合十