



豐厚的精緻人生

人生，無法預料生命的長短，卻能自我延展生命的寬度與厚度。如何活出精緻的人生？應以四無量心——「慈心造福」，時時以慈心造福人群；「悲心拔苦」，悲心不忍衆生苦，為其拔除苦難；「喜心智樂」，用歡喜心與智慧予樂人間；「捨心慧解」，以捨心智慧得解脫。

馬來西亞有位李師姊，走入慈濟四年餘，從環保開始了解慈濟的四大志業。雖然距離臺灣遙遠，但是心向著慈濟；無論參與醫院志工、關懷老人院或做環保，她都不缺席，步步精進。

數年來，李師姊有個心願——回到心靈的故鄉受證；在二〇一〇年底的歲末祝福，她終於圓滿所願，與一千餘位海外慈濟志工一起受證，成為慈濟委員、慈誠隊。未料圓緣時，李師姊突然腦出血，緊急送往醫院，檢查為先天性腦部血管畸形，有二個動脈瘤。為她引流後曾清醒，然而病情並不樂觀。

行腳後，我到加護病房探視，告訴她：「師父已經為妳授證，妳的心願已完成了。」儘管家屬、法親難捨，不過對她而言，已了無遺憾；難得的是，她的先生為她簽下器官捐贈同意書——捐出心、肝、腎、骨骼、眼角膜等，不僅是救了許多人也救了許多家庭。

因緣不可思議，她遠渡重洋到臺灣，不但了卻受證的心願，在生命的最後還將身體化無用為大用；生命雖然短暫，卻很精要，真是人間菩薩。

人生在世，不能只為自己、為家庭，還要開闊胸懷，對準正確的人生方向，為人群付出，做他人生命中的貴人。值此新的一年，期待人人把握時間，開闊生命、深化慧命，成就精緻人生。🌱

釋證嚴

P.14

愛在

封面故事

群山
碧水間

大埔醫療站的故事

文／姜讚裕、黃小娟、于劍興

23 | 真心一翦梅

——復健治療師的心底話

文／黃小娟

26 | 俯首甘為孺子牛

——守候大埔的林繁幸醫師

文／姜讚裕

28 | 歡喜願解鄉親苦

文／于劍興、黃小娟

上人開示

1 豐厚的精緻人生

社論

6 今與昔 型與潮 文／簡守信

醫療之光

8 花蓮慈院品管高保障 首例醫療機構成標竿 文／黃思齊

交心集

10 奇妙的緣分 文／葉明憲

12 心靈醫者 文／范文林

生命之歌

30 彩光永續 蘭心飄香—— 馬來西亞慈濟人李彩蘭的大捨之愛 文／彭薇勻、黃思齊、曾慶方、茹濟礪



全球人醫紀要

54【臺灣 臺中】

收容人手語感恩 相約下一季再見

57【海地 家樂福市】

憂心霍亂蔓延 孤兒院衛教宣導

59【泰國 佛統府】

安養院送暖 布袋秀乾坤

人醫剪影

- 62 長養智慧資糧
——記菲律賓史美勝醫師受證慈誠
文／胡瑞珠



用藥答客問

- 64 認識藥品副作用
文／彭立婷

健康專欄

- 67 健康過好年 文／李彥範
70 護脊醒腦遠頭痛 文／吳欣潔

社工專欄

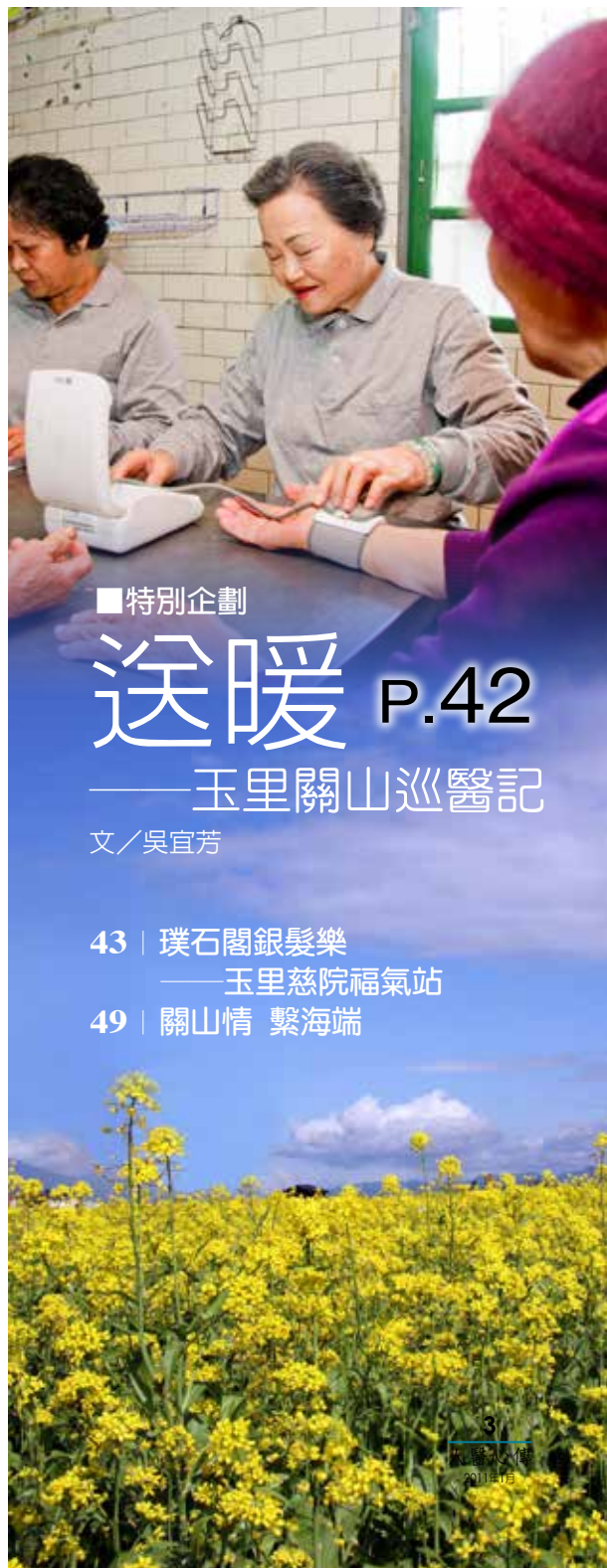
- 72 雪中送炭——支持邊緣弱勢族群
文／黃昱惠

慈濟醫療誌

- 75 關山 冬至耶誕賀團圓 大小朋友齊歡慶
花蓮、臺北
 祖魯志工散播愛 「音」緣相聚暖人心
臺中 首辦肺癌病友會 正向思維迎未來
臺北 前進偏鄉檢視力 用心護兒獲肯定
大林 濁水溪揚塵危害 多樣健檢防微杜漸
玉里 整合一站式服務 性侵採驗保隱私
花蓮 醫院火警預演習 縝密分工獲肯定

感恩的足跡

- 41 臺北慈院
53 臺中慈院、大林慈院
88 花蓮慈院



■特別企劃

送暖 P.42
——玉里關山巡醫記
文／吳宜芳

- 43 | 璞石閣銀髮樂
——玉里慈院福氣站
49 | 關山情 繫海端

人本醫療 尊重生命

守護生命 守護健康 守護愛



慈濟大學

Tzu Chi University
970 花蓮市中央路三段 701 號
TEL: 03-8565301
701, Chung Yang Rd., Sec.3 Hualien, Taiwan 970



慈濟技術學院

Tzu Chi College of Technology
970 花蓮市建國路二段 880 號
TEL: 03-8572158
880, Sec.2, Chien-kuo Rd. Hualien, Taiwan 970



花蓮慈濟醫學中心

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, Taiwan 970



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, Taiwan 981



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, Taiwan 956



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, Taiwan 622



臺北慈濟醫院

Buddhist Tzu Chi General Hospital, Taipei Branch
231 新北市新店區建國路 289 號
TEL: 02-66289779
289 Chen-Kua Rd., Sindian City, Taipei County, Taiwan 231



臺中慈濟醫院

Buddhist Tzu Chi General Hospital, Taichung Branch
427 臺中市潭子區豐興路一段 66 號
TEL: 04-36060666
No.66, Sec. 1, Fengxing Rd., Tanzi Dist., Taichung City 427, Taiwan 427



大林慈濟醫院斗六門診部

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, Taiwan 640



榮譽發行人 釋證嚴

榮譽顧問 王端正、林碧玉、陳紹明

社長 林俊龍

編輯委員 王本榮、洪當明、曾國藩、陳立光
簡守信、趙有誠、陳子勇、張玉麟
潘永謙、劉佑星、李哲夫、許木柱
許明木

顧問 曾文賓、陳英和、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、彭台珠
陳宗鷹、尹立銘

總編輯 何日生

副總編輯 曾慶方

撰述委員 嚴玉真、王淑芳、于劍興、游繡華
謝明錦、陳世財、王碧霞

主編 黃秋惠

編輯 吳宛霖

採訪 江珮如、李家萱、李湘侑、吳宜芳
沈健民、姜讚裕、馬順德、陳世淵
梁恩馨、黃坤峰、黃小娟、黃忠齊
曾秀英、彭薇勻、葉秀品
(按姓氏筆畫順序)

美術編輯 謝自富、李玉如

網路資料編輯 沈健民

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

2011 年 1 月出版 第 85 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 707 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

傳真：03-8562021

註：《人醫心得》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「人醫心得月刊郵資」等字樣。

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、麻醉科恢復室技術員

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 電子履歷請寄至：resume@tzuchi.com.tw

玉里慈院

主治醫師、護理人員、藥師

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

聯絡電話：03-8882718

關山慈院

主治醫師、護理人員、社工人員

來函請寄956「臺東縣關山鎮和平路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、營養師
睡眠中心及婦產科生殖技術員、社工師、勞安管理師

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、外科病房護理長、專科護理師

來函請寄231「新北市新店區建國路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、聽語師

來函請寄427「臺中市潭子區豐興路一段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

今與昔 型與潮

◆ 文 / 簡守信 大林慈濟醫院院長

又到了各大醫院每年召募住院醫師的季節。以往內、外、婦、兒四大科的科主任都會為了要如何在芸芸衆生中挑選合適的新血而傷透腦筋，只是十年河東十年河西，四大科不但不再熱門，反倒有四大皆空的感嘆。這其中又以外科為最。也無怪乎外科大老們一時無法適應，直道世態炎涼，人心不古，年輕人唯利是圖。其實外科醫師的困境，古今對照，目前似乎也還不是最差的狀況。此話怎講，且聽底下外科滄桑史的訴說。

打開外科滄桑史

大凡每一個行業都可追古溯源，找到開宗立基、有頭有臉的代表人物。當不可一世的外科醫師踏上尋根之旅時，卻發現祖師爺的出身竟然十分卑微。中古世紀以前人們的居住環境及衛生條件都不好，可以想見當時人們身上一定常發生膿瘍潰爛的情形。找誰來清創呢？一般士大夫、貴族怎麼可能忍受這種臭氣？於是只好用半強迫的方式，找一些奴隸或赤貧的人來擔任這樣的工作。這些人出身卑微，自然不受什麼「勞基法」的保護，於是有名的《漢摩拉比法



典》中就規定：「凡因手術造成病人死亡者，外科醫師必須受截肢的處罰。」這下更不會出現有志青年願意從事這樣高危險的工作。經過一段時間，「理髮師」竟在利誘之下，願意在閒暇之餘兼差從事外科手術，只不過還是以理髮為主，以開刀為副。

外科醫師卑微生涯的轉捩點，始於文藝復興時代，達文西、米開蘭基羅等文藝復興巨匠在醉心於藝術創作之外，也對解剖學的啓蒙發揮了關鍵的影響。爾後，生理學、病理學、藥理學等等相繼走上舞台，再加上麻醉的進步，開刀也脫離了以往哀鴻遍野的恐怖景象。當然治療的對象也就不只是膿包而已。外科近年來更是蓬勃發展，換關節外，還換心、換肝、換腎，這在過去簡直是匪夷所思，現在卻是屢見不鮮。

就在外科醫師可以更大刀闊斧的與病魔周旋的時候，整個社會環境及醫療生態的改變，讓許多生力軍對外科望之卻步，怎不令人扼腕。如果將來在電視廣告上出現：「用風雨擦亮你的眼睛、用永恆丈量你的腳步！」等鼓勵投入外科行列的煽情廣告時，相信也不用太驚

訝。解決之道，除改善醫療環境中不合理的給付外，更重要的是在醫學教育中，讓醫學生可以充份感受到外科是一個充滿活力、迎接挑戰，而又可以立竿見影、獲得成就感的四全溫馨團隊。想想看，如果沒有新血的加入，難道又得走以前強制罪犯或奴隸來從事外科手術的回頭路不成？

醫師的型與潮

由於醫師是一個相當受人尊敬的行業（儘管目前有下滑的趨勢），所以表現於外的穿著相對的也就需要更加注意。如果一位醫師口嚼檳榔、足登木屐，那即便有再高超的醫術，想必病人也會逃之夭夭。為了這種「誠於中，形於外」，醫師在苦練醫術之餘，也應有適切的穿著，讓病人一眼可以讀出沉穩與信賴。

年輕的實習醫師在學生時代自由慣了，也把那個「潮」穿到醫院。在白袍之下，T恤、牛仔褲和球鞋是常見的裝扮。只是這樣的穿著，會讓人有東奔西跑、行色匆匆、穩重度不夠的感覺。

白袍之下的素色襯衫，搭配領帶和穿上皮鞋，才是醫界不變的「型」。

除了從服裝可以判定醫師的年資外，由許多搭配的物件也約略可以看出醫師的科別。內科醫師，尤其是胸腔內科和心臟內科醫師，習慣將聽診器掛在脖子上，走路時聽診器也跟著晃來晃去，好不威風。至於如何區分胸腔內科醫師與心臟內科醫師？則請小心觀察聽診的形狀。由於心臟內科醫師需利用聽診器去分辨各種心臟雜音，因此大多使用較高

檔的聽診器；此種聽診的前端變化多端，不似一般聽診器的一鼓一磬的平淡無奇。

而X光科醫師和核醫科醫師由於工作中可能會接觸到放射線，所以原委會規定必需配帶特殊的感光記錄器；此種記錄器為方形，扁扁的配掛在胸前好像戴上勳章一般。耳鼻喉科醫師的特徵則是放在白袍口袋中的反光鏡，這種反光鏡是戴在醫師頭上用來照亮病患喉嚨深處；至於反光鏡的固定帶則變化多端，既有黑色傳統的穩重造型，也有鮮艷大膽原住民色彩濃厚的叛逆格式。

而各種醫師中，行頭最多最複雜的恐怕非神經科醫師莫屬了。此科醫師向來講求推理與抽絲剝繭，為了確切的診斷神經病灶的位置，他所攜帶的診斷箱就像百寶盒一般，包括用來敲打膝蓋看看有沒有反射動作的小錘子、偵測聽力有沒有問題的各種不同頻率的音叉、誘發壓覺痛覺的圓形針狀滾筒等等，甚至於連鹽巴、糖、茉莉花等用來測知味覺與嗅覺的特殊用品也一應俱全。只可惜現今在電腦斷層和核磁共振等精密影像儀器的盛行下，這種帶有點文化儀式的繁複神經學檢查也就變成空谷足音，只迴盪在許多醫師與老病患的記憶中。

醫師從病人的打扮穿著，可以約略看出病患的社會背景，和是不是有可能因此會罹患某些特別疾病？

親愛的病患們，當你凝視你的醫師時，你又看到了什麼？

（註：本文亦刊登於《聯合報》元氣周報「心靈MSN」單元。）

花蓮慈院品管高保障 首例醫療機構成標竿

文／黃思齊



臺灣檢驗科技股份有限公司黃世忠副總裁（左）頒發標竿獎獎盃，表揚花蓮慈院對於品質管理的卓越成就。攝影／黃思齊

繼二〇〇一年成為全臺首家通過ISO 9001:2000年版驗證的醫學中心之後，二〇一〇年八月，花蓮慈濟醫院再次通過ISO 9001:2008年版的驗證。不但是首家全院同時取得ISO國際品質保證驗證的醫學中心，更榮獲SGS臺灣檢驗科技股份有限公司頒發標竿獎表揚，這也是臺灣首例由醫療機構獲得標竿獎的榮譽。

推動醫療品管 十年看見成績

在眾多的管理方法和理論中，ISO 9000系列國際品質管理制度廣為世界各國所認同的品質管理制度。花蓮慈院從一九九九年開始，即積極導入並推動ISO 9002:1994品質管理制度，於二

〇〇〇年一月通過SGS驗證並取得國際品質管理證書；二〇〇一年再接再厲，通過ISO 9001:2000驗證。二〇一〇年通過ISO 9001:2008驗證並榮獲標竿獎，繼續強化醫院經營體質，增加競爭力。

花蓮慈院依據「ISO推動審查作業辦法」之規定，每年二次委員會議協調各部門間的品質作業推行，稽核缺失之追蹤檢討，並訂有門診、住院、急診、員工滿意度指標作為檢討的依據，持續滿足民衆之需求。

流程導向做管理 病人安全為依歸

為讓醫療品質能得到病患認同，花蓮慈院訓練了一千一百四十七位內部稽核員，探究及清除不合格流程的潛在原因，防止不良問題再度發生。更邀請了外院院長及主任級專業人士提出外部稽核共兩百四十八點，再由一一完成改善並建立預防措施，讓醫療品質上的問題減至最低。

藉著ISO 9001品質管理系統制定全院品質政策與目標後，向下延伸至各

個單位，除了定期檢視並修正標準作業程序，更重要的是以「病人安全」為中心，才能建立一個安全、舒適的就醫環境。

有特色有品質 追求滿分獲肯定

二〇一〇年底前臺灣檢驗科技股份有限公司黃世忠副總裁親自到花蓮慈院頒獎，黃世忠表示，除了硬體設施以外，增加「軟實力」更是各機構未來發展的趨勢。在花蓮慈濟醫學中心，看到了具有特色的企業文化以及對各項服務品質的要求。當面對ISO驗證時，主動積極地在醫療臨床、行政、研究等各方面去做提升；不只是要求及格，更能看見花蓮慈院追求滿分的用心。因為當每個人都是以志業的方式去經營時，呈現出來的結果自然與眾不同。

接過認證證書與標竿獎獎盃，花蓮慈院林俊龍院長把這份榮耀歸功於所有同仁與志工。林院長表示，唯有全院同仁與志工合心協力，才能全面提升醫院的專業能力與服務品質，讓民衆更有信心來到花蓮慈院，一同邁向健康促進的目標。👤



花蓮慈院包含醫療、護理、行政等同仁和志工，共同與臺灣檢驗科技股份有限公司的代表合影留念。攝影／楊國濱

奇妙的緣分

文 / 葉明憲 大林慈濟醫院中醫科主治醫師



■ 大林的歲末祝福，以葉明憲醫師在大埔的醫病情搬上舞台演出，葉醫師上臺與眾人分享大埔的行醫心情。
攝影 / 于劍興

有人常講，那個地方很遠，路很難走，但我心裡覺得很近，很像就在隔壁一樣。有人說那個地方就醫困難，生命危脆，但我體會到他們對生活的堅韌和豁達，以及彼此的感恩。

那個地方，指的就是嘉義縣的大埔鄉。這個地方在臺灣最大的曾文水庫集水區，也是風景名勝，但當年沒有一家診所、一名合格的醫師駐診。原來，是常有落石造成斷崖、溪谷水漲，加上道路崎嶇交通不便，二千五百位鄉民，只能緊緊相偎，互相幫助。只要踏上求醫路，就是憂懼不安；因為已經拖延病情不得不就醫，但深怕這一路出去，永生不能再相見。

幸好健保局開立了偏遠地區醫療門診計劃，為照顧偏遠地區民衆的身體健康，也因此大林慈院承接了大埔醫療站，林繁幸醫師應約駐診，開啓了安撫鄉民身心之路；過了一年，我也因為中醫偏遠地區巡診計劃來了大埔，

一星期一次。又過了一段時間，牙科藍醫師、復健科王醫師也都固定上來巡診。甚至遠距醫療的門診也提供了大埔民衆慈濟大林醫院級的仁醫來服務。從此鄉民的心，安了，從無依無靠，到有人協助，我們給的醫療和關懷雖不是「豐盛大餐」，但已足「溫飽」。

六年多來固定的上山，我們與大埔的距離似乎越走越近，甚至可

以說，大埔已經成為我生活的一部分了！

其實，早在住院醫師期間就曾到過大埔，那時醫療站還沒有設立。跟著雲嘉人醫會到大埔義診了兩、三次，當時就覺得大埔好美，所以得知大埔要規劃中醫門診，我就自告奮勇上來了，應該說我自己「貪戀大埔的湖光山色」。

一年一年累積下來，在慈濟醫院最被稱道的志工服務，在大埔竟然也有了。奉茶待客，噓寒問暖，量血壓，帶領病患就醫，陪同醫護居家探訪，膚慰人心，他們都做到了，甚至連鄉民也自動加入成為志工；愛的循環，不斷的展現。

而大埔鄉親的淳樸與熱情，是我很感動的。對於大埔的名產特色，我現在也都知之甚詳。大埔盛產竹筍，只要是產季，我發現，怎麼都有吃不完的竹筍。還有病人曾送我二瓶「石蜜」，石蜜就是野生的蜜蜂採的蜜。野蜂都懂得找最好的地方去築巢，所產的蜜都是以當季花期為來源，其中以冬蜜最好，滿是無患子的香氣，非常甘醇濃郁，一般的蜂蜜一公升幾百元，石蜜一公升是千元起跳。我感動的不是石蜜的價值，而是病人的心意，真的是無價。當然，我是最願意掏腰包買大埔特產，而不好意思讓病人送我的。所以有一次在一家餐廳吃飯，吃到美味的破布子，我就順便買了三斤，前腳還沒離開餐廳，一個病人就跑來「罵」我，原來這家餐廳賣的破布子是他做的，當場又多送我好幾包破布子。

鄉民們本來就互相熟識，經常在大埔醫療站候診時，對彼此的病情或多或少知情，所以互相鼓勵的話語，如蓮花的芬香一樣，時時可聞。一句句鼓勵，一句句讚嘆，說著「你比以前更好了，怎麼會身體好這麼多！」、「『好佳在』有醫療站的幫忙」等等，聽在我的耳裡，心中就會浮現上人的話語：「能以真誠的心付出愛，是一種享受。」真的，這種快樂，來自於對別人真誠的付出，彼此快樂，感恩心就油然而生。

上人說：做，就對了。這句話，讓我們往大埔這段遙遠的山路，因感恩而縮短。與大埔鄉民的心，也因感恩而彼此相繫。這真的是一種奇妙的緣分。🌱



■ 年紀已大的鳳為（左）照顧嚴重腦性麻痺與癲癇而臥床的三十九歲女兒吟淑（中），所幸遇到葉明憲醫師持續上山針灸診治，吟淑如今已經可以站起走路。攝影 / 于劍興

心靈醫者

文 / 范文林 大林慈濟醫院外科加護病房主任



■ 病人張長周因為壞死性筋膜炎到大林慈濟醫院治療，大難痊癒後回診，特來感恩范文林主任（後排中）在加護病房的照顧。

一九八七年自醫學院畢業，一直都從事麻醉科的醫療業務，這期間也兼任加護病房的重症照護工作。直到二〇〇八年在因緣俱足之下，加入慈濟醫療志業體，到大林慈濟醫院服務。由於外科加護病房沒有專責主治醫師，於是在林執行長（當時的院長）及簡院長的安排指示之下擔任外科加護病房主任，和外科醫師共同承擔外科重症病患的照護工作。

有以前的老同事關心地問我，麻醉科大多面對的是單純麻醉，病人形同睡眠而較少醫病互動的工作環境，轉換到外科加護病房，不只面臨與重症病痛折磨的病患，更要面對焦慮、不安的家屬，這截然不同的工作氛圍，自己如何調適？其實醫療的本質就是關懷與愛，醫療人文本是呼應上人所說的「人傷我痛，人苦我悲」及「醫者父母心」的精神。

外科加護病房是一個隨時與死神搏鬥的醫療照護道場，時時上演著激烈的生老病死的戲碼！然而在與死神拔河的過程中，卻讓我體會到，許多人重視的並不在於生命的長短，而是希望在面臨生死課題能無悔憾。那又要如何達到「死者無遺憾，生者無內疚悔恨」的境界？這其中最主要的元素並不是高科技的醫療儀器與技術，而是前面所說的關懷與愛。面對病患要時時有以病為師的感同身受，而對家屬更要有同理心。在醫療人員眼中，再平常不過或司空見慣的疾病與病程，對每一個病人、每一個家庭來說都可能是第一次。面對那徬徨無助憂懼空洞的眼神，我們怎能視若無睹？更何況常常一人生病，全家皆陷入忙亂

無助的情境。記得有位曾住進加護病房的患者，分享的一段心路歷程，內容如下：

「若是可以重頭來過，是否可以不要再進加護病房？我可以忍受喘不過氣時的恐

懼，我也可以忍受一點一滴吞噬我的病痛，只要有你隨時在旁的陪伴。我可以忍受無法痊癒的宣判，只要有你隨時在旁的陪伴！只是我不能忍受生命要靠許多管子維持，我也不能忍受在「時間到、家屬請離開」的催離聲中，你那慣常握著我的手硬被抽離出來。目送你帶著憂慮眼神的離去，我不知我是否還有下一個會客時間，我還能再握住你那多情且厚重的手？」

看哪！病患心靈層面的需求常常遠勝於生理層面的不適。身為醫者，怎能不細察！

所以我在外科加護病房，除了常規的醫療照護工作，隨時和外科醫師討論及共同會診，以釐清治療方針之外；更隨時召開家屬座談會，整合醫療科、社工與照護團隊的成員，為家屬解說病情進展，使家屬及病患安心與放心。因此，「溝通、溝通、再溝通」，其實是我在加護病房工作的重點，因為在互動的過程中，可以讓彼此更清晰的感受到那一份愛與關懷！

倏忽間，進入慈濟已兩年多的時光，經過這些在加護病房的日子，讓我深深感受到，要當一個盡責的醫療工作者，需要把職業當志業來看待。在這個職志合一的道場，不僅應該與病患和家屬共同面對病情，更應該重視這整個「醫療的過程」。醫護人員的一句話，有時勝過無數的靈丹良藥。醫療有時有其極限，生命也充滿著無常，我們卻絕對有能力提供身心靈層面的支持與關懷，越是無望的患者，越是需要關心與陪伴。如果我們能在治療的過程中付出更多的關懷與愛，那受益的將不僅是病患與家屬，也會讓自己成為更具有人道精神的醫療人員，而這不正是我們行醫的初衷！

感謝這一路走來，衆多志工師兄姐對外科加護病房的護持，更感恩上人創立慈濟世界，讓我能有機會實踐職志合一的行醫生涯。🌱



■ 范文林醫師（右二）帶領外科加護病房護理同仁一起設計品質管圈，向更高品質與專業邁進。

愛在 群山 碧水間





大埔醫療站的故事

文 / 姜讚裕、黃小娟、于劍興

大水漫過翠谷間美麗的家園，圓滿的是嘉南地區用水的渴望，
卻註定寫下大埔鄉謀生不易、人口遷徙的劇本，
在無醫療的鄉里，侈言生病的權利。

當大林慈濟醫院允諾，將醫療的愛送到大埔，
刻骨的病苦得以拔除，深埋心中的怨苦得到膚慰；
急病得治，重病有醫，專科視訊，宛如大埔有醫院……

在大埔醫療站裡，就像身處鄉民的家中，
噓寒問暖話家常時，盪著一波又一波的笑容……
對大埔鄉民來說，醫療站的大林人都是家人；
對長期駐診的大林慈院同仁而言，
大埔早已成另一個舒緩心靈的家。

且與我們一同聽聽發生在大埔醫療站的故事……



雖然已經一年前的事了，大埔居民陳勇成的太太張莉娟，談到先生當時危急的狀況時，仍然不禁露出焦急的憂愁！

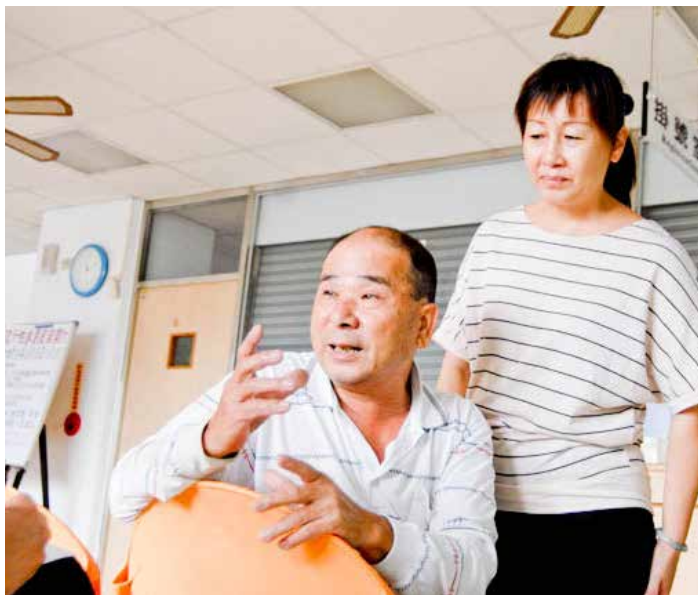
陳勇成，六十出頭歲，長得黝黑精壯。想說「靠水吃水」，夫妻倆在大埔開設划釣場，以船划載客人去釣魚，生活不算富裕，日子倒也過得自在。

大埔急診站 半夜白天隨叩應

張莉娟說，她記得很清楚，那是在去年農曆過年前一個禮拜，剛好是周六，他先生傍晚從划釣場回來，一直冒冷汗、全身無力，她勸先生趕快去看醫生，先生直嚷著休息一下就好了。沒想到拖到半夜時，狀況不見好轉，變得更嚴重，他們只好去敲大埔醫療站的門，把林繁幸醫師叫起床，實在很不好意思。莉娟說：「林醫師一看，就說是急性心肌梗塞，要馬上送醫院，不但先幫我先生降血壓，還先聯絡好醫院。等我們坐救護車趕到大林，整個醫療團隊已經在那裡等了。實在很感恩！」

莉娟提到，她先生住院一個星期，回家還剛好趕上過年。住院期間，會上大埔服務的護理人員珮瑤、淑蘭都去關心。她強調，住大林真的有家的感覺，醫院同仁知道他們是大埔的鄉親，好像都特別照顧。

大約半個月前，他們又「麻煩」了醫療站一次。陳勇成在房間內噴殺蟲劑，竟然自己中毒，上吐下瀉、全身無力，這次是日正當中送到醫療站急診。林醫師緊急處理後，陳先生的狀況才緩解。



描述起一年多前急病發作的經過，陳勇成夫妻倆還是感覺萬分驚險，總歸一句，幸好有大林慈濟醫院守護大埔鄉民的生命與健康。

即使是莉娟自己，也有緊急找醫療站的經驗。「兩三年前，也是半夜時分，我突然肚子痛到站不直身子，不得已只好去醫療站求診。」半夜一點多，林醫師察看後，打兩針就好了。莉娟強調，「如果沒有醫療站，我光是下山到醫院還要多痛兩個小時哩！」

依山傍水好環境 經濟凋零人口稀

大埔鄉位在嘉義縣最南邊，為群山環繞，曾文溪貫穿全鄉，原本是良田千頃的沃野谷地，在一九七三年曾文水庫峻工後，全部被淹入水中，使得鄉內農業經濟型態為之不變，之前盛產稻米，現在只能圍繞著水庫在山坡上種植竹筍。原本還期望美景天成的湖光山色能夠帶





動觀光，沒想到連年的風災、交通的不便，讓遊客裹足不前。

由於經濟凋蔽、謀職不易，人口外流嚴重，雖然登記的戶籍逾四千人，實際居住人口可能只有兩千多人，無怪當地居民常自嘲：在大埔，臺灣黑熊可能比人還多。

「小病忍，大病滾」，是過去大埔鄉親的寫照，下山一趟大不易，如果不是鄉民覺得情況控制不住，往往忍一忍就過去了。萬般不得已要掛急診時，就得環繞將近兩個小時的山路才到達最近的醫院。慈濟醫療志業執行長林俊龍在十四年前與慈濟人醫會到大埔鄉義診，深悉山區居民欠缺醫療資源的窘境。

一九九五年健保開辦後，原本寄望能夠改善當地無醫鄉窘境，沒想到大埔



 大林慈院承接大埔醫療站 IDS 計畫，不管急症或慢性疾病，大埔鄉民不須再擔憂長途下山的交通不便。

雖然地處偏遠，但因海拔不高，並未被列入山地離島醫療給付效益提升計畫 (IDS) 中，仍然招不到醫師駐診，仍是全臺灣極少數的無醫鄉之一。

鄉親如果生病不適，往往需盤山過嶺、舟車勞頓約二小時的山路，至臺南縣或嘉義市，才能獲得醫療上的滿足。在居民的口述中，以前有不少病人就在這樣的交通延宕中而往生。

人醫會先顧大埔 五年後大林接手

看到了居民的醫療需求，南區慈濟人醫會自一九九七年開始每月上山義診，提供內、外、婦、兒、牙科、眼科、中醫等醫療服務。至二〇〇一年，衛生署將大埔鄉納入 IDS 計畫，在大埔鄉成立醫療站。在二〇〇二年大林慈院即接手大埔醫療站的營運，提供白天門診、夜間急診服務，全年不歇業。

在醫療站設立初期，新成立的雲嘉南區人醫會還持續每個月一次的大埔義診，與醫療站相輔相成，提供更多科別之義診及社區衛教服務，並與公所合作，關懷大埔鄉獨居老人並提供往診服務，及至醫療站運作穩定後，人醫會於二〇〇四年轉型為往診及衛教，並逐漸引導民衆回歸醫療體制就醫。

生病不用強忍 大半居民就醫

為了提供大埔居民常態性的醫療服務，醫療站除了每周一至周五整天都有固定的門診外，每天晚上及星期假日也



 上圖：從一九九七年開始，雲嘉南區人醫會就固定上山為大埔鄉民提供免費義診服務，一直到大林慈院固守醫療站後，才轉型為往診與提供社區衛教服務。攝影 / 張宜茜

 上圖：位於省道臺三線上的大埔鄉，境內風景秀麗，全臺灣最大的曾文水庫就座落其間。如果山路不通，就要靠船筏當成對外交通工具。攝影 / 張堂偉



大埔醫療站也會舉辦大型成人健康篩檢活動，希望早期發現疾病，也藉機教育大埔鄉民正確的健康概念，懂得保養身體。攝影 / 高健利



都有醫師待命，提供二十四小時的醫療；此外牙科、中醫科與小兒科也提供固定的診次，共同守護鄉親的生命與健康。

大埔醫療站成立至今逾八年，統計至二〇一〇年九月底止，西醫部服務已超過五萬五千人、中醫也超過一萬四千人、牙醫超過一千五百人、復健診察加上復健也有一千四百人，大概一半以上大埔鄉民都在醫療站看過病。無怪大埔鄉親陳勇成就表示，過去也有其他醫院來支援醫療站，但診次、醫師與科別一直無法固定，自從大林慈院來認養後，大埔鄉親的就醫就方便多了。

遠距視訊會診 各科專家現眼前

為了更進一步服務鄉親，醫療站更自二〇〇五年六月起啟動視訊會診，讓山區居民也能夠享受到醫院級專科醫療的服務，持續至今。

「阿公您好！」林俊龍執行長笑咪咪的，親切有力地跟前來求診的病患打招呼。

阿公一臉茫然，看著出現在螢幕上的影像，楞楞地說回應：「呃您好！」在大埔醫療站這邊的林繁幸醫師在一旁趕忙補充：「您有哪裡不舒服，可以大聲跟執行長講。」

經過林繁幸醫師的提醒與解說，阿公對著電視螢幕裡的執行長，很快把身體的不舒服一股腦地說出來，也從螢幕裡傳出解決的診斷。

雖然在大林慈濟醫院「認養」了大埔醫療站後，大埔地區終於能獲得常態性的醫療服務，但大埔的專科資源仍較缺乏，大林慈院為

了讓鄉親免於舟車勞頓、替病患爭取診療時效，於二〇〇五年六月七日展開了專科的視訊會診服務，透過視訊系統與醫囑雙邊連線，遙隔將近六十公里的兩地醫師，可以在同一時間為同一病患看診。

還記得剛開辦的那一天，「哇！怎麼這麼方便！以前不曾這樣過耶！」一位太太透過螢幕看到醫生，開口連連驚嘆！在螢幕彼端會診醫師的囑咐下，於診間內的林繁幸醫師協助進行量血壓、量脈搏、觸診，並將病患資訊提供給會診醫師，就可以進行進一步的處置。

地處偏遠的醫療站，沒辦法讓所有醫師都過去，運用科技為媒介，一樣能提供專業、溫馨、方便的專科醫療服務。林執行長在升任醫療志業執行長後，疼惜大埔鄉親，仍維持每月第一週的星期二早上與大埔連線看診，偶爾分身乏術，還直接由花蓮連線大埔，遠在數百公里外為鄉親服務。林執行長強調，視訊會診不是看診，而是透過林繁幸醫師及護士提供資訊，一起解決病人的問題。

大林慈院於大埔醫療站提供視訊看診服務至今已逾五年，每月四次，提供心臟內科、腸胃內科、胸腔內科及新陳代謝科等專科服務，至今看診人次已近八百人次，尤其以心臟內科及新陳代謝科需求較高，至於腸胃內科及胸腔內科，則因為多需要侵入性檢查，有需要還是要請鄉民往醫院跑一趟。



 大埔醫療站上的視訊會診等於把整個大林慈濟醫院的專科服務都搬上山了，讓鄉民享有全科醫療，鄉民只要透過螢幕就可以和大林慈院的醫師對談，由林繁幸醫師協助會診。
攝影 / 張堂偉

鄉里的奇蹟 醫療陪伴見重生

在前有老父、後有復健師的攙扶、打氣下，葉振宏一步一步的走在大埔醫療站候診大廳的磨石子地板上。一旁等候看診的鄉民彷彿見證「奇蹟」的誕生，因為一年前被接回大埔時，葉振宏還是全身僵硬、沒有行動能力，生活起居全得靠父親。

一年來，每個星期四上午，父親葉清發總要費盡力氣地帶著兒子來到醫療站，給中醫科葉明憲醫師針灸治療。到了下午，父親還要再帶葉振宏到醫療站



 把兒子接回大埔照顧，反而因為有醫療站而能長期復健治療，是爸爸葉清發之前不敢期待的成果。圖為復健師朱皓儀（右）與葉爸爸陪兒子在醫療站的大廳復健。攝影 / 于劍興

讓物理治療師朱皓儀做復健。就這麼一周又一周的治療與復健，葉振宏爭氣地開始從手腳能動，到現在能自己爬上治療床等候針灸了。

「十個有九個沒救！」提起兩、三年前的意外，還有這一段時間辛苦復健的過程，葉爸爸忍不住哽咽，而無法言語的振宏更是頻頻拭淚。當年擔任板模工人的振宏，不慎從高處摔下撞到後腦，造成腦血管瘤破裂，結果下半身癱瘓。提起這段痛苦的記憶，葉清發心有餘悸。然而幸運活了下來的振宏，卻也喪失了說話和行動的能力。

因為新竹的住家附近，沒有可以提供復健等醫療服務的醫院，媳婦要兼顧工作和家務，已沒有餘力舟車勞頓地帶兒子到醫院做復健，而大埔與新竹有一大段距離，老爸爸也很難拋下農務常常北上，因此一年多後，振宏的狀況並沒有獲得改善。

看著兒子日漸消瘦的身軀，葉爸爸心裡著急，難道兒子就此臥床一輩子？在幾經打聽之下才發現，在大埔老家附近的慈濟大埔醫療站，就有提供中醫和復健服務，葉清發說服媳婦，讓他把兒子接回老家照顧。奇蹟，才得以在大埔醫療站發生。原本連頭都抬不起來的振宏，經過中醫針灸、用藥調理，加上持續復健，狀況逐漸好轉，手腳逐漸有力氣。

父子情深感動 醫護往返不覺苦

雖然振宏至今在生活上仍無法自理，洗澡、餵飯全靠爸爸幫忙，但葉爸爸卻不以為苦，總是滿面笑容地陪著兒子來看診、做復健。不時轉頭叫著兒子的名字，父子間的溫馨互動讓人動容。

「二月份來到診間時，葉振宏全身僵硬、不太能動。」還好有了父親的決定，讓振宏有機會脫離癱瘓臥床的下場。葉明憲醫師手腳俐落的扎好針；在腳部的針灸是做肌肉力量的復健，能讓氣通暢，至於在肚子上的溫灸能補虛寒，讓身體強健起來。其實如果不是拖延了治療復健的時間，復原的效果會更好。葉明憲安慰耐心十足的葉清發：「現在好的，都是賺到的。」



 醫護團隊細心照料前來就診的病患，讓偏遠的山區民衆也能享有高品質的醫療照護。攝影 / 于劍興

葉清發期盼著有一天兒子可以恢復健康。雖然無法言語，振宏急切又時而自責的眼神，是對父親的感恩，也用辛勤配合復健來實現恢復健康的願望。

「葉醫師服務真好！」葉爸爸對於大埔醫療站的醫師、護士和物理治療師有著無限的感恩，想不到在這偏遠的山村裡，可以讓兒子就近得到這麼好的醫療照顧。而對醫療站的同仁來說，能看到振宏一天比一天好起來，看到這對父子的感情，每週由山下往返醫療站的路程也不覺辛苦了。

八年多了，發生在大埔醫療站的故事，還在持續……



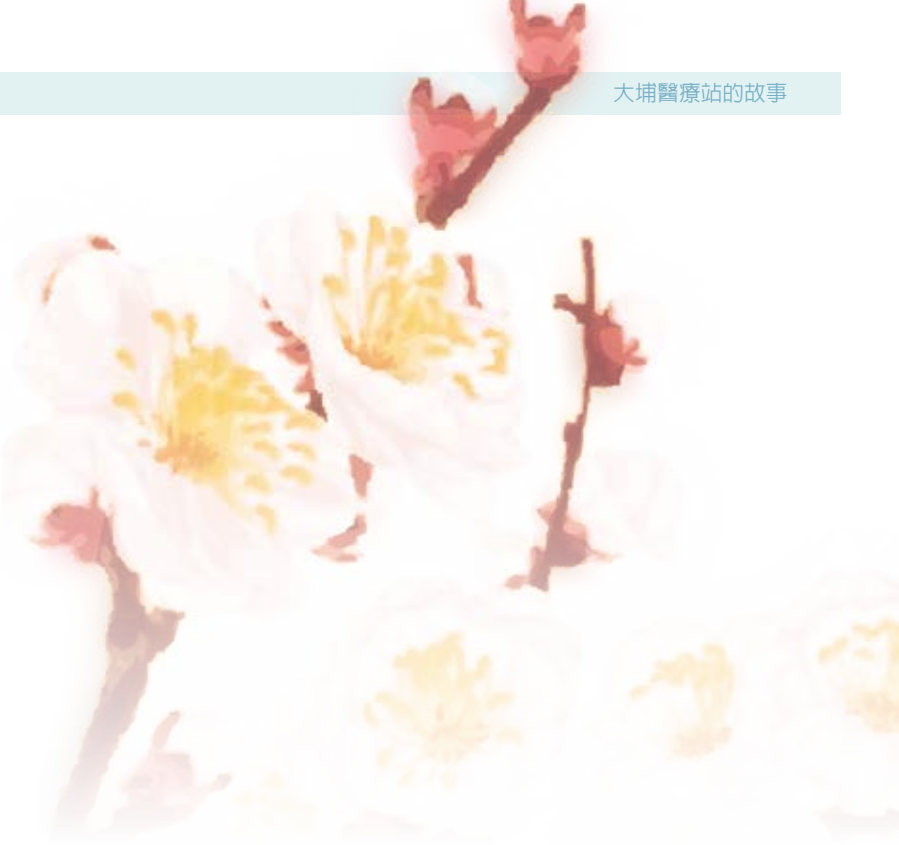
 來到大埔醫療站的護理同仁，除了護理照顧外，也要幫忙張羅醫療站大小事，充分發揮功能，而鄉民對醫護同仁早當成自家人看待了。攝影 / 于劍興

真心

復健治療師的
心底話

翦梅

文、攝影／黃小娟



鑽山越林採收麻竹筍，靠山吃山的大埔鄉民練就耐苦的心志，總是忍到身體難以動彈時才來大埔醫療站。一身的痠痛，盡是過度勞動的證明。大林慈院復健科物理治療師朱皓儀每周固定上山，心疼鄉親的苦，更賣力地陪伴復健。

僅能緩解不適 為鄉親多做一點

除了舟車勞頓，每每在山上都會被蚊蟲咬傷，但皓儀還是樂此不疲。每周三下午皓儀就會坐上計程車，前往大埔醫療站，為大埔鄉親提供兩個半天的復健服務，至今已持續近三年。

原本大埔醫療站的復健服務，是由治療師們輪流上山，幾次之後，未婚的朱皓儀自願固定上山，每次都是中午出發，當天下午和隔天上午為鄉親服務，隔天中午才下山。

「大埔的鄉親身體『差』到不行！」皓儀有感而發。因為山區難免要爬坡、下坡，工作時或蹲或站，退化性關節炎是鄉親們最常罹患的疾病，然而復健最難有成效的就是退化性關節炎，很多

鄉親都是等到需要開刀了才來做復健，而一復健完，就又趕著回去工作，讓皓儀的協助很難發揮太大的效果。

「有時間持續來做復健的，都是家中經濟狀況較好的。」例如，一位五十肩很嚴重的鄉親，原本連手都舉不起來，做了幾次復健，手舉得起來之後，沒有時間讓身體休息，就又要開始工作，就中斷復健了。像這樣周而復始，皓儀也只能在鄉親們前來求助時，盡力緩解他們的不適了。

重症復健見效果 希望幫助深山人

既然復健能幫鄉親的有限，朱皓儀常

會在下山時幫忙代買防護套、拐杖、護膝、護腰等醫療器材，讓鄉親們在回到工作崗位時，至少有一點器材的輔助，還可以繼續為生活打拚。

一天，就著大埔醫療站的候診區，皓儀跟在後頭緊拉著曾經四肢癱瘓的葉振宏復健，前面還有葉爸爸陪著。儘管仍然舉步維艱，但和幾個月前癱軟在床的情況已經改善許多。朱皓儀說，反而是像振宏這樣的重症病患，因為可以訓練復健動作，回家後還可以自行練習，比較容易看到效果。只可惜山上復健器材畢竟不如山下齊全，很多重症患者復健到一定程度後，就會面臨瓶頸，面對家屬期待的眼光，皓儀難免有無力感，



復健治療師朱皓儀自願每週到大埔醫療站服務，鄉親純樸的回饋讓她保有持續上山服務的動力。



 山區路況受天候變化影響很大，但只要能通過，在安全的基本前提下，大林慈院同仁還是會依約到大埔醫療站報到。

心驚，最後兩人決定棄車步行，回來時膝蓋以下全都是泥濘，如今回想起來，皓儀只覺得刺激好玩，但當時實在是十分危險啊！

只希望還能幫他們多做些什麼。

朱皓儀說，振宏和罹患腦性麻痺的吟淑都是住在大埔街上，所以家人可以推著輪椅送他們到醫療站接受治療，像這樣的重症病人，相信在深山裡一定還有很多，只是可能家屬無力送他們到醫療站來。目前配合政府的長期照顧服務計畫，只要符合資格的病人，醫院就可以提供居家復健服務，讓家屬不必苦惱接送問題。

山區生活像度假 感受大埔鄉情濃

山區的交通確實不便，皓儀第一年上山時，常遇到大雨、濃霧，計程車在山路上又開得飛快，加上有時山路會無預警坍方，沿路都是提心吊膽。皓儀想起之前曾與復健科王淑怡醫師到個案家中做居家服務，因為天雨路滑，在山間曲折難行的小路上，計程車找不到個案家的所在，因為爬不上一處陡坡，輪胎還陷在爛泥中打滑，讓她和王醫師膽戰

的蟲蛇也讓自小在高雄市長大的皓儀招架不住，每次上山都免不了被蚊蟲叮咬，甚至有至少兩次遇到隱翅蟲的毒液「伺候」。而隨處可見的大蛇、小蛇更讓皓儀不敢隨意出門。

雖然有一點小小的不便，皓儀仍然很珍惜在醫療站的時光，大雨過後，走出醫療站，遠處的山景就像一幅畫，晚上在宿舍裡聽著蛙鳴入眠。每次上山，感覺就像度假。

「鄉親們很熱情哦！」純樸的鄉親們，總是家裡出產什麼，就送什麼過來。有一次有位鄉親一邊做復健，一邊提到野蜂蜜對身體很不錯，沒想到隔天就送來一罐天然野蜂蜜，罐子裡還看得到蜂巢的碎屑。還有一次聽到一位「阿桑」說，家裡種植梅樹，皓儀隨口說了一句「聽說梅花開時很美」，沒想到「阿桑」把這句話放在心底，在梅花開時竟特意剪下一枝送過來，讓皓儀至今念念不忘。這些一點一滴，讓皓儀一直保持上山服務的動力。

俯首甘為 孺子牛

文 / 姜讚裕

是什麼樣堅持，讓林繁幸醫師能夠耐得住寂寞，單獨守護在大埔這個很鄉下的鄉下地方？

被這麼問到，林醫師的第一個反應是搖搖頭，直說：「這沒什麼啦！」慢慢地，話匣子打開，林醫師談著自己過往的經歷、同樣從醫的兒子，林醫師就是不覺得自己在大埔有什麼貢獻。

不過，在大埔鄉民的心目中，林繁幸醫師是守護神！

喜歡服務偏遠 親近恬靜自然

林醫師是高雄人，國防醫學院畢業後，在軍醫院服務十年，隨即轉入榮民醫院體系，均在偏遠地區服務，曾待過埔里、梨山，退休後選擇落腳慈濟，待在大埔至今已逾八年，而他也年近七十了。他自嘲，他大概是大林慈濟醫院最「老」的員工了。

嘉義縣大埔鄉，設籍人口不到四千人，真正居住的大約只有二千多人，居民多以務農為生。在非假日，走在大埔



親切的林繁幸醫師，細心地幫病患看診，是大埔鄉民的老朋友。

街上，街景破落、景象蕭瑟。以往在假日時，遊人如織，還稍見熱鬧，但在二〇〇九年八八風災之後，道路坍塌，臺三線由中埔往大埔的道路至今也還未修復，仍有一段路基流失未回填，採單向管制通車，車行其中，一側是坍塌的山壁，另一邊是不見盡頭的崖壁，道

路則是鬆軟泥濘的土方，當然影響遊客上山意願。

林醫師談到，以前在梨山服務時喜歡看山，看著合歡山、大霸尖山的高聳壯闊，心很平靜，不會容易情緒激動！來到大埔，徜徉在山湖美景中，心更是恬靜而怡然自得。他說：「一個人如何度過一天的廿四小時，能夠自處是修養！」

因緣巧合 父代子職上山來

來到大埔是因緣！林醫師說，背後還有個故事。「我兒子的醫師高考及格，衛生署來電要找林醫師，要派任工作，剛好我接到電話，我也是林醫師啊，聊了很久，才知道是要找兒子的。」電話裡說梨山有個缺，林醫師開玩笑地說：「我退休了，可不可以我去？」沒想到就這樣去了梨山。因為梨山氣候冷，交通不便，家人擔心，才只待了一年。知道大埔有需要，就這樣，轉到大埔來了。還是一樣在山上。

剛開始進入大林慈濟醫院，林醫師談及與當時林俊龍院長的互動，令他印象深刻。「林院長只交待我兩件事，一是要我不要涉入政治，另一件事是告訴我，病人有需要後送去那家醫院，隨病人意願，不一定要送回大林。」

大埔的老朋友 親切的好醫生

周一至周五，全年守護大埔，林醫師開玩笑說，大埔醫療站是「只此一家、別無分號！」不過，他不認為自己對地

方民衆有多大貢獻，他說，前一段時間一個居民被土石流落下的巨石砸到頭，送來醫療站急診，他也沒有辦法做什麼，只能稍微止血後就後送醫院治療。

子女都成家立業生子，兒子也就近在高雄榮總服務，林醫師只有在周末放假才能返家，享受含飴弄孫之樂。林醫師回顧自己的經歷說：「我喜歡逍遙自在，不喜歡在大醫院的同儕競爭，而且覺得我對山區居民有一份特殊的情感，所以在埔終老是適得其所。」

在大埔街上散步，鄉民會爭相跟林醫師打招呼，因為他總是親切又關心病人。看診時，林醫師都會苦口婆心地勸說不要抽菸、不要喝酒、不要嚼檳榔。大家對林繁幸醫師的感恩，點滴在心頭。而林醫師覺得待在大埔醫療站的他，就如同作家魯迅所說的：「俯首甘為孺子牛！」



就是此等壯闊美景，讓喜歡親近山林的林醫師在大埔醫療站一待就是八年。攝影 / 高健利

歡喜願解 鄉親苦

文、攝影 / 于劍興、黃小娟

山上的活告了段落，大埔醫療站漸次熱絡起來。中醫師葉明憲診間的門未曾闔上，來來去去地。這兒把脈、那頭針灸，冉冉飄起的白煙，氤氳著濃郁的藥草香，而心底那處曾為醫療無著擔憂的空缺，彷彿也被填滿。像是叔伯，若似姊妹，彼此像是家人般熟稔的，就只差醫師的白袍、護理白衣能區別。跟前跟後忙和著的姚品妃穿著淺黃色志工背心，從來求診到轉變成志工已經兩年多了，她總是想著：「想辦法讓鄉親忘記病苦。」

從病人成志工 煮茶兼醫護助手

一大早忙完家裡的事，姚品妃從和平村循著蜿蜒的山路南行，大概二十分鐘後來到設於衛生所內的醫療站。其實，還能沿著臺三線來到醫療站，應該算是幸運的。住在烏頭山、大茅埔的鄉民就得搭船筏過來了。醫療站位在大埔的行政中心，人口最為密集。

這兒碧綠的水庫、蒼鬱的山林，不



 從病人變身為穿著背心的醫療志工，姚品妃姊姊了解農忙鄉民的需要，也是醫護最好的幫手。

時張開雙翼盤旋空中的大冠鷲，卻讓葉明憲醫師著迷，每個禮拜一上山看診，城市裡的緊張氣息頓時消散於無形。

姚品妃提著沉甸甸的茶桶來到醫療站大廳，放桌上，在一旁放上乾淨的茶杯，等著為鄉親解渴。在大林慈院有位煮茶十多年的「青草伯」，姚品妃從開始在大埔醫療站服務，也持續地準備



六年來固定上山看診，葉明憲中醫師與大埔鄉民的互動已經像家人一般熟悉了。

茶水，配合季節貼心地換口味。「夏天準備冰涼的冬瓜茶、青草茶，到了

冬天就準備薑茶、熱的青草茶，在茶裡加黑糖。」

忙完了外頭，姚品妃趕忙走進診間補位。看到護理人員忙不過來，就幫著補充中藥，葉醫師起身去為病人針灸，她就幫忙招呼病人，不需言傳，和醫生與護士之間形成默契十足的拍檔，從早上開始到下午，一天下來可以服務五、十位鄉親。

「是因為鼻子過敏來求診。」姚品妃回想起兩年多前來看診的情形，對葉醫師的親切留下深刻的印象，當有大埔鄉的慈濟委員來為她介紹慈濟時，沒多想的她就投入醫療志工的培訓。「葉醫師對每一位病人都很親切，詳細的為她們說明病情。如果有病人住得比較遠，或是身體比較不舒服時，他就會先幫忙看診。」

醫病互憐惜 守護鄉民搏感情

姚品妃接著談起吟淑和醫療站的故事。陳林鳳為照顧腦性麻痺與癲癇的女兒陳吟淑，從出生就擔憂到成年，又要照顧女兒又要賺錢養家。這天，她慌張

地衝到醫療站裡哭訴著：「我的女兒快走了！」怕突然癱在家裡的吟淑有生命危險，葉明憲醫師趕忙和大林慈院聯繫，然後親自開車到他們家載著吟淑下山住院治療。

原來，在大埔的醫療服務早已超越了場域的限制，也更讓人認真地思考醫病間的情誼。

正忙著看診的葉明憲醫師，卻仍不時回過頭交代拿著話筒的姚品妃，她正在與準備上山的復健師和護理人員聯繫。原來媽媽鳳為上午來看診，提到女兒不好好吃飯，身體虛弱地一度暈倒在家裡，心情也變得消極，葉醫師知道後趕忙交代打電話回大林慈院，「下午一定要帶營養補給品上來！」在葉醫師的關心下，吟淑的腦瘤得到控制，身體也逐漸養好，媽媽的擔憂也才放下。

大埔鄉有四位慈濟委員，而姚品妃是第一位因看病而決定投身醫療志工的鄉民，雖然家裡一開始不太支持，但她心意很堅定，也學會盡快安頓好家中，讓自己能有時間做志工。因為了解農忙的辛苦在哪裡，更清楚大家對於生病的焦慮，姚品妃總是在診間裡外忙碌著，只要葉醫師來到大埔，就能看到她穿著志工背心的身影。

六年的時間，葉醫師只有一次因道路中斷而沒上大埔，他說：「我們醫護同仁與鄉民互相憐惜、關懷，就像是搏感情一樣，所以不管上山的路有多蜿蜒遙遠，我們上去的心不會間斷……」

彩光永續

馬來西亞慈濟人
李彩蘭的大捨之愛

蘭心飄香



文 / 彭微勻、黃思齊、曾慶方、茹濟礪
攝影 / 黃思齊、劉明總、游繡華、彭微勻、曾慶方

生命如彩霞，無論絢爛或平淡，終有消逝的時刻。

面對生離死別，親人的依戀不捨，讓人心碎。

如何能讓生命最後一刻依然散發光彩，只能仰賴親人的智慧抉擇。

一趟心靈尋根之旅，因為意外無常來襲，勇敢大捨前行……

秀外慧中賢德女 志業家業歡喜擔

四十六歲的馬來西亞慈濟志工李彩蘭師姊，是一位秀外慧中的女子，她與相差十一歲的陳先生同組溫馨的家庭。三位子女都很乖巧，十七歲剛考完高中大會考的阿敏成熟懂事，十五歲的欣欣功課好、反應機靈，十一歲的弟弟小偉活潑可愛，一家人和樂融融。彩蘭不僅把家務打理得井井有條，她更是先生事業上的好夥伴，承擔貨車公司的部份業務。

彩蘭加入慈濟才短短四年，最初只是會員繳交功德款，到開始參與環保回收，漸漸深入瞭解慈濟。因為認同慈濟志工為社會奉獻無所求的心念，每項慈濟活動她都熱心參與，不論是環保，還是國際慈濟人醫會的義診，所見所聞都讓她感動不已，於是決定投入慈濟委員的見習與培訓。貼心又細膩

的彩蘭總是先將家務做好，安排好三個孩子的接送之後，才會放心參與慈濟活動。若是先生在家，她也會做好餐點、陪家人用餐之後才會出門忙慈濟事，歡喜精進穿梭於溫馨的社區活動與家務、事業之間。

正因為她的認同與投入，協力組組長江月媚師姊邀請還在培訓中的彩蘭師姊，勇於承擔協力副組長的任務，二位情同姊妹的好夥伴，並肩攜手挑起如來家業。

偶爾，在忙碌充實的生活中，彩蘭會出現頭疼症狀，通常喝杯咖啡休息一下就會緩解，雖然也曾經到當地的醫院做檢查，但也沒查出個確切病因。

二〇一〇年的冬天，是彩蘭期待已久的時刻，因為她要從馬來西亞飛來臺灣，回到心靈故鄉——花蓮參加尋根之旅與委員受證典禮。在營隊期間彩蘭留下一張張堆滿笑容的合影，與來自全球的法親相聚，每節課都



彩蘭與先生恩愛，常常帶著孩子全家出遊，一家和樂。

讓她法喜充滿、感動滿滿。而就在營隊即將結束的前一天，彩蘭終於由最景仰的證嚴上人幫她別上慈濟委員證，法號「慈康」。上人在

為海外慈濟授證當日上午的開示裡，叮嚀全球慈濟人：「慈悲喜捨，只要我們發大心、無量心，沒有做不到的，沒有不快樂、沒有不捨

的，一定都可以大捨，還可以得大法喜，可以慈悲的無量付出。所以人生沒有做不到的，許多的感恩說不盡啊！」內心悸動不已、淚眼婆娑的彩蘭，圓滿了成為慈濟委員的心願，也發願要更精進於菩薩道上！

頭暈查出真病灶 腦血管畸形危急

然而就在受證後第二天清晨，彩蘭起床後突然因為劇烈頭暈頭痛難耐，緊急送往花蓮慈院急診室救治。初步電腦斷層檢查發現腦部有大量出血，隨即緊急轉至外科加護病房，由一般神經外科主任蘇泉發醫師收治住院。蘇主任表示，從影像報告中可以看出李師姊本身有先天性的腦部血管畸形，隨時都有可能造成出血，而在出現大量出血的時候，最重要的就是要先進行腦部減壓手術。

得知有馬來西亞志工被送到花蓮慈院急診後，身兼慈濟醫療志業執行長的花蓮慈院林俊龍院長與夫人慈聯師姊也隨即前往探視。「彩蘭師姊！彩蘭師姊！」病床邊慈聯師姊不停呼喚著她的



認真精進的彩蘭，只用四年的時間就從會員到培訓成為慈濟人。圖為她走上街頭，身段柔軟的為海地震災募款。



彩蘭（後排左二）在二〇一〇年歲末終於如願回到花蓮尋根與受證。



剛完成受證，新進的慈濟委員在靜思堂前合影，人人法喜充滿，彩蘭（左三）也在其中。

名字，希望彩蘭保持清醒，因為緊接著彩蘭必須馬上進行腦部減壓手術了。在手術室準備的同時，護理人員先在病房內為彩蘭剃髮做好術前的準備，意識模糊的彩蘭仍不停的問，「是不是真的要剃頭髮？」林媽媽慈聯師姊與護理人員也在一旁安撫的說：「頭髮會再長，現在最重要的是先把腦壓降下來。」

由於彩蘭的家人都在馬來西亞，院方透過慈濟基金會宗教處聯絡彩蘭的先生，



剛完成腦部減壓手術的彩蘭精神還不錯。當志工顏惠美（右一）陪同剛抵達臺灣的先生（左二）探視時，彩蘭和先生都比出大拇指加油的手勢。

告知病情並請他儘快來台。同一時刻，醫療團隊立即將彩蘭送進手術室接受腦部減壓手術。當彩蘭的丈夫陳先生從馬來西亞趕到花蓮慈院時，術後的彩蘭已經可以離開呼吸器，與先生清楚的對話、互動。

病情急轉直下 家人難捨痛哭

由於腦部血管畸形必須進一步治療，否則隨時會有生命危險，醫療團隊等彩蘭身體狀況穩定之後，立刻安排血管攝影檢查，發現腦部動、靜脈都有先天性的畸形，外加兩個動脈瘤。家屬考量回到馬來西亞接受後續醫療的困難，決定留在花蓮慈院進行血管栓塞手術，治療動脈瘤與動、靜脈畸形的問題。

一星期之後，經過評估可以進行血管栓塞手術，沒想到手術後幾個小時，發生劇烈變化，彩蘭瞳孔放大，昏迷指數 2T。突如其來的轉變，讓醫護團隊在努力穩定彩蘭身體狀況的同時，也很擔心陳先生的情緒，因為手術前，陳先生擔心彩蘭會緊張害怕，就安慰她：「不要

害怕，只是一個小手術。」沒想到手術後卻等不到彩蘭醒來。經過醫師詳細解釋病情，陳先生深覺愧疚、崩潰痛哭。醫護、社工、志工團隊全力照護，靜思精舍師父也來關心，虔誠祝福彩蘭。

心痛弟子受病苦 法親關懷如一家

得知彩蘭的病情發生變化，江月媚師姊立刻啓程陪著三個孩子阿敏、欣欣和小偉，以及陳先生的兩位摯友，在慈濟志工一路陪伴協助下，從馬來西亞飛趕到花蓮。陳先生在慈聯師姊、資深志工顏惠美師姊、月媚師姊與二位好友陪伴下，帶著三個孩子到精舍拜見上人。陳先生見到上人之後落淚長跪不起，上人親自向前扶起，並細數為海外慈濟培訓委員授證之後必須外出行腳，心中卻掛念好弟子彩蘭的心情。在家鄉開貨運行，有一百多位員工的陳先生，聽聞上人心情感同身受，數度痛哭發抖。

陪同孩子從馬來西亞趕來花蓮的志工江月媚，向上人描述彩蘭精進付出在社區，雖然才短短四年，但彩蘭非



林俊龍執行長與慈聯師姊、主治醫師蘇泉發主任（右二），在彩蘭住院後，頻頻到她病榻前探視，關心病情。



彩蘭昏迷後，第一次腦判後狀況不佳，與彩蘭感情深厚的陳先生陷入無盡的悲傷之中。



第二次腦判之後，顏惠美師姊（右二）和蘇足師姊（左一）帶著彩蘭的兒女依偎在床邊，向媽媽訴說心裡的話。



女兒在社工靖玲的陪伴下，為母親填寫器官捐贈同意書的相關資料。

器官捐贈的啟動，在醫院中有一定的流程與規範。通常若主治醫師與主要照護的護理人員發現有符合捐贈條件，或是瀕臨腦死的病患，即會主動通知器官勸募暨移植中心。中心則會評估病患臨床狀況並詢問主治醫師意見後，請社工或志工視時機探詢家屬的想法。但慈濟醫療體系還有一個很大的特色，就是主治醫師或是主要照顧的專師、護理人員，有時也會成為主要勸募者，承擔起器官勸募重要推手的角色；但這必須建立在深厚的醫病、護病關係之上。倘若病人不信任主治醫師，就會心生疑慮，認為醫師為了取得器官，很可能會放棄救治自己的家人。

常優秀，還在培訓就承擔協力副組長的重任，也承諾受證後，要出任互愛幹部。而對陳先生來說，平日彩蘭打理家庭，照顧三個孩子，還幫忙公司業務，一家人都非常依賴著彩蘭。

證嚴上人表示因緣不可思議，往年為海外慈濟人授證，都是在最後一天圓緣的下午舉行，這一次卻因為另有重要行程所以才提前一天為海外菩薩授證。但也就是因為這樣的因緣湊巧，才能幫李彩蘭師姊圓滿親自受證的心願；若是按照往年慣例在營隊最後一天舉行，彩蘭就來不及親自參加受證，因為那一天彩蘭已經住進外科加護病房。不過彩蘭圓滿心願走入慈濟門之後所發生的狀況，任誰也無法預料，雖然大家都虔誠祝福彩蘭，但也請陳先生心裡要有「萬一」的準備，希望陳先生要放下、要安下心，顧好自己的身體。在人醫會駐點護理志工的照顧下，陳先生答應要當上人的好弟子，會在花蓮慈院接受健康檢查，照顧好自己的身體與三個小孩。

面對無常做準備 圓滿大願為摯愛

陳先生原本打算要先回馬來西亞二天處理公務，但跟主治醫師蘇泉發主任討論時，蘇主任卻告知彩蘭的情況隨時都可能有變化，希望能談談後續治療方向，因為在緊急狀況下，許多醫療處置都需要家屬親自簽下同意書。一直很難接受愛妻子病情惡化、情緒低落的陳先生在心痛之餘，突然提出想要瞭解器官捐贈的流程。會談結束後，蘇泉發主任立刻通知慈濟器官勸募暨移植中心李明哲主任。移植中心也請社工黃靖玲與陳先生聯繫。

晚間八點多，在花蓮慈院健檢中心的交誼廳裡，社工靖玲告訴陳先生，並不是慈濟人就一定得捐器官，請他好好考慮，如果有疑慮，也可以隨時喊停。在二位好友扶持下，陳先生情緒激動不時流淚，手也在發抖，但他暫停了一會兒，深呼吸幾次之後，鼓起勇氣說出心底的話：「其實，我昨天已經下定決心要幫她做器官捐贈，我知道彩蘭很愛慈濟，也愛做慈濟事，這幾天我覺得



上圖：在醫療團隊與家人的護送下，即將進入開刀房成為大捨菩薩的彩蘭，即將走入另一段生命境界。最前方二位著綠衣者為開刀房護理人員。

她有傳訊息給我，要我幫她做器捐，我心裡都知道，但情感上一直想逃避，所以師父勸我放下、放下，我都說『不要講、不要講』，但心裡早已下定決心了……我要幫她完成這件事！我知道這是她的心願，可以救很多人！」

不久之後，三個孩子由江月媚師姊、丘麗娟師姊與徐玲玲師姊陪伴下來到。陳先生慎重地詢問三個孩子：「下午有跟你們說過要幫媽



媽做的事，你們都知道了，都同意嗎？大姊？二姊？弟弟？」三個孩子堅強的一一點頭，但眼底難掩的哀傷，讓陪伴者的心都揪結在一起。大姊小敏與二姐欣欣一起填寫同意書相關資料，然後轉給爸爸，當陳先生拿起筆要簽名時，卻雙手顫抖久久無法落款，為了將摯愛妻子最後的生命禮物送給苦苦等待最後希望的病患，他緩緩在器官捐贈同意書上簽名，伴隨著不捨的眼淚，泣不成聲……

圓願難捨終須別 化做春泥護新蕊

「你們都是媽媽的心肝寶貝，把握時間多跟媽媽說幾句話……」隔日，當兩次腦判順利完成後，強忍悲傷的陳先生牽起兒子的手，兩位女兒也依偎在床邊，緊緊握著媽媽的手，望著面容安祥的彩蘭，把握最後相聚的時間，兒女們向媽媽訴說心裡的話，不捨的情緒再次潰堤，陳先生更是久久難以開口。

下圖：歷經七個多小時的捐贈手術結束，醫療團隊細心為彩蘭淨身更衣後，全員合掌感恩她的大捨之愛。





器官移植團隊把握時間分成三組進行手術，將彩蘭的生命與愛接續下去。

告別的時刻終於到來，開刀房護理長徐淑華親自帶領同仁完成交班，在加護病房護理同仁與器官移植中心協調護理師施明蕙與周桂君的協助下，家人推著病床緩緩走到了開刀房電梯口，護士、志工、家屬淚眼相對，為摯愛的親人、法親獻上滿滿的祝福，隨著「南無觀世音菩薩」佛號聲，彩蘭緩緩進入電梯，展開另一段在人間傳承大愛的多彩旅程。

經過醫療團隊評估捐出的器官有心臟、肝臟、二枚腎臟；還有組織，包括心包膜與血管、二枚眼角膜、四肢骨骼與韌帶。心臟經由線上配對，分配給最危及的

北部醫學中心病患，由該移植中心醫護團隊親自帶回；心包膜與血管則存放在另一家北部醫學中心的組織庫中，以待需要的病患使用。其餘器官與組織則配對與保存於花蓮慈院，預計可嘉惠數十位病患，為許多原本瀕臨破碎的家庭帶來及時的希望與生機。

奉獻生命心熱能 腐朽生機新啟動

歷經七個多小時，捐贈手術約在晚間十點三十分結束，骨科吳文田醫師、張順忠醫師等團隊為彩蘭細心修補皮膚與骨骼，開刀房護理團隊親手為師姊淨身、穿上慈濟委員旗袍、輕抹彩

妝與淡淡口紅，然後戴上協調護理師親手梳理的慈濟髮髻，彩蘭完成器官捐贈的大願後，容貌如昔、莊嚴安詳。

在開刀房門口守候的親友，見到移植團隊二十多位的醫護人員，全體醫護送彩蘭到門口，陳先生快步向前，雙手合十鞠躬：「謝謝大家，謝謝醫生護士完成彩蘭的心願，辛苦了！謝謝謝謝！」

平和悠揚的佛號聲，從醫院走道唱誦到助念堂，親友、法親、志業同仁更是帶著虔誠與祝福一路護送，感念直到生命最後一刻都還在做慈濟、無私奉獻的李彩蘭師姊。

李明哲主任在開刀房門前感恩家屬與彩蘭後，繼續回到開刀房接續移植手術的進行，與器官移植團隊的何冠進醫師、楊穎勤醫師、陳言丞醫師、陳景亮醫師等分成三組，深夜持續進行肝腎移植。二枚腎臟移植手術進行得相當順利，於深夜一點多完成；肝臟移植也於第二天凌晨近五點圓滿。二枚眼角膜也於隔日由眼科醫師完成移植。北返的心臟移植團隊，手術圓滿順利，心臟強而有力的在病人身軀內跳動著，啟動新生命的開端。

人間菩薩植福田 大愛不息永追懷

就在移植手術剛結束的上午，靜思精舍德慈法師、德如法師帶領多位精舍常住師父，為彩蘭舉辦簡單隆重的感恩追思會。慈濟醫療志業執行長林俊龍與夫人慈聯師姊、主治醫師蘇泉發主任、陳星助主任秘書、向雅玲專師、慈濟器官移植中心團隊、醫院志工、醫療志業與宗教處職志法親都到場致敬。德慈師父開示，「因緣實在是不可思議，彩

蘭師姊繞了一圈，最後還是回到心靈的故鄉。」

而看到醫療團隊與慈濟法親對妻子與家人的陪伴和誠懇心意，陳先生語帶哽咽地說：「彩蘭能親自從證嚴上人手中接過委員證，已完成了她最盼望的心願；自己最後能做的，就是為妻子捐出器官，將彩蘭對家人、慈濟人還有所有人的愛延續下去。」他含淚感恩一路陪伴的醫護團隊與志工，因為合心協力的付出，方能用愛心接力讓生命延續。

彩蘭師姊的遺體火化後，部份骨灰存奉於慈濟大學教育傳播學院新啓用的大捨堂內。離開花蓮前，陳先生再特地帶著三位兒女再次前往大捨堂探望彩蘭。三位兒女感恩母親的生育

及養育之恩，將內心的不舍與思念化為文字，在母親靈前獻上感恩與祝福的卡，並答應延續媽媽生前最愛的慈濟志業。器官捐贈協調護理師周桂君也向彩蘭師姊分享受贈者接受移植手術後術後的狀況，並代病患感恩彩蘭師姊的智慧大愛，點燃更多的生命與希望。

花蓮火車站彼此感恩聲聲道別後，資深志工顏惠美師姊與宗教處吳政憲師兄陪同陳師兄一家北上，並由三重區與桃園區慈濟人協力接送至機場，返回馬來西亞。

社區關懷愛接續 層層圍繞膚心靈

當陳師兄一家人抵達吉隆坡國際機場時，馬來西



離開臺灣前，彩蘭的先生與兒女到大捨堂靈前獻上思念與感恩的卡片與培訓證，虔誠祝福母親安住於心靈的故鄉。

亞慈濟人早已在出口守候，除了八位慈濟志工外，還有十多位親戚接機。在等候的時刻，慈濟人和親友們分享陳先生一家人在花蓮時慈濟志工的陪

伴；還有彩蘭住院時，慈院醫療團隊所給予最深切的醫療和關懷，以及證嚴上人對彩蘭的關愛和讚歎。親友們聽了都非常感動，而其中幾位親友其實早就已經從大愛電視「人間菩提」節目的上人開示與大愛新聞中，瞭解病情變化。

回到了馬來西亞溫暖的家，陳先生播放了一些從花蓮帶回來的照片，與親戚講述彩蘭在花蓮時的病情發展乃至往生的那一刻。分享時，陳先生已經從極度悲傷的情緒轉換為妻子圓夢的懷念；志工與孩子們交談時，孩子也偶有笑容；反倒是好幾位親友，仍是滿臉悲愁與不捨。

雖然孩子仍年幼，陳先生也做好安排，讓妻子在天之靈心安。月媚師姊表示，熟識的社區志工會輪班協



馬來西亞雪隆分會為慈濟委員李彩蘭師姊舉辦了一場追思會，三百多位法親共聚一堂追思彩蘭短暫卻有意義的一生。

助陪伴三位孩子，香積志工也會視情況需要，準備熱騰騰的食物。日後，希望教導孩子做一些簡單的餐食，學習自立照顧自己。

生別離心痛難忘 大智慧轉苦為福

生離死別的苦終生難忘，但家人的大智慧將失去親人的哀慟轉為祝福，讓摯愛的生命能夠延續。李彩蘭師姊是花蓮慈院器官捐贈史上，第一位捐贈器官的慈濟志

工；也是臺灣醫療史上，第一位完全沒有任何親戚在臺灣，卻完成器官與組織捐贈的外籍人士。

彩蘭的身影雖已翩然遠離，但她的慧命並沒有畫下休止符，因為深愛她的家人會傳承她最愛的慈濟志業；而她良善的心、健康的器官、寶貴的組織還會活躍著，讓不同家庭重獲幸福。期待未來，能延續她對生命的熱愛，回饋社會，奉獻心力……

腦死與植物人，是不同的腦部傷害所造成。腦死是指生命中樞「腦幹」失去功能，病人無法自主呼吸、控制心跳；而植物人是指大腦受到傷害或病變，腦幹功能還是可以運作，病人雖然無法起身說話，自由活動，但可以自主呼吸、維持心跳等。簡單解釋，腦死的病患，是無法長久靠藥物與機器存活的；但植物人可以存活很久，甚至長達幾十年。

感恩

來自病患與家屬的溫馨回饋 的足跡...

臺北慈院

九月十八日緊急送急診，放射診斷科蕭仲凱醫師有對家屬解釋病況及處置方式，九月二十四日與蔡立平醫師聯絡後又送急診，蕭醫師已等候多時，且以最精湛的技術為我做栓塞，做好不居功，告訴家屬：可能有貴人相助，一切順利。並讓我們看做前、後的影像。住院期間主動巡視、關懷、祝福！有狀況也隨時趕到瞭解、處理、解釋。真的很感恩！如此好的優良醫師，讓我們從進院到出院，念念不忘！

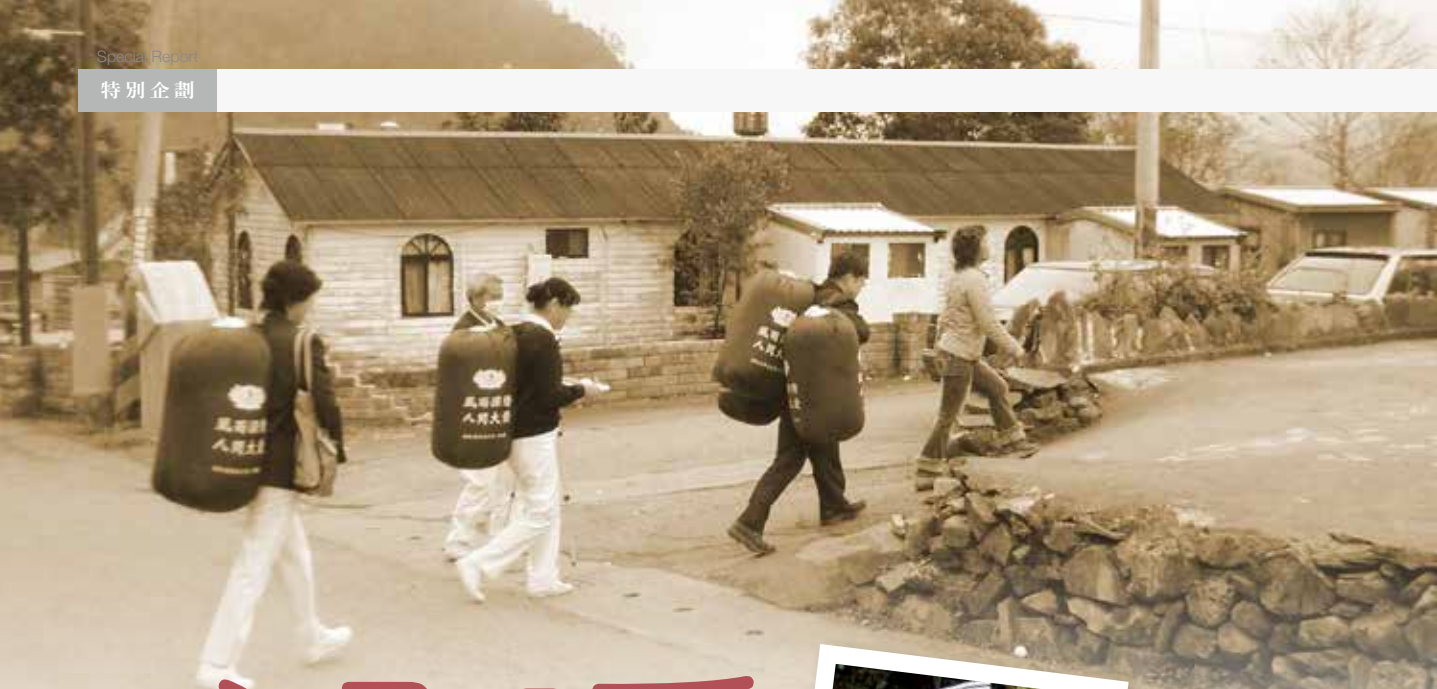
病患家屬

九 A 病房楊雅涵護士積極主動詢問病患的需求，並耐心予以協助，細心照顧及誠懇的態度，實在令人激賞！王秀君護士專業的醫療照顧，馬上解決病患的問題，尤其親切笑容的服務態度，令病患傷痛馬上消除一半，真是個護士的典範！感謝張亞琳營養師，主動積極詢問餐飲狀況，知道我的病情後，主動向廠商爭取試用的營養品，讓我可以補充手術後的營養，實在令我感動想流淚，這樣貼心的舉動，讓我不知要怎樣感謝張營養師！感謝癌症中心楊玉純，我的病房營養師也不是她，但機緣巧合，之前她來關心另外的病患，我以為她是病房營養師，就問一些問題，她還花了很多時間幫我調整營養品用量，該注意的飲食，還主動提供資料讓我參考，先前不知她姓名，現在才補回饋單。希望院方給予大家實質獎勵，達到鼓勵的目的，謝謝！

賴先生

十三 B 病房黃鈺婷護士於十二月九日中午送來飯後應吃的藥，並提醒我準時吃下，她的要求，我看報紙忘掉了。經過約半小時後黃小姐再來病房查，看到我仍然沒有將她送來的藥吃下，隨即雙手拍我的背部說爺爺是否忘了吃藥，這一舉動，真實的打動了我心，特別感到溫馨。護士小姐如此確實服務，我心裡特別高興，她的小手拍在我背部，讓人難忘，請多多鼓勵！謝謝！

李先生



送暖




——玉里關山巡醫記

沿著臺九線公路行經花蓮市區往南走，
會經過玉里鎮上的慈濟醫院，
不到一個小時車程跨過縣界到關山鎮，
會再見到小坡上的另一間慈濟醫院，
搭著東岸火車南行，也同樣看得見堅定屹立的它們……
在醫院裡提供照護不停歇，走入社區亦如是。
玉里慈院為老人把關身心健康，送福氣，
關山慈院上部落醫療巡診，傳衛教……



文／吳宜芳 攝影／陳世淵、李玉如

璞石閣

銀髮樂

——玉里慈院福氣站

在花蓮縣南端的玉里鎮，舊稱為「璞石閣」，舊地名的緣由說法不一，最美的敘述是清光緒元年官兵看著秀姑巒溪滿佈純白的玉石而命名。不到三萬人口的玉里鎮，有著臺九線公路帶來的觀光人潮，赤科山一片金黃的金針花海、安通溫泉、古早味的玉里橋頭麵、羊羹……，淳樸的景緻、友善的民風、新鮮的空氣，總能搏得觀光客的一片讚嘆，在腦中暫留一段美好的假期回憶，卻沒能夠改變玉里鎮年輕人口外流、老年人口比例過高的事實。

營造社區健康 福氣站做推手

佇立在臺九線公路上的玉里慈濟醫院，肩負著社區健康營造的任務，也看到玉里鎮老人比例偏高的狀況。玉里慈院管理室的同仁實地去訪查後，發現兩個事實，一是實際居住人口比戶籍登記的數字少了許多，另一個則是在人口較密集的鄰里，六十五歲以上人口佔了三、四成以上，遠高於全臺灣統計的百

分之十。

福氣站，就是在這樣的情況下應運而生。在國民健康局與地方政府關心老人的立意下，有「老人日托關懷站」，或是後來的「社區關懷據點」，在大花蓮地區，我們稱「福氣站」，因為希望祝福老人家們有福氣，活得健康又自在。如果老人家能夠健康有活力，整個社區也就會跟著輕鬆起來

所以，五年多前，二〇〇五年，玉里慈院先在人口最密集的玉里鎮市區成立溝仔頂銀髮福氣站，隔年二〇〇六年擴辦了三民社區的福氣站，老人家們因此多了個好去處。

老學生上學去 課程動靜交錯

早上七點多，走進三民里的三民國小校園，經過穿堂走過一排教室，沿途聽著小學生們充滿朝氣的琅琅讀書聲，繞過一個轉角，有一間獨立的教室，朝裡面一看，有一群「老學生」正坐著，等著「上課」。問一問，好幾位阿公阿嬤



看到「老學生」們各個開朗又可愛的笑容，就可以感受到銀髮福氣站讓阿公阿嬤越活越年輕。

都七十幾、八十多歲了呢。

八點鐘一到，已經報到的阿公阿嬤們陸續量體溫、量血壓，同時，老師邊播放「幸福美滿呼啦啦」的音樂，已經準備好的老人家就跟著老師做體操，讓身體先「有氧」一下。

動態體操結束後，再來是手工藝時間。二十多位老學生就著三張長桌排排坐著，專心地剪出兩片紙花朵，然後用樹脂把印有姓名的紙片貼在花朵上，然後把紙花前後對稱地黏在冰棒棍上，完成了名牌的製作。課程的安排絕對不趕時間，大家悠閒地做，有的阿嬤把紙花上下黏好後才發現忘了夾住冰棒棍，沒

關係，拆開來再做一次。做好的成品，下次就可以發揮功能，報到完的同學就把名牌棒棒糖插在入口處的罐子裡，同學們誰有來、誰沒來，一目了然。

生活有重心 復健也療癒

接下來，大約十點鐘左右，開始另一堂課程：這天上的是著色塗鴉。老師發給每個人一張印有三、四位騎著掃帚的小女巫輪廓描圖，讓學員們自己著色，有的阿嬤中規中矩的幫小女巫塗上黑髮，在臉上塗皮膚色，但也有阿嬤獨具創意地著上不同的色彩：像是有一位翠娥阿嬤就大方的拿起紅色和綠色色筆

幫小女巫「挑染」頭髮；還有一位秀梅阿嬤，則覺得紙上只有小女巫太孤單了，自己拿起鉛筆盒裡的黑筆描上白雲和蝴蝶在一旁，忙著在紙上加料。

課程進行到上午十一點，很快接近尾聲，也快中午囉。在福氣站課程結束之際，有時也會有點「續攤」喔！因為幾年下來同學也熟了，有些人就會把家裡種的菜啊、水果、或自己做的點心帶來和大家分享，同學們心暖肚子也飽，開心地下課回家。

課程內容是如此的簡單，時間限制是這麼地寬鬆，就好像幼稚園中班的設計教案，或許很難想像，但，真的就有「福氣站」的效果，帶給阿嬤阿公們朝氣活力。

秀梅阿嬤患有帕金森氏症，剛罹病時行動遲緩，走起路來像是機器人似的，但經過張玉麟院長診斷後服用藥物，情況較穩定控制。接著在玉里慈院的鼓勵下秀梅阿嬤到福氣站來，參加活動當復健，也結交新朋友，不到一年，她的康復情況進步神速，除了嘴部偶爾還是會有不自主咀嚼的動作外，其它的症狀沒有再復發。原本秀梅阿嬤都是在先生的陪同下來福氣站，誰知道，最近阿公慢慢出現了阿茲海默症的徵狀，照顧者的角色反而換了過來。秀梅阿嬤若沒有玉



花蓮縣玉里鎮老年人口多，玉里慈濟醫院在醫院附近市集區域及三民里成立銀髮族福氣站，讓老人家多個去處，還能常保身心寬暢。



福氣站裡總能見到老人家認真地把手上的作品踏實地完成，也重溫小時候聚在教室裡的記憶。

里慈院的診治，配合福氣站的復健活動啓發，絕對無法承擔起照顧阿公的責任！

感恩志工當站長 許多老師樂教學

玉里慈院承擔社區的銀髮福氣站，雖然醫院同仁人力有限，管理室同仁還是發揮巧思，幫兩個福氣站都找到站長，也經過一番訓練，讓福氣站有了幾位固定的志工；所以福氣站的課程內容才能每次每次都很豐富活潑，而且充滿溫暖。

例如，三民福氣站的站長楊招治，本身是三民國小的退休老師，也是慈濟志工，一手張羅站裡的大小事，也會適時地融入靜思語，讓老人家更快樂更寬心。還有，林秋紅這位退休的幼稚園老師會在站裡到處穿梭幫忙。

為了讓老人家活到老學到老，有難度，但不會太無聊，而且兼顧身體的健康，有運動，又不會太激烈，課程都會變換「口味」，來福氣站，老人家們可以學簡單的土風舞、五行健康操或是自編的體操，也有手語表演帶動唱；還會依照不同的時令節慶，播放應景的歌曲，像是九月的中秋節就會放首「月亮代表我的心」來手語教唱。

更具激勵性的，是讓老人家把學會的表演給大家看；不管是暖身操、土



長輩們到福氣站報到的第一件事，就是先量血壓脈搏等，然後溫暖肢體末梢、肩背，避免心血管疾病，天氣冷時特別要注意。

風舞都可以，換上表演服，在社區的長壽俱樂部，或是小學的運動會上，都看到福氣站的老人家們勇敢地把成果秀出來。

社區醫院平臺 顧身心靈健康

在玉里鎮上的銀髮福氣站，不僅讓老人們生活多個去處，健康也有人照顧，而且，玉里慈院張玉麟院長說：「我們也要顧及到社區民衆內心的修補，提升到一個『心』健康的概念。」目前一星期兩個上午的福氣站課程，讓老人家不用把自己關在家裡，走進福氣站，對老人們的心靈健康絕對有幫助。

張院長也表示，「福氣站建立了一個良好的社區平臺，提供社區與醫院一個溝通的橋梁，進而能有效率的將健康訊息傳遞宣導出去。」

地點設在玉里靜思堂內的溝仔頂福氣站，人氣比三民福氣站還旺！因為這邊人口比較多嘛！

明亮寬敞的靜思堂，正門進去便能看到一個個穿著綠色背心的「保健志工」，左側是量血壓、測體溫的地方，而右側則擺放有三臺溫熱手部的機器，讓早起的老人們四肢溫暖，避免心血管疾病的問題。老人家把手放在機器上熱敷的同時，保健志工還會幫忙按摩、拍打，活絡老人手部末梢神經。而且，還有志工將學有專精的推拿技巧帶到靜思堂裡頭，服務來到這裡的阿公阿嬤們。

溝仔頂福氣站的學員數約四十多位，大部分在福氣站一開張的時候就來報名了，平均年齡八十歲以上。

有玩又有得吃的活動最受歡迎，福氣站都會因應時令安排課程。圖為學員們一起搓湯圓，等一下就下鍋一起吃囉。



福氣站課程開始前，先跟著音樂慢慢地律動，或是打一套太極拳，舒展筋骨。





年紀大還是能夠充滿活力地過生活，到銀髮族福氣站既能交朋友，又有人照顧身體健康。
圖為節慶時，送紅包讓老人家沾喜氣。

老來好夥伴 個個都是寶

上午八點開始報到、熱身，九點整就要開始第一個正式活動了。「嘿啲嘿啲嘿啲……」，在歌聲的帶動下，老人家們跟著臺前示範的幾位老師跳著「幸福美滿呼啦啦」健身操，一套針對中老年人設計的體適能運動。只見阿公阿嬤專心看著臺前，每個人用著各自的節拍跟進度，有的緩慢伸展，有的快速跟上老師變換動作，也有累了就回到座位上的。

身體暖了，呼吸順了，接下來，要打二十七式太極拳。跟著緩慢輕鬆的音樂，調整呼吸並靜心。

看著四十多位老人家認真地上課，真是令人感動；算一算，在場加起來三千多歲，在這些老人家背後有三千多年的故事可以聽……九十歲的金針阿嬤，雖然自頭到尾都坐在椅子上，但雙手雙腳

緊緊跟著臺上做動作，非常投入。原來金針阿嬤是玉里橋頭麵的創始人，十幾歲就開始工作，她的那雙手不知捍過多少麵、包過多少顆餛飩，才打響了橋頭麵的名號……話匣子一開，金針阿嬤還分享了她的祖母的秘訣：怎樣製作針線包才能讓針不會生鏽？秘密就在針線包裡頭的材料。現在大多數人都用棉花，但阿嬤說，她們是把蠟燭削成薄片放在裡頭，或是用髮絲。金針阿嬤的針線包，實用又有古早味，是很搶手的小禮物。

老人家的智慧，稍稍停下腳步聽一聽，每每都有收穫。

走出家門開心門

為了不讓老人家太累，十點鐘結束動態活動，接續靜態手工藝的製作課程，這天要作「家族相框」。

志工們快速的將桌子椅子排好，也為每個學員備好材料。學員們都記得老師交待的，都先帶來一張家族照。相框製作方法不難，先用立體的瓦楞紙當基座，貼上照片，然後再用各種各樣顏色的吸管黏上當邊框……時間過的很快，又到了十一點鐘下課時間了。只見到有的阿公阿嬤由家中子女接送，也有的和「同學」一同結伴走回家。

銀髮福氣站，讓老人家走出家門、打開心門；最後，更希望阿公阿嬤能成為社區福氣站的種子，將促進健康的觀念帶給左鄰右舍，讓每位銀髮族都能身心康泰。

關山情 繫海端

文 / 吳宜芳 攝影 / 李玉如

關山慈濟醫院到臺東縣海端鄉巡迴醫療服務已持續多年，現在維持一週上山兩次的醫療服務，一次是星期二當天來回，另一次則利用星期五下午上山，沿途開兩個診，到利稻後辦一場夜診，星期六上午再一場晨間門診，接著返回醫院；山上的村民都知道，如果有需要，在什麼時間會等到慈濟醫療車……

十年如一日 巡迴部落醫療

關山慈院到海端鄉的IDS巡迴醫療，持續超過十年了，也練就了醫院同仁互相補位支援的能力，幾位行政同仁，像管理室黃坤峰副主任等，都會輪流擔任巡迴醫療車的司機，或是跟車協助，也要張羅這一趟出門的大小事。

星期五下午一點半，又到了兩天一夜的上山時間。這天由資訊室的羅逸紘負責開車，上山的醫師是花蓮慈院神經內科林冠宏醫師，居家護理師孫美琪則是主要負責的護理同仁之一。經過半個多小時的山路車程，先到第一站——下馬部落。



關山慈院巡迴醫療開著一輛車上山就開始了。圖為抵達下馬部落時，林冠宏醫師為部落村民在家門口看診。



本身是原住民的居家護理師孫美琪（左），不忘叮嚀村民正確用藥。

南橫路線上山 不為觀光為病患

車子停在一排房子門前的空地，接著擺上一張塑膠矮桌和椅子，醫療點就開張囉！沒有電腦連線、沒有照明設備、也沒有精密的儀器，林醫師就地看診，手寫病歷紀錄、開處方。等一下到下一站霧鹿的衛生室時，再將資料輸入電腦系統。

抵達下馬時，村落的廣播器故障，怕村民錯失了就醫機會，美琪護理師還一戶戶的敲門告知。看美琪熟門熟路的，原來美琪在海端鄉的巡迴醫療經歷，就跟關山慈院的年齡一樣，十年了。

果然有一位本來在忙著拔草的阿嬤，身上的圍兜也沒脫，就一路快速的往

醫療點跑來。除了開給阿嬤高血壓的藥之外，林醫師也發現阿嬤有青光眼的初期症狀，若是能開刀，不僅復原快效果也比較好。林醫師告訴阿嬤要儘快下山去做進一步的檢查，阿嬤嘀咕著：「沒那麼嚴重吧。」但在林醫師再三勸說之後，還是同意會下山進行治療。

下午四點左右，下起雨來，阿嬤臨走前，特別提醒我們要小心開車，如果雨下的太大，就不要再勉強往山裡去了。

路邊攔車急診療 衛生室有老病人

就在一彎過一彎的山路後，進入了霧鹿鄉的範圍，車子還沒開到衛生所駐點，在路邊就被一位帶著小女孩的

媽媽攔下，因為她女兒排便不出來、肚子脹痛不舒服哭鬧著，媽媽想起來，星期五巡迴車會經過，才趕緊在路邊等著。

林冠宏醫師跟美琪趕緊跳下車幫小妹妹看診。林醫師開了塞劑，美琪立刻幫小女孩處理，請媽媽等塞劑起作用，接著請媽媽過一會兒記得帶女兒到衛生室再次檢查腹痛的原因。

到了霧鹿衛生室，把所有的器材、醫藥就定位，進來的第一位村民是一位患有青光眼的老爺爺，他每次總是算準醫療車到達的時間，搶著當第一個病人。車子若是遲了，就會聽到他嘟囔個幾聲。

福燕是部落裡的社區醫療站管理員，受過基本的訓練，醫院會有些常用藥

放在她這邊給居民應急。這天福燕帶著一位阿嬤來看醫生，用原住民的母語混雜著手勢比劃，讓林醫師了解阿嬤的病情。這位阿嬤一個人住在部落裡，同住部落的王福燕三不五時會去看她，或是帶些吃的過去。另外，福燕也因為最近手臂常常酸麻，順便請林醫師看看。林醫師判斷，應該只是單一姿勢維持太久造成的，請福燕多做一些伸展拉筋的運動就可以了。

就診門可羅雀 有需要就繼續

從下午三點開始進行到五點半，霧鹿衛生室的看診時間結束，繼續往山上走，前往最後一站——利稻。

爬坡往利稻的沿路上，觸目所及的是去年八八風災過後殘留的景況，原



南橫山上的衛生所藉著年底時間整修。圖為利稻部落的衛生所。

本應該是鋪上茂密樹林的大山僅剩下坦露出的土石。聽美琪述說著當時的大水沖斷了村民對外的聯外便橋，讓利稻村成為孤島的情形，對照著窗外的景象，還是能感受當時破壞的威力。幸好，現在便橋已修好，村民也恢復往常生活。

星期五晚上六點多抵達利稻衛生室，一行人簡單用過餐後，七點開始夜間門診。兩個小時的夜間門診，來了三位村民，其中一位是員警，最近有嚴重失眠的問題，一位阿公因為異常疼痛來求醫，另一名則是來拿慢性病用藥。

隔天星期六清晨的門診時段，只有一位阿嬤特地來測血糖。林冠宏醫師把握機會仔細地教阿嬤關於糖尿病相關的衛教知識，並說明了降血糖藥的作用等等，希望阿嬤可以自己多懂一些，把自己照顧得比較好。

仔細算一算，一天半的巡迴醫療，看診的病人實在不多，多半是感冒或慢性病，人數最多是在星期五傍晚的霧鹿站，有十多位。一趟上山的路程雖然病患數少，但卻有人是站在路邊等候關山慈濟的醫療車的協助，只要有需求，醫援就會堅持下去 🌱



山上病患實在不多，但醫師把握每一個機會為民衆做衛教，減少居民生病的機會。

感恩

來自病患與家屬的溫馨回饋 的足跡...

臺中慈院

我小女兒日前因發燒住院，出後又因肺炎再度入院，之後大女兒也因肺炎而入院，我也因為照顧兩個女兒體力不支倒下住院，在這半個月裡，李敏駿醫師很有耐心的治療我們三個人，連我婆婆是很挑剔的人也都稱讚，婆婆說李醫師為孫女聽診的樣子，不是用耳聽，而是用心在聽，李醫師是個好醫生，希望醫院能疼惜他，也謝謝感恩小惠、雅婷、品方、詩倩、惠娟護理師的細心照顧。

覃小姐

因為罹患口腔癌，進出醫院已三年多，今年四月來慈院開刀，傷口一直沒有好反而越來越嚴重，有一次傷口突然出血，還好耳鼻喉科陳長朋醫師緊急幫忙止血，暫時沒有危險性，期間，也受到了林青曉專師的照顧與幫忙，他是我遇過最難得的專師，他不只照顧病人，也關懷並安撫了家屬的心，給了我們很大的安慰與幫助，而在十月十七日剛好是假日，這次傷口大量的出血，還好遇到陳醫師值班，緊急進開刀房處理之後轉加護病房，陳醫師還是每天都去查看病人的狀況，及關心家屬，他真的是一個好醫師。

高先生

大林慈院

您好！我的父親由於近一個月來身心飽受失眠及情緒焦躁恐慌之苦，分別在十一月八日到身心醫學科蔡宗晃醫師診間及十一月九日家醫科林名男醫師診間診，感謝兩位醫師不但口頭告知父親：「沒有關係，你慢慢說。」並耐心地花時間聆聽我父親的傾訴，並給予建議及治療。我父親告訴我，他深深感激兩位醫師的用心，他說：「他們不是不錯而已，他們讓我很感謝，非常放心。」這讓身為護理人員的我深受感動，在醫院職場上見過的醫師何其多，真正為病人付出的醫師卻不常見，感謝兩位醫師的用心，讓我的父親願意跨出就醫的一步，不再害怕面對身心的苦痛。在此致上我最大的謝意！謝謝！

病患家屬

臺灣 臺中

收容人手語感恩
相約下一季再見

2010.11.14

文／謝瑞琴 攝影／張亦端

秋末冬初，天氣明顯轉涼，連續二日的天空都飄著毛毛細雨，早晨的地面也因此有些濕滑。路上幾部車子井然有序地朝著同一個方向，開往臺中女子監獄。

十一月十四日，中區人醫會醫護人員及臺中南屯區慈濟志工再次走入臺中女子監獄，進行每隔三個月一次的眼科和皮膚科義診，同時也給予關懷；監獄裡的收容人都是心靈有苦難的人，期待在義診之餘，也能助他們紓解情緒，放寬心安住當下。

照顧眼睛與皮膚 人醫把握分秒

「同學！有沒有人要驗光的？」監所內衛生護理人員對著女監同學說，為義診

活動拉開序幕。眼科醫師李家福開始忙碌地看診：「有沒有戴眼鏡？」李醫師總是細心詢問、仔細檢查，語氣柔和地殷殷叮嚀。一再聽到他對同學說：「不要揉眼睛，晚上要記得點藥膏。」有時也提建議：「最好還是要戴眼鏡。」時時刻刻傳遞彷彿家人般的關懷。

「下一位！」另一邊診間預約的人數更多，同學們依照號碼有秩序地進入接受診療。皮膚科吳伯元醫師分秒不得閒，迅速問診的同時，眼睛也緊盯著電腦看病歷，雙手還不停敲打鍵盤，時而對著同學詢問：「最近有感冒發燒或哪裡不舒服嗎？」「白天會抓癢嗎？」同學訴苦道「白天晚上都會癢。」此時吳醫師都會耐心安慰，請他們不要太擔心。

首次到監獄 年輕護士深省思

眼科跟診的年輕護士張曉婷，畢業於慈濟技術學院。目前在中部醫療院所服務的



■ 眼科醫師李家福（左）仔細地幫收容人檢查眼睛，也親切地叮囑眼部的保健。



■ 皮膚科吳伯元醫師（左）仔細地詢問病史、觀察過敏部位的狀況。

她，特別利用週休二日時間，參加人醫會義診活動。第一次到女子監獄，她告訴自己要謹言慎行。她說，平時在醫院接觸的是一般病人，要接觸受刑人機會較少，因為服刑的人到醫院沒有行動自由，總是受人監管。參加義診，能近距離接觸這些服刑同學，看到年紀相仿或比自己年輕的孩子，張曉婷很難相信她們是來服刑的，覺得很不可思議！

張曉婷心中有諸多疑問——她們為什麼會來這裡？是什麼樣的錯誤讓她們到這裡來？如何面對來自外界異樣的眼光？這些人的心境一定很難調適吧！因為一念偏差造成身陷囹圄，她覺得很不忍。從付出當中，終於體會證嚴上人為什麼會常說：「人心要祥和，世界才會祥和」的道理了。

學唱人間有愛 真心道感恩

這天的義診，志工們貼心地安排了「人間有愛」手語歌曲教唱。候診區內空間狹小，中間擺置兩排座位相反的長排座椅，同學們只能背對背坐著。

陳世悅師姊負責主要示範，對面也有師姊示範，其他志工師姊也在兩側陪伴。世悅師姊一字字示範指導，一

次次重複地解說歌詞：「用真心給了你了解的笑容，陪著你解開心事困擾……」



■ 在眼科跟診的年輕護士張曉婷（右三），第一次近距離接觸服刑的同學，體會到上人所說：「人心要祥和，世界才會祥和」的道理。



■ 志工師姊示範慈濟歌曲「人間有愛」的表演，收容人邊享受美妙的音樂邊學手語，漸漸融入歌詞的意境。

動人的詞意加上優美的肢體語言，女監同學們雙手跟著比畫起來，身體也跟著歌聲音樂擺動。後座同學有的順著聲音頻頻轉頭學習手勢和解說，深怕遺漏了哪個環節。

經過幾次練習後，志工念到「學會把肩膀」，一位同學隨即脫口接著說「借別人依靠」，志工鼓掌稱讚：「妳真棒！」同學認真投入學習的神情表露無遺。誠如歌詞中「相信人間有愛值得去期待」，此刻，收容人們原本落寞無神的眼眸已漸漸轉為明亮，溫馨的手語歌讓她們心門漸開。當志工詢問要不要再來一次時，同學們點頭連呼：「好！好！」其中有位年紀輕輕的同學，臉龐清秀稚氣未脫，透著涉世未深的眼神。問她：「喜歡我們來嗎？」她拍著手說：「喜歡。」又問：「會期待嗎？」「會啊！」她睜大眼睛、提高音調，篤定地回答。志工續問：「為什麼期待？」她說出心中的感動：「覺得志工是帶來真心的關懷。」

有些同學說，「人間有愛」手語歌令她們十分感動。當她們要從候診區離去時，人人豎起大拇指上下擺動，以手語「感恩」來回報她們心中的謝意。監所衛生科長張淑惠說，義診時慈濟志工帶動的手語像團康活動，讓她們看起來輕鬆愉快。

活動結束已近午時，此刻天空陽光照耀，地上沒了濕滑水痕，空氣溫暖舒適，令人心情愉悅，宛如大自然的說法，「終會雨過天青」，也誠心祝福收容人們有寬廣的未來。

海地 家樂福市

憂心霍亂蔓延
孤兒院衛教宣導

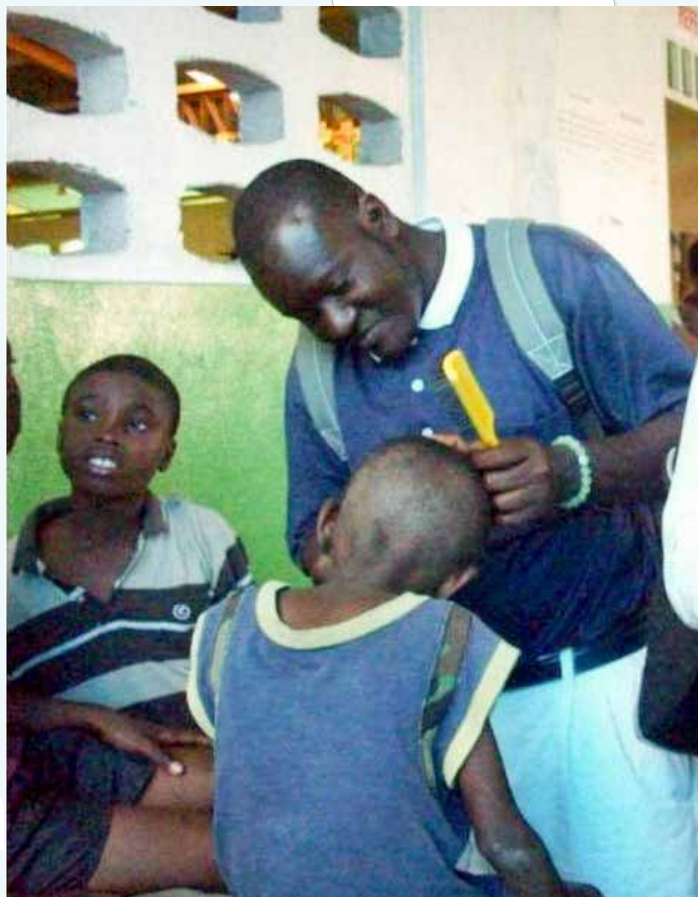
2010.11.20

文、攝影／李思力 翻譯／曾永莉

家樂福市 (Carrefour) 距離首都太子港約十公里，市內包括許多地區，萬尼和阿卡瓊是其二。十一月廿日，慈濟志工探訪了兩地的孤兒院，要把愛與關懷帶給院童們。

預防霍亂為第一要務

此次的探訪，海地女童軍協會 (ANGH) 與慈濟志工共同準備了衣褲、日用品、淨水丸、洗手液和急救用品等。志工們不僅發放物資，也要讓大家知道，每個



人都是以愛和尊重來幫助別人。此外也帶了醫藥用品，更為孩子們剪髮。自從二〇一〇年十月霍亂疫情爆發以來，已造成海地上千位民衆往生，而且疫情持續延燒中。所以不管去到哪裡，都是以預防霍亂為優先考量。

第一家探訪的孤兒院「信心兒童之家」(Home of Kids by Faith) 成立於一九九八年三月，由瓦蒙女士 (Madam S. Paul Valmond) 管理，目前有一百二十六名四至二十五歲的兒童及青少年。院內有一所小學，院童必須到外面上初中，由院方付



■ 志工教導院童洗淨雙手的步驟，要在生活中養成這個習慣才能確實預防霍亂蔓延。



■ 娜黛吉醫師（左）正在幫孩子檢查蛀牙。



■ 除了物資的發放，志工也為孩子們剪髮，照顧他們的頭皮健康狀況。

學費。為了供應院童食物和其他物資，該孤兒院向天主教救濟服務 (Catholic Relief Service)、希望之星 (Star of Hope)、新希望 (New Hope)、糧食組織 (Food for the Poor) 等機構尋求協助。

當慈濟志工抵達位於家樂福市的「信心兒童之家」孤兒院前庭時，裡面的孩子們紛紛探出頭來，流露出企盼的神情。志工們首先介紹慈濟，解釋慈濟的愛是給每一個人。接著由娜黛吉醫師和珊卓拉護士提供孩子衛教資訊，特別是預防霍亂的方法。霍亂是經由病人與帶原者的糞便或嘔吐物所污染的水與食物

來傳播，確實洗淨雙手至為重要。透過親自示範、教導院童們實地演練一遍，才能將洗手這個習慣深植在他們的日常生活中。

悉心照護 視如己出

珊卓拉護士為一個孩子處理頭上的斑點，另一個孩子臀部有多處傷口、沒辦法坐著，珊卓拉便幫她消毒；而娜黛吉醫師則替孩子檢查蛀牙。在志工為這些孩子理髮、洗髮之前，孩子們的頭皮健康狀況都不好。海地志工經常面臨不同的病症，也試著為患者提供或尋求醫療。談到教育對院童們的重要性，以及培養生活中的優良品德，志工們心懷愛和尊敬，對待院童就像對自己的孩子一樣。

探訪的第二家「沙達衣孤兒院」(Foyer El Shadaï)，同樣成立於一九九八年，由瑪莉·馬布蘭奇女士(Madam Marie E. Malbranche)管理，目前有九十名兒童。孤兒院中有一所沙達衣小學，一如前一家孤兒院，院童必須到外面上初中，慈濟志工也提供和前一家孤兒院同樣的物資與服務，叮嚀他們要特別留心霍亂的預防。在發放儀式結束之後，志工們彼此互道尊重與感恩，期許關懷永不間斷。」



■ 海地慈濟志工到孤兒院發放物資，同樣彎身雙手恭敬地送東西給小朋友。

泰國 佛統府

安養院送暖
布袋秀乾坤

2010.12.04

文 / 黃曉蓉 攝影 / Lek

十二月四日，慈濟志工、泰國瑪希隆大學牙科學院和博仁大學學生，相約到佛統府 (Nakhon Pathom) 安養院為老人們送上愛心與溫暖。約莫十點左右，一行人到了安養院，看見行動方便、能夠參加活動的老人們，還有職員推著坐在輪椅上的老人出來，等著活動的開始。志工們先跟爺爺奶奶聊天、幫他們按摩，教他們要怎麼洗手才會乾淨。爺爺奶奶聽得專注且認真，也跟著動作學習洗手的正確步驟。聽著聽著，瑪希隆大學醫師帶著兩位來自日本的醫師一同抵達，慈濟志工比著「一家人」手語歌表示歡迎，老人也跟著互動。

潔牙護齒保健康

瑪希隆大學牙醫師莎蘭雅 (Salunya Tancharoen) 向大家介紹刷牙方式，並回答有關牙齒、牙齦的問題。有一位爺爺問，為什麼他每次戴上假牙吃飯時，總是覺得很想吐？讓他十分煩惱。莎蘭雅醫師說：「要把假牙修一下，可能是假牙太大了。」還有一位爺爺問有蛀



■ 莎蘭雅醫師（左一）正在介紹保健小布袋，裡頭有牙膏、牙刷和她手上拿的藥膏等小禮物。



■ 爺爺請日本醫師畫貓熊，莎蘭雅醫師（中）開心地拿著貓熊娃娃來比對。

牙可不可以補牙，醫師問蛀牙的洞大不大？爺爺回答：「可以把食指塞進去！」令大家嚇了一跳。醫師說如果這麼大就不能補牙了，要好好保養牙根。

接著，莎蘭雅醫師把準備好的小禮物發給爺爺奶奶，是一個保健小布袋，裡面裝著牙刷、牙膏、通鼻藥、藥膏和果汁。莎蘭雅醫師還帶來了彩色畫筆要給爺爺奶奶畫畫，如果要自己畫就可以拿去；如果不想自己畫，可以請一位日本醫師幫忙繪畫。聽到醫師這麼說，爺爺奶奶都想給日本醫師幫他們畫。厲害的是無論老人家想要什麼樣的圖案，如兔子、貓熊、老虎、天鵝等動物，日本醫師都可以畫得出來。有一位曾經當過巴士司機的爺爺，特別請醫師畫了巴士，因為這對他來說是生命中極為重要的回憶。

孝敬長輩 分享感動

博仁大學志工拿著結緣的小布袋交給爺爺奶奶，也幫他們用袋子裡的藥膏塗抹疼痛的地方。到了中午，志工幫他們拿午餐，進去關懷在臥室裡無法出來參加活動的老人，跟他們聊天、按摩、擦藥。博仁大學的綁悉禮 (Prangsiri Kulanuson) 分享：「覺得很感動！以前從沒來過這樣的地方，感恩慈濟給我機會參加今天的活動。我本身是鄉下人、到曼谷來念書，很少有機會回家探望爺爺奶奶。今天來這裡就像見到自己的長輩，可以抱抱他們、給予他們愛的溫暖。」

從廣西到泰國博仁大學唸書的雷鍾說道：「跟著慈濟做活動已經有很多經驗，但是來敬老院為老人做志工，這還是第一次。每次參與慈濟活動時都有不同的感



■ 博仁大學志工到臥室裡關懷行動不便的爺爺，幫他按摩、擦藥。



■ 安養院的奶奶與慈濟志工一同跳著泰舞，讓奶奶笑開懷。

覺，今天來敬老院看到他們都安詳幸福，我覺得很開心；如果我能為老人做得更多，我想他們會更開心的。今天我為他們按摩、教他們一些基本的手指運動，還送他們回臥室，做了一些簡單而有意義的事情。」

雷鐸又說：「如果還有機會的話，我肯定會再來關懷，因為這些老人感覺就像我的爺爺奶奶一樣。我爺爺奶奶已經去世了，『子欲養而親不待』意思是當做子女的想孝順長輩時，但是長輩已經不在了。我沒有辦法報答他們對我的這分恩情，所以希望以後還能夠再來為老人服務。」莎蘭雅醫師則分享她的感覺：「本身很喜歡慈善的工作。今天主要是介紹牙科衛生、教導正確刷牙方式，今天看到了很多牙齦、牙齒的問題。」

下午來了四位民衆，分別是莎蘭雅醫師

的父母和兩位姊姊。他們是富有愛心的一家人，不但前來關懷、更捐贈善款給老人院。十二月五日為泰國的父親節，安養院負責人坤 (Chanokporn Prakongchit) 邀請莎蘭雅醫師的父母親到現場，讓莎蘭雅醫師和她的兩位姊姊幫父親別上美人蕉胸針 (泰國父親節的象徵花卉)，表示孩子對父親的愛。

坤更請大家一起來跳泰舞，能跳的爺爺奶奶就出來跟著一起跳，坐在輪椅上的就坐著動一動，大家跳得很開心；再請博仁大學的學生出來玩小遊戲，每個動作不管多好笑，他們都能不顧形象地做出來，讓老人家很開心地笑個不停。最後，坤請在安養院裡的嘛差達奶奶代表發言，向大家道感恩。慈濟志工也以一曲「一家人」華語版，邀大家共同比手語歡樂互動，為一整天的關懷行程畫下完美的句點。🌿

長養智慧資糧

——記菲律賓史美勝醫師受證慈誠

文／胡瑞珠



除了義診，史美勝醫師（左）也走上鬧區街頭，親切地向民眾勸募善款。

二〇一〇年十二月，菲律賓人醫會史美勝醫師 (Antonio Say) 再度回到花蓮，參加「海外慈濟培訓委員慈誠精神研習會」，受證成為慈城隊員。接下證嚴上人的祝福與期許之後，他不只在醫療志業繼續精進，也更深入慈濟寫經藏，為天下事盡一分心力。

記得在二〇〇九年九月的中秋節前夕，菲律賓遭受凱莎娜颱風重創，菲國首都馬尼拉災情慘重，史美勝家中也受災嚴重，但自二〇〇八年承擔菲律賓人醫會召集人的他還是依約來到花蓮參加第十屆「國際慈濟人醫會」年會，參加開幕式、講授三十分鐘的課程之後，與其他菲國人醫會成員趕忙返抵菲國，展開救災與防止傳染疫情的發生。

六十歲的史美勝是眼科醫學教授，也開設眼科診所，早在三十年前就開始為貧窮人義診，但在一九九九年加入人醫會後，慢慢地感覺「人溺己溺」、「人傷我痛」的精神很切身，他「做」得很自然，所以即使像水災剛過無法義診，他也回去投入打掃、清理。

一次又一次的義診，讓史醫師發現菲律賓的貧富差距真的很大，窮人生了病根本沒有錢看醫生，小病往往因此拖成大病。在首次參加慈濟到三寶顏的義診時，當時的他純粹看診，沒有感覺慈濟有什麼特別，幾次義診後他才發現不一樣的地方：「一般是病人來找醫師求診，慈濟則是醫師主動去找病人。動了手術之後，會長期追蹤病患的術後情況，關懷他的家庭狀況、生活情形；發現有任何的困難時，還要及時給予協助。」

現在每年菲律賓都會舉辦大型義診，史醫師負責眼科手

術，曾經，一天下來共開了將近三十例的白內障手術，因為全神貫注的關係，一心只想做好每一次的手術，所以並不會覺得疲累，他說：「我根本不用喝咖啡來提神。」他笑的時候，嘴角有淺淺的梨窩。

證嚴上人曾說，醫療是生命工程，醫者最可貴的就是視病如親的菩薩心。史美勝以前自以為懂得「人」，當參與愈多慈濟活動，看得愈廣、愈深，愈覺得自己渺小與淺薄。他體認到自己其實不懂得「人」，因此決定參加慈誠的培訓。他說：「上人很偉大，一個人做這麼多的事。我還做得不夠好、不夠多，還要更努力。」

講起熟悉的醫療，話匣子一下子就打開；但若要談談此次受證的感動，史美勝卻靦腆地笑著說：「我不會用形容詞，那種感覺很奇妙就是了。」曾經，他在義診時碰到一位重聽的乞丐，全身髒兮兮，慈濟志工完全不嫌髒臭、耐心地說動他接受盥洗；又找來乾淨的衣服，讓那人煥然一新得幾乎讓人認不出來，史美勝對志工的慧心頗為驚訝與讚歎。

還有一次，一位年紀很大的老人家，因為害怕開刀而一直發抖。史美勝先和他閒聊，卸除對方的心防；再知道老人家愛唱歌，兩人便在歌聲中進行白內障手術，終於順利完成。當老人握住史美勝的手時，史美勝突然覺得好感動，「我只是付出時間與體力，對方卻能得到重見光明的機會。」累累無數的義診中，點點滴滴地付出，史美勝已在慈濟一次又一次的活動裡，長養智慧的資糧。🌱



二〇〇八年史美勝醫師（中）與謝金龍醫師（左一）、紀邦傑醫師（右一）等國際慈濟人醫會年會學員認真彩排中秋晚會節目。攝影／陳正忠



菲律賓慈濟義診中心長年舉辦大型義診，圖為第一百卅三次義診活動，為長年受眼疾之苦的病患提供手術治療，史美勝醫師（右一）與病患用手語互道感恩。



認識

藥品副作用

文 / 彭立婷 大林慈濟醫院藥劑科藥師

Q

藥師，這項藥物的副作用列出會頭暈、嘔吐、腹瀉，還會影響腎功能！？這樣是不是不要吃比較好？

A

為維護民眾醫療知的權益，衛生署規定藥袋上須確實標註相關藥品資訊，包含：藥品成分、名稱、用途、用法用量和副作用。但民眾往往看到一長串的副作用時，常常就擔心地跑回藥局諮詢藥師，或是乾脆不吃；特別現在是網路資訊爆炸的時代，無醫療背景之民眾在網路上未過濾的藥品資訊全盤吸收，更容易增添服用藥品時之恐慌，因為無知所以害怕。藥品就像雙面刃，可以治病也可能致病，重要的是要有正確的用藥觀念。

與藥師做好朋友 了解藥理與體質

什麼是副作用呢？就是在服藥之後，出現了一些不預期也不希望出現的生理、心理反應。副作用的分類可分為兩大類：一是與藥理性質相關的副作用；二是與個人體質相關的副作用。

■ 與藥理性質相關的副作用

所謂藥理，就是藥物在體內作用的方式。

藥理相關的副作用與藥物的劑量有關係，藥劑量高，引起的副作用越大。例如血糖藥「Glimeperide」，它的作用是促進胰島素分泌來降低血糖。Glimeperide 劑量越高，降低血糖的程

度因而提高，引起低血糖的狀況也可能就增加，這就是藥理相關的副作用。這類的副作用特別在調整治療劑量時需注意的，只要定期監控相關檢驗值，如：血糖、血壓或肝腎功能數值，就可以避免發生藥物不良反應。

■ 與個人體質相關的副作用

與藥理作用無關的副作用則較無法預測，最直接的例子就是過敏。過敏現象一旦發生多為全身性影響，嚴重甚至致命。因此藥師在評估處方時，會特別注意病患的用藥過敏史，當院內病人發生藥物過敏反應，大林慈濟藥劑科會提供病人用藥記錄卡並衛教民衆下次就醫時應主動告知醫療人員過敏記錄，及建議醫師輸入電子病歷以進行程式控管避免再次發生。

同樣的藥品產生不同副作用的類型，依據臨床研究有不同的發生率。常見副作用定義為大於百分之十以上的發生率，也就是一百人中可能有十個人可能會發生。大多的藥品副作用發生率小於百分之十，所以民衆不必過度解讀或害怕，有任何用藥相關疑問都歡迎與鄰近藥局藥師討論，與藥師做好朋友，用藥安全有保障；若覺得服藥後有持續不舒服的現象，也請儘快與醫師或藥師反應，以即時進行適當治療處置。

副作用發生時間不一 藥劑藥量細拿捏

藥品副作用發生時間有分為立即性或延遲性，立即性的不良反應可能為給藥後數分鐘或數小時之後，例如服用感冒藥中的抗組織胺類藥品後約半小時後會想睡覺，所以服用感冒藥後不建議從事開車或需要專注力之機械操作相關工作；延遲性的不良反應可能於給藥後長達數天或數週以上才發生，也有可能和長期使用藥品治療之劑量累計相關，如化療藥品「doxorubicin」終身治療劑量每平方體表面積不得超過五百五十毫克，超過劑量就有可能引發心臟毒性，因此在給予這類藥品時會記錄及評估病人藥品累計總量。在進行疾病治療時，醫師處方開立會對藥品副作用與療效做評估取舍，如化療藥品多有噁心嘔吐的副作用，但考量疾病治療仍必須使用這類藥品，此時在化療前會先給予止吐劑來緩解化療後藥品副作用所引起之不舒服情形。

混合服藥風險高 老年族群宜謹慎

來院就醫之老年族群通常罹患多種慢性疾病，常在不同醫院，向不同醫師拿藥，甚至有些還自行購買電臺藥品或不明草藥使用，這樣多種藥品同時複合



使用造成藥物交互作用影響而產生副作用機率就會增加，根據研究統計，併用五種以上藥品副作用發生機率为百分之五十，併用八種以上藥品發生副作用機率甚至高達百分之百，而且肝腎功能會隨著年齡而退化，老人用藥劑量在醫師處方開立時就需要降低劑量，老人家記憶衰退有時會多次重複服藥，平均有三成的老人家因使用過多品項藥品或過量使用而產生副作用受害，有百分之五的人甚至需要住院治療。常見的藥物副作用現象有：幻聽幻覺、情緒憂鬱、姿勢性低血壓、頭暈、昏睡、便秘、排尿不順或尿失禁等，如果老人家在服藥後才出現以上症狀，建議諮詢醫師或藥師協助評估是否為藥物所引發之副作用。

用藥提五問 提高療效保安康

當病人看完病，領回藥物服用，在服用藥物後，發生未服藥前所沒有的不舒服症狀時，如果是有立即的危險，如氣喘、全身皮膚黏膜潰爛應立即就醫，若是較不嚴重的反應則可以先電話諮詢藥師，作適當處置或再次回診時與醫師討論藥物治療方式。另外，民眾最好養成良好的就醫行為，固定在某家診所或醫院看病，並且在住家附近的社區藥局有服用藥物的紀錄，較能掌握治病先機，避免延誤。衛生署成立藥物不良反

應通報系統，任何民眾、藥師、醫師發現了藥物造成嚴重或危急生命的副作用案例，可向當地衛生機關通報，透過管道由專家評估確認後，再通告大眾，提醒用藥安全。希望以正確的態度使用藥物，以收最大的治療效果並減低藥害於最小。

臨床選用藥物治療及評估好比天平的兩端，要在「疾病治療療效」和「藥物副作用」間取得平衡點，如何選擇最適合病人的治療方式，需要醫療端與民眾的合作，民眾使用任何藥品前，一定「藥」問清楚，記得向藥師提「五問」：問藥名、問藥效、問用法、問用多久以及問注意事項。關心用藥後的身體反應，如果有問題應跟醫療人員溝通，以利即時調整用藥，維護民眾用藥的安全性。一般輕微的副作用大約服藥後二到三天內就會緩解，但若為嚴重不舒服現象，如發燒、嚴重嘔吐、皮疹、肌肉痠痛、異常出血或容易瘀青、口腔黏膜脫皮等發生，建議請盡快至最近醫療院所就醫，並告知原看診醫師，讓醫師知道可適時調整藥品用法用量，讓您用藥更安心。服用藥品後若產生新徵兆，請務必向醫師或藥師討論，不一定為藥物引發之副作用，有可能為疾病的進展症狀。養成正確用藥觀念，才能達到最佳的治療效益。🌱

健康過好年

文 / 李彥範 花蓮慈濟醫學中心急診室護理師
編審 / 花蓮慈濟醫學中心護理部健康專欄編輯小組

「我爸爸肚子痛，等醫師看診要很久嗎？」看著急診室內比平時還要多的病患，王女士著急的在急診室問著眼前幫忙掛號的人員。

「真的很不好意思，今天大年初一，門診、診所都未看診，所以醫院急診病患比較多，我們會盡快為您處理！」

「不好意思，連續處方簽的藥可不可以急診領藥？我糖尿病的藥吃完了。」過年期間忙著張羅家中大小事的李太太，也在初二那天到急診室報到。

以上的例子，是急診過年時每天都會上演的情境。平時的急診室，就像是菜市場般熱鬧，但是過年時的急診室，因為醫療院所門診或診所休診，有病痛的民衆便都湧入急診，所以更是忙碌，說「人山人海」也不為過。不知道您是不是也有以上不愉快的經驗？原本可以開開心心的逛街拜年，您卻因身體的小病痛或忘記在過年期間先準備好平時長期服用的藥物，不得不到急診報到的經驗。如何平安、健康、快樂的過一個春節假期，其實

有幾個「小撇步」注意一下，您就可以避免自己和家人的美好假期，浪費在到急診就醫的窘境當中。

少坐多動變聰明 新春踏青賺健康

第一：多運動，少看電視和上網。

上學期間被限制看電視或玩線上遊戲的孩子，過年期間彷彿被解禁般快樂，天天看電視、玩電腦遊戲，而且常會日夜顛倒，所以為了健康，假期期間，最好多多全家一起出門運動或爬山，避免一直窩在家裡看電視、打電動，反而窩出一身病來喔！要「少坐多動」，根據二〇一〇年美國的研究，國小學童肥胖的主要原因，就是沒有均衡飲食、看太多電視、玩太多電腦遊戲以及太少運動，看電視或玩線上遊戲每天超過兩小時的兒童，更容易有高膽固醇、高血脂、高血壓和較差的心肺功能。而且多運動還有一個好處，就是會越來越聰明，二〇〇八年國外有研究指出，運動過後，身體會分泌許多腦部



利用好天氣多帶孩子到戶外活動或踏青，不但有運動效果，也能增進親子關係。

的營養因子，讓腦袋越來越聰明，學業成績也會越來越好！那到底要做多少運動才夠？根據世界衛生組織二〇一〇年出版的運動準則建議：五至十七歲的未成年人，每天至少要做六十分鐘的中強度有氧運動；十八至六十四歲的成年人，每週要做至少五個小時的中強度有氧運動；六十五歲以上的老人，每週至少要做兩個半小時的中強度有氧運動，這樣才可以擁有健康強壯的身體，休閒的騎腳踏車、慢跑，都算是中強度有氧運動。

提早拿好藥 身心保安康

第二：持長期處方簽患者提早拿藥。

家裡有慢性病家屬或老人家，記得看看用藥夠不夠撐過一個春節假期，如果不夠的話，請提早至藥局或回醫院拿藥。過年期間，一般診所和藥局都會休診到初四、初五，若是過年期間發現沒有藥的話，不但要花更多的掛號費掛急診，而且依照健保局的規定，急診只能開三天份的藥。而且急診不是先掛號先看，而是依照病患的嚴重度來決定看診的優先順序，所以

在急診花個三、四小時看診拿藥，是過年期間常會發生的事。另外，一般醫院過年期間，也通常沒有牙科醫師執班，因此牙痛掛急診，醫師也只能協助止痛，故最好在過年前就先和您的牙醫師預約時間，處理您的牙齒問題。

健康好年 多保暖不暴食

第三、暴飲暴食，不如均衡飲食。

過年豐盛的菜色，通常都是為了慶祝去年是豐收的一年，所以擺出豐盛的菜色，通常帶有感恩過去一年的平順，以及期許未來一年依然仍能平安順利。但是現代人常常在過年的時候，放縱自己的胃，開始大吃大喝，或者家庭主婦捨不得吃不完的菜，而開始天天「撿菜尾」，樂了你的嘴、苦了你的胃的下場，就是急性腸胃炎發作掛急診，剩下的假期，就只能吃白稀飯或白吐司度過。另外，根據衛生署二〇一〇年的統計，心血管疾病、糖尿病和中風，都在全國十大死因的前五位。家中若有親友是有糖尿病、心臟病、高血壓的患者，除了記得天冷保暖之外，記得不要暴飲暴食，以免疾病發作。一些過年常吃的甜點和零食，建議可以改成無花果、南瓜子、原味腰果、葡萄乾、蒟蒻果凍等比較健康的飲食，不能過量。切記！少坐在電視和電腦前。有人看電視時不吃點零食，就感覺氣氛不對了，也因為如此，就不知不覺得吃進太多食物，血壓、血糖、血脂就跟著失控了。

娛樂合宜 快樂玩充足睡

第四：動腦娛樂，也要休息一下。

過年期間，大家最喜歡三五好友圍在一起，或者打衛生麻將，或者打牌，一路從天黑玩到天亮。相信大家都有聽過新聞報導過，有人因為長期坐著打電動或打麻將導致中風。這主要是和情緒的起伏、熬夜、飲食不正常和活動不足有相關。根據台北某醫學中心二〇〇八年的統計，一百個中風住院的病患中，十五至四十五歲的年輕人就佔了六個。所以，千萬別仗著自己年輕，就任意的熬夜不睡覺。快樂的玩，也要有充足的睡眠，才可以快樂的過個好年。

小心炮竹 炸傷不好玩

第五：玩鞭炮時要小心安全。

許多過年時掛號的病患，都是因為玩鞭炮時不小心被炸傷。其實要玩得盡興又要避免受傷，最好就是找空曠的場地玩，不要在街上直接玩起來，這對自己和路過的人來說，都是很危險的行為。另外，玩的時候，最好多一點保護身體的裝備，譬如戴手套、穿外套等。若真的不小心被炸傷的話，可以先在家自行處理，處理的方式和燙傷大同小異，先沖冷水三十分鐘，再塗抹消炎藥膏。但若是真的傷口太大，或者傷及眼睛，建議最好還是到急診就醫。

要快快快樂樂過好年，也要注意身體健康與安全喔！祝福大家在二〇一一年，能事事如意，平安健康一整年。🍀

護脊醒腦 遠頭痛

文 / 吳欣潔 花蓮慈濟醫院中醫科醫師



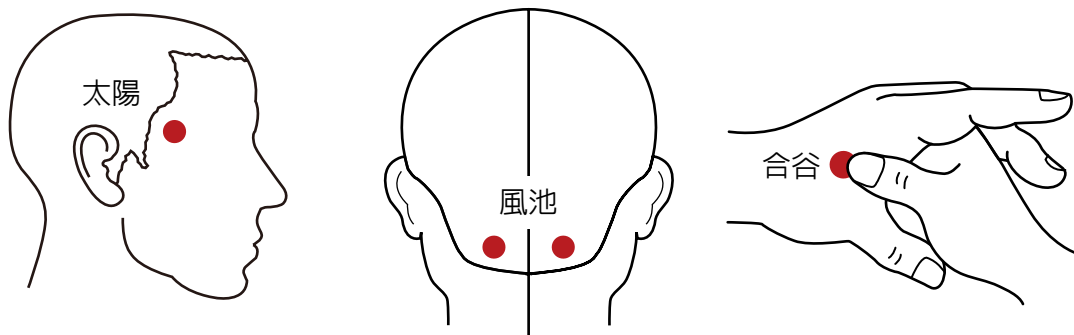
冬天的腳步悄悄地來臨，您是否發現，在天氣忽冷忽熱的同時，頭痛的情形也跟著出現了！不論是整個頭痛得快要爆炸，或是僅有單側偶爾發作的偏頭痛，甚至是頭部抽痛伴隨嘔吐或視力模糊的頭痛，都對我們的日常生活造成相當大的影響。

脊椎錯位 造成不明頭痛

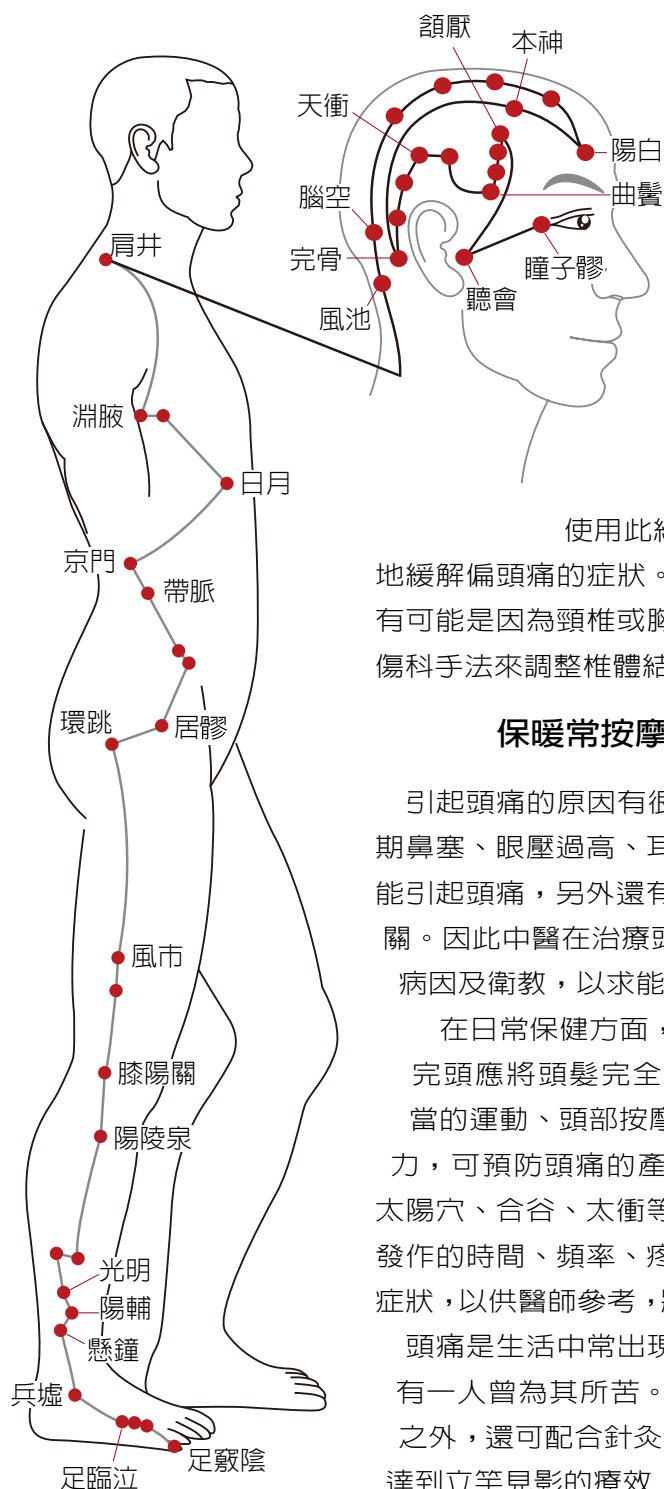
臨床上將頭痛分為「原發性頭痛」及「繼發性頭痛」，百分之九十的頭痛

屬於原發性頭痛，包括常見的緊張性頭痛、血管性頭痛（偏頭痛或叢集性頭痛）等；與其他疾病相關的頭痛，例如因腦部病變、五官科疾病或外傷所引起的頭痛，稱為繼發性頭痛。一般緊張性頭痛的治療多使用止痛藥來緩解症狀，但仍有許多患者發現，止痛藥並無法根治頭痛的症狀。那麼，到底要如何解決頭痛這惱人的問題呢？

從中醫的觀點看頭痛，可根據致病原因分為「外感、內傷及外傷」的頭痛。



常常按摩臉部兩側的太陽穴和頭頸交接的風池穴，可以提神醒腦，舒緩頭痛。按摩手部虎口處的合谷穴，對感冒、頭痛也都有效。



足少陽經主膽經，是一條從頭到腳的經絡，常按摩穴位或敲打，可以幫助氣血運行，減緩疼痛。

藉此可鑑別頭痛的原因是由於感冒所引起，或者因為臟腑機能異常誘發頭痛，抑或是外傷瘀血阻滯而導致頭痛。此外，依據頭痛發作的時間、部位、疼痛型式（抽痛、刺痛或鈍痛等），便能找出相對應的經絡及穴位做更精確的治療。例如常見的偏頭痛多與手足少陽經有關，

使用此經絡相關的藥物及穴位，可快速地緩解偏頭痛的症狀。而長期不明原因的慢性頭痛，有可能是因為頸椎或胸椎的錯位所引起，可經由中醫傷科手法來調整椎體結構、根除病因。

保暖常按摩 細心觀察先治本

引起頭痛的原因有很多，除上述因素外，壓力、長期鼻塞、眼壓過高、耳鳴耳脹或是牙齒的問題也都可能引起頭痛，另外還有許多頭痛是與生活作息密切相關。因此中醫在治療頭痛時，除了止痛、更重視治療病因及衛教，以求能根治頭痛。

在日常保健方面，應注意頭部的保暖及防風，洗完頭應將頭髮完全吹乾、以免寒濕侵犯頭部。適當的運動、頭部按摩及情緒的調適都有助於舒緩壓力，可預防頭痛的產生；常用的按摩穴道有風池、太陽穴、合谷、太衝等穴位。當頭痛發生時，應記下發作的時間、頻率、疼痛部位和型式，及是否有其他症狀，以供醫師參考，將有助於更精準的診斷與治療。

頭痛是生活中常出現的症狀，根據統計每三人中就有一人曾為其所苦。中醫在治療頭痛方面除了藥物之外，還可配合針灸、拔罐及傷科手法來對症下藥，達到立竿見影的療效，再配合飲食及日常保健，可讓

頭痛患者不再「一個頭兩個大」！🌿



文／黃昱惠
花蓮慈濟醫學中心社會服務室社工

雪中送炭

——支持邊緣弱勢族群

一年前的七月，內科第一加護病房來了通電話，一位從急診送進來年約六十多歲的阿金伯伯（化名），因敗血性休克需要馬上洗腎，但阿金伯伯直接拒絕了醫師的建議，且執意要出院。原本，單純認為只是一位不從醫師指示的病人。至病床旁邊，與阿金伯伯聊聊，希望了解是什麼原因讓他不願意接受洗腎，同時也再次向阿金伯伯說明：如果不洗腎，可能器官會受損，一旦受損之後，再安排的治療也會失去原有的療效，器官也不可能會恢復了。

家庭關係淡薄 獨居老人無依靠

似乎了解了事情的嚴重性，阿金伯伯才娓娓道出自己不願意到醫院就醫的主要原因；原來阿金伯伯已經好幾年沒有繳納健保費用了，因為平時以打零工維生，收入相當微薄，支付房租三仟元後，連三餐溫飽都很困難。他擔心一旦接受治療，會無能力支付醫療費用，所以怎麼都不願意接受醫師的治療……阿金伯伯的妹妹到病房探視，三十分鐘後便離開了，也不願意協助阿金伯伯簽署相關治療同意書。社工繼續聯絡妹妹，電話那頭一聽見是慈濟醫院的社工，急著回答「不認識阿金先生」，便把電話給掛斷了，於是，唯一能協助簽署同意書的親人也斷了聯繫。

村長伸援手 病苦老人暫安身

經過了近一個小時的勸說，阿金伯伯終於答應接受洗腎和後續治療，至少急性的問題暫時得到緩解。隔天，再探望阿金伯伯，已經可以正常說話，阿金伯伯自己也很慶幸身體已經沒有那麼不舒服了，很感謝當初醫師與護理人員、社工、志工不厭其煩地勸說接受治療。幾天後，阿金伯伯轉出普通病房，已可下床行走練腳力、透透氣，身體慢慢恢復中。但是現實的問題又發生了，入院當天，撥打一一九協助阿金伯伯就醫的房東，趁

著阿金伯伯在醫院住院期間單方面表示不願意再讓阿金伯伯回去繼續居住，並且已經把所有的東西都處理掉了，請阿金伯伯出院之後不要再返回原住處。考量到阿金伯伯才漸漸恢復的身體，暫時先不把現實的狀況告訴他，社工聯絡了阿金伯伯戶籍地址的慶豐村鄭村長，鄭村長一接到慈濟醫院的電話，便一口答應至醫院訪視阿金伯伯。了解阿金伯伯目前的經濟狀況與困境，鄭村長在村里內找了一間暫時能讓阿金伯伯出院落腳的住處，且鄭村長願意協助阿金伯伯幾期的房租，至少讓阿金伯伯出院後不會無家可歸，之後再使用身心障礙手冊津貼支付房租，



對獨居缺乏照顧的弱勢族群，慈濟醫療團隊常利用居家往診協助照顧健康。攝影 / 李玉如



確認了阿金伯伯出院後有個安全的住處，社工再委婉地轉告阿金伯伯出院後可能會換一個新住所。

隨著出院的日子到來，阿金伯伯只需要固定至洗腎診所洗腎，便能持續穩定腎臟的功能與運作。出院當天，阿金伯伯表示很感謝社工在住院期間，處理了多年來自己不敢面對的健保欠費與健康問題，阿金伯伯說：這幾年打零工的機會越來越少，每天有錢就吃飯，沒錢就餓肚子，也沒想過自己會生病，就這樣得過且過地獨自生活。

邊緣浪子身流離 點滴溫情放心頭

現在，經過了一年，阿金伯伯腎臟已經恢復了，不需要洗腎，平常也可以自己騎著腳踏車到醫院定期回診，到了醫院，阿金伯伯都會繞進社服室來說只是打聲招呼，身體不舒服時，也會到社會服務室問問是否可以到慈濟醫院就診？目前接受村長協助健保費用繳納，與每個月贈兩包白米，至少三餐不會餓肚子了。

十多年前，阿金伯伯拋妻棄子之後，獨自靠著打零工租屋過生活。這次阿金伯伯需要申請社會資源時，也因為名下有子女，雖然已經沒有聯絡，也無法符合縣政府低收入戶的資格。這一次偶然的機會接受了慈濟醫院的治療與醫院社工的協助，讓阿金伯伯重新重視自己健康的重要性，也了解到外界關懷自己的用心。



在醫院服務的過程中，會發現有越來越多家庭支持系統較差的病人，需要社工施予政府單位的介入。攝影 / 李玉如

在醫院服務的過程中，發現有越來越多家庭支持系統較差的病人，需要社工師與政府單位的介入，才能替代原本家人應該發揮的功能，許多病人的背後，都有他們不為人道的故事，也反應了許多社會問題，若社工師能主動去發掘並代為申請權益，在與公部門的合作下，通常能為這些弱勢族群順利完成醫療，同時也解決了病人生活的困境，還有放置在他們心中的難題。若能讓他們身心安頓，也就更有機會讓他們回歸正軌、甚至修補過去與家庭乃至與自己的關係了。👤

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

◆關山爲迎接冬至耶誕雙節將到來，關山慈院在二十日當天舉辦一系列溫馨的活動，有現搓現煮的湯圓暖身，也有可愛的幼稚園小朋友手足舞蹈的表演……

◆遠從南非來到臺灣受證的祖魯族志工們，不僅將充滿生命力的歌舞帶進病房和花蓮監獄，更用自身的生命故事來鼓舞所有人……

◆臺中慈院首次舉辦肺癌病友會，除了有專業的醫師團隊精采的健康講座，病友們踴躍上臺來分享患病的心路歷程，彼此鼓勵……

◆視力保健要從小做起，臺北慈院配合公辦的眼科醫師校園駐點行動，走在最前，前往九所偏遠無醫的學校，爲學童們進行視力檢查……

◆莫拉克颱風後，濁水溪沿岸飽受揚塵之苦，大林慈院爲沿岸六鄉鎮進行肺部、皮膚、眼科等等的生理檢查，爲鄉親健康把關……

◆爲了保護性侵被害人，玉里慈院成立花蓮南區一站式的服務據點，整合各項的繁瑣程序，並設計了溫暖的訪談小間，將採證作業的傷害減到最低……

◆爲了讓病人有安全的住院環境，花蓮慈院舉行消防演習，成立緊急應變中心並分工處理病人疏散以及救災的行動，考驗緊急應變的能力獲消防人員肯定……

關山

十二月二十日
冬至耶誕賀團圓
大小朋友齊歡慶

隨著冬至的腳步到來，吃一口湯圓，意味著「圓滿」與「團圓」，十二月二十日這天早上，潘永謙院長帶領著志工與同仁，大家協力搓著湯圓，現搓現煮的湯圓，讓暖暖的團圓氣氛，縈繞在醫院裡頭，冬至一過，耶誕節也隨之而來，扮成聖誕老人的管理室副主任黃坤鋒，陪著幼稚園小朋友送禮物給病患。在這佳節成雙的十二月，齊聲祝賀所有人都能溫馨團圓。

小朋友注活力 耶誕老人送湯圓

一群鴻德幼稚園的可愛小朋友們，頭上戴著耶誕帽，在老師們的帶領之下，於門診大廳帶來多場精彩且活力十足的流行樂舞表演，將充滿愛心的醫院，點綴的更加繽紛有活力。同時也遞上一碗碗熱呼呼、顆粒飽滿的湯圓讓醫院同仁一齊享用，在寒冷的冬

■ 上圖：潘永謙院長帶頭，與志工們賣力的搓湯圓，期望給來院民衆和院內同仁有個溫暖冬至天。

中圖：院長在活動結束後，送給小朋友們繽紛的氣球和甜蜜滋味的巧克力。

下圖：耶誕老公公帶著小朋友一一到各病房去發送耶誕驚喜。



季裡注入一股暖流，感謝他們在關山慈濟醫院的辛苦付出。

在此同時亦讓診間之外等候的病人，提前感受到冬至與耶誕佳節的歡樂氣氛！而護理站的病房內，扮成耶誕老人的黃坤峰副主任陪著幼稚園小朋友一同將溫馨歡樂包裝成禮物，送給病患及家屬們，讓大家能暫時忘卻生病的痛苦。

最後，潘永謙院長與耶誕老人送上氣球與巧克力給這群鴻德幼稚園的小朋友們，並祝大家冬至與耶誕節快樂，在這一天，醫院的每個角落都洋溢著幸福的耶誕氛圍，感恩大家的熱情參與，讓活動得以圓滿落幕。（文／謝滢伊 攝影／林碧麗）

花蓮 臺北

十二月二日、十二月九日

祖魯志工散播愛
「音」緣相聚暖人心

「這麼美的合音，是從哪兒傳來的呢？」二〇一〇年慈濟海外培訓營隊，四日在花蓮靜思堂展開，十二位來自南非德本的祖魯族志工與九位當地華僑志工，提前在二、三日來到花蓮慈院與花蓮監獄，用來自異鄉的天籟合音與舞蹈為每個人祈福，八日又北上到臺北慈濟醫院，走入心蓮病房，期待用歌曲和舞蹈把溫暖帶進病房內的每個人心中。



■ 鴻德幼稚園的小朋友們帶上聖誕帽，露出可愛的表情，帶來「幸福的臉」手語歌。

手足舞蹈展歌喉 崎嶇人生體解愛

「吉列列、吉列列……」二日上午，來自南非的祖魯族志工用熱情的傳統歌舞，為病患獻唱一首又一首的自創曲。歌詞中傳達「感恩上人把我們從生命的谷底拉拔出來，帶領我們走入慈濟世界。」隨著音樂的旋律，病房的患者更是熱情地與祖魯族志工們一同擺動雙手，不分你我手拉著手、轉起圈圈，讓原本單調的病房空間頓時充滿了溫暖。

領隊南非志工潘明水作為翻譯，介紹這群南非志工多半經濟困難，人生路上更是充滿波折，如今加入慈濟，各個發願成為一個手心向下的人。今年第一位受證成為慈誠隊員的扎奇雷杜（Zakhele Dumisa），也是唯一祖魯族男性志工。扎奇雷杜表示，剛來到醫院時他不曉得可以為患者做些什麼，但是看到醫療志工無所求的對病人付出，使他非常感動，

儘管言語無法溝通，但希望藉由歌聲與舞蹈來感染週遭的人群，把歡樂散播出去。

宛如天籟般的妙音，讓人沈浸其中，有住院病患表示，「他們經濟狀況不好，還從那麼遠的地方過來這邊，給我們帶來溫暖的歌聲，真的很感動、很安慰。」病房的打掃阿姨也停下腳步，頻頻說：「這跟我們原住民八部合音一樣厲害耶，好親切喔！」

三日下午，隨著志工老兵顏惠美師姊的腳步，南非志工將歌聲帶到花蓮監獄，更分享自身突破逆境的生命故事。兩年前受證的布蘭達·瑪布刺（Brenda Matebula）今年初生了一場大病，但想到還有比自己更貧困的人需要幫助，依舊不放棄參與慈濟活動，兩個月前，健康逐漸好轉的她，更加緊腳步再次投入照顧愛滋孤兒和訪視社區的行列，布蘭達期望以自身的經驗鼓勵收容人突破低潮，從逆境中找回向上的力量。



■ 南非志工將活潑的生命力帶入花蓮慈院的病房內。左二為扎奇雷杜。





■ 在花蓮監獄裡，南非志工帶來富有朝氣的表演和逆境求生的故事，鼓勵收容人。

心蓮病房愛傳揚 遠來之愛啟善心

經過花蓮幾天的洗禮，南非志工八日又到臺北慈濟醫院，走入心蓮病房，受到了熱烈的歡迎。

語言不通不是難事，用真誠的笑容和簡單的動作，同樣能打開人的心門，這群南非志工們，走近每一位坐著輪椅或

是躺在床上的病人，帶著笑容親切的問候，喊著「婆婆」邊伸出手握著病患阿嬤的手，將來自異國的祝福藉由手心的溫暖來傳達。身材高挑壯碩的祖魯族男性志工扎奇雷杜，

更是毫不猶疑地跪在病人前為他按摩雙腳。

當南非志工站成一排，揮動雙手為病友獻唱祖魯語慈濟歌時，站在病床邊的家屬開心得跟著節奏拍手。南非志工布蘭達拿出了一張自己生重病時的照片，裡頭的她躺在地上，握著慈濟志工的手。她告訴醫護人員，「因為當地醫師誤診，將肺結核誤判為腸胃病，還幫我動了手術；之後我重病不起，身體虛弱到無法行走或進食，只能一直哭……」當時，她哭泣是因為感慨自己虛弱到無法照顧南非的孤兒與窮苦人，因為布蘭達在二〇〇八年曾向證嚴上人承諾過要照顧所有需要的人。

慈濟志工潘明水告訴醫護人員，在南非醫療的步伐遠不及臺灣，病患多到醫師不知道該怎麼辦。而這群南非志工能夠堅定助人的信念是因為他們相信「一生無量」，將自己的一顆善種就地生根、進而發散出去，將愛心不斷遠播，啟發更大的慈悲力量。（文／彭薇勻、蘇錦琍 攝影／劉明總、顏惠美、簡元吉）



■ 在臺北慈院的心蓮病房裡，南非志工扎奇雷杜虔誠跪在病患的輪椅前，用溫暖的掌心替病患的雙腳按摩後，恭敬上結緣書。

臺中

十二月六日

首辦肺癌病友會 正向思維迎未來

臺灣平均每五名癌症病人，就有一位是肺癌患者，不同的背景面臨相同人生的關卡，他們的心情，能懂得往往只有罹患同樣疾病的人，為了營造病患彼此交流與打氣的環境，臺中慈院六日首次舉辦「肺癌病友聯誼會」，藉由病友彼此間的故事與經驗分享，拉開此次生命對話的序曲。

中西合治同打氣 吃好念好力量大

將近三十位病友與家屬出席這次「肺癌病友聯誼會」，雖然大都是第一次見面，但卻有著同病相「連」的默契，癌關小組志工以「我們都是一家人」手語歌作為開場，當會場內每個人手牽著手的那一刻，心也跟著連起來了。

所有病友在歷經衝擊、沮喪、進而能勇敢去面對，過程中能有家人陪伴、扶持，就是好的起始，臺中慈院有社工的幫助、加上志工的努力，提供心理與社會支援，並安撫了患者的情緒，加上所提供的專業醫療，可以說是全方位的支持，胸腔內科主任邱國樑醫師表示，今天的相聚是一種幸福。

病友會首先登場的是由肺癌團隊主任黃軒醫師主講「吃得好是關鍵—肺癌治療期間的營養訣竅」，藉由飲食告訴



■ 上圖：首次肺癌病友聯誼會以「我們是一家人」的手語歌來溫馨作開場，彼此的心也跟著連起來了。

下圖：由黃軒醫師主講的肺癌病友飲食叮嚀，希望每一個人都能吃出健康。

大家即使已經罹病，但仍要有健康的身體來迎接病魔的挑戰。邱國樑主任則以「我的家人得了肺癌？談肺癌病人的照



顧之道」為主題，教病友家屬如何幫助他們的家人，克服掉髮等治療期的副作用。而古道熱腸的中醫部陳建仲主任，除提供中醫抗癌見解，也提供數十本「癌細胞變快樂佛細胞」，書中用巧妙的例子來描寫「心念」的力量，愉悅正向的心是最佳的良藥，對於肺癌的病友來說，得知消息的當下，未來的路還是要走下去，如何照顧好自己的一念心，更是比任何的治療來的重要。

分享心路歷程 誠實面對護健康

病友會最重要的就是要讓病友們來分享心路歷程，做生意的黃小姐今年五月發現罹患肺癌，發現時腫瘤已經大到七公分，連手術開刀都沒辦法，她雖自嘲被醫師判死刑，但仍樂觀面對突來的無常，積極配合治療之外，更不忘運動與中醫調養，如今腫瘤得以控制愈來愈小。

罹癌兩年多，已經接受過各種化學藥物的郭阿姨，仍不放棄抗癌。她分享來時路，當初發現時，只是輕咳、一點點的喘，症狀並不明顯，好在陳盈助醫師及時發現，檢查結果出來已經到了三期末。她說，很多人都逃避檢查，很怕沒病檢查出病來，自己因為是三十年的老菸槍，所以能接受自己壞習慣帶來的病，但抗癌過程是很孤單的，有些病友往往會怪別人不了解那種心情，講到這裡，她情緒激動的紅了眼眶。陪伴身邊的她的先生，心疼之餘，也分享自費藥物通過健保給付的好消息，請大家一起加油。

去年十二月發現罹癌的蔡阿姨說，當時因為胸悶掛心臟科檢查，結果從X光片中發現異樣，斷層掃描確診是肺癌，兒子聞訊一直哭，她卻忍不住質疑「是不是老天爺在開玩笑？」因為先生才走三個月，她就傳出得病的消息，得病後她領悟到：「生病就生病，再哭、再心痛，也無法挽回，不如開朗面對，就看佛陀要我做多少就做多久，什麼時候該走就走。」

因為勇敢面對，化療結束，蔡阿姨就在醫院四處串門子，跟病友分享她的心路歷程，同時也投入志工培訓，身體一好就積極參與各種工作，她建議病友們，不要整天擔心病情，成天不動，沒病也會躺出病來，不如多運動、吃些有營養的食物，才能健康起來。（文、攝影／曾秀英）



■ 熱心的中醫部陳建仲主任（左二）在活動休息時，熱心解答病友們生活上的問題。

臺北

十二月二十四日
前進偏鄉檢視力
用心護兒獲肯定

視力問題從學童時期就要開始留意，及早發現給予適當的矯正治療，臺北慈濟醫院眼科醫生團隊參與首場「眼科醫師校園駐點複檢服務」，跑遍石碇鄉等地，自備專業器材，為九所學校孩童進行視力檢查，當中進行約二十次的複檢，默默投入這項長遠的兒童視力保健計畫，並在十二月二十四日獲得臺北縣衛生局的頒獎表揚。

進入無醫校園 守護學童靈魂之窗

為促進偏遠地區孩童的視力健康，臺北縣政府衛生局自二〇一〇年九月起辦



■ 徐維成主任與眼科團隊前往石碇國小為學生檢查視力。

理「眼科醫師校園駐點複檢服務」，邀請二十五所醫療院所人員到超過兩百所的學校進行學童視力檢查。

臺北縣衛生局健康管理科賈淑麗科長指出，縣府從九月份開始實行這項複檢服務，從中發現高達六、七百位孩童出



■ 上圖：臺北縣衛生局特別頒獎給臺北慈院，感恩臺北慈院積極投入偏遠地區兒童視力檢查計畫，從左到右依序為游憲章副院長、眼科團隊徐維成主任、謝易庭醫師、楊韻祥醫師以及衛生局賈淑麗科長。



■「眼科醫師校園駐點複檢服務」共發現數百位學童的視力問題，圖為謝易庭醫生檢查深坑國小學生視力。

現視力的問題。賈科長也提到，感謝臺北慈院參與第一場學校兒童視力複檢服務，院方的大力支持下，讓眼科主任徐維成與醫師們能夠將精密的眼科儀器搬運到學校，醫師、精密儀器、技術師、護理人員整批人投入，為沒有眼科服務的雲海國小、石碇國小的偏鄉學童做檢查，也因為有慈濟醫院作為第一線的守護，及早發現視力問題進行矯正。

賈淑麗表示，許多家長容易忽略學童的視力保健，認為近視佩戴眼鏡就好。然而，學童的視力如果沒有從小就注意，導致他們太早因為近視或其他視力問題而戴眼鏡，未來可能會有高度近視，嚴重的話，有可能會產生眼睛病變。希望往後能投入更多的醫療資源在偏遠地區，早期發現、早期治療，守護孩童的靈魂之窗。（文／蘇錦琍 攝影／簡元吉）

大林

十二月十四日

濁水溪揚塵危害
多樣健檢防微杜漸

八八風災造成土石崩塌，大幅沖刷掉濁水溪河床上的植被，導致河床裸露面積增大一倍，每年年底在強烈東北季風吹拂下，濁水溪沿岸鄉鎮彷彿籠罩在沙塵暴之下，因為擔心揚塵對鄉親的健康產生影響，雲林縣衛生局特別委託大林慈院，針對濁水溪沿岸林內、荖桐、西螺、崙背、二崙及麥寮等六個鄉鎮，進行大規模的健康檢查活動，十四日來到崙背鄉崙背國中，為鄉親進行肺部功能、眼科理學檢查、皮膚及身體理學檢查，以及醫師問診健康諮詢服務。

巡迴六鄉鎮 多樣健檢顧健康

十四日一早八點多，在崙背國中禮堂外，已有不少鄉親等著接受健檢，志工們為了不讓阿公、阿嬤空等無聊，主動帶動做暖身運動。到現場的還有雲林縣副縣長林源泉與衛生局長吳昭軍，林副縣長向鄉親們說明，雲林縣冬天「風飛沙」問題嚴重，擔心六鄉鎮民衆的健康受到影響，因此縣府爭取經費進行健檢，針對肺功能及眼睛的健康狀況作檢查，期待不只是做一年，而是每年都做，一旦身體狀況出問題才能及早處



理。林副縣長也提醒大家，若是遇到風飛沙時，儘量不要外出。

「風沙很大，家裡都是沙，要一直掃。」「風沙大，不要出去就好了。」阿公、阿嬤們邊等著接受檢查，邊聊起沙塵對平時生活的影響。

「我不會寫啦!」「沒要緊!我幫妳寫。」健檢活動從填寫問卷開始，面對不識字的阿公、阿嬤們，志工耐心地協助完成健康狀況，生活習慣等問題的問卷填寫，再安排依序健檢。當進行到肺功能檢查時，需要受檢者先深吸一口氣，再用力吹出來，很多受檢的阿公、阿嬤都連吹好幾次才成功，累得喘噓噓。一位肺功能不佳的阿嬤說，早年種田割稻，吸進不少塵屑，肺功能本來就不好，所以趁這個機會來做個檢查。在視力檢查的部分，支援此次健檢的大林慈院眼科許正賢醫師表示，確實有許多受檢者有眼翳問題，多數是戶外工作者，這可能是因為風沙或長時間太陽照射所致。

此項健康檢查活動將自十二月份開始至二〇一一年三月，預計將在六個鄉鎮服務三千位鄉親，並利用東北季風揚塵最嚴重的季節，為雲林鄉親的健康把關。（文、攝影／黃小娟）

■ 上圖：志工們詢問不識字的阿公阿嬤們健康狀況，幫忙填寫健康問卷。

中圖：阿公阿嬤們只要對肺功能檢查儀器吹一口氣，便能從電腦螢幕中的數值了解自身的肺功能狀況。

下圖：眼科許正賢醫師也參與了此次的院外健檢，過程中發現許多鄉親有眼睛病變的情況。

玉里

十二月十日

整合一站式服務 性侵採驗保隱私

為了落實人本醫療，玉里慈濟醫院積極推動性侵被害人保護工作，當個案來到醫院後，設有特別流程，讓個案無需經過正常看診程序，可直接進行後續的掛號、採檢、問診等工作，避免身分曝光。

此種以病人為中心的貼心設計，深獲花蓮縣警察局婦幼隊的讚賞，因此積極與院方連繫，期望能共同合作，在院內設置花蓮縣中南區唯一的「一站式服務據點」，並於十二月十日下午進行採證器材裝設及環境布置工作，未來案件被害人的採證驗傷和筆錄製作等都可在此充滿溫馨與人文的空間裡進行，並藉由資訊化的設施，有效的保全案件證據。

人文空間舒緩身心 整合服務保障隱私

所謂的性侵害案件整合性團隊方案，是指當相關案件發生後，透過團隊合作模式，整合檢警、醫療和社工等資源，以被害人為中心，提供保密安全的採證服務，讓被害人的情感上能獲得支持，並縮短驗傷採證時間，提供保密且安全的服務，讓被害人不用擔心被旁人發現，而影響報案及採證的意願。

過去，發生性侵害案件時，當被害人至醫院驗傷後，還需到警局另外製作筆錄，



暖色系的布置能讓個案舒緩緊張的情緒，而驗傷採檢、筆錄製作都在同一地點完成，能有效的保護個案的隱私。

在過程中，常會擔心被旁人知情，或撞見熟人，加上後續冗長的訴訟程序，往往讓個案身心俱疲，影響了報案意願。在人本醫療的宗旨下，玉里慈院與花蓮縣警局合作成立「一站式服務據點」，於原有的性侵、家暴個案會談室，增設了獨立資訊主機及影像擷取系統，讓分局員警也能在此進行筆錄製作，有效保障個案權益和隱私。

服務據點內的設施相當完善，除了驗傷必需的病床及醫療資訊系統外，訪談空間內也特地採用採用了暖色系為主的沙發和人文畫作，讓個案在受訪時能舒緩緊張的情緒。另外，還有一套警方專用的電腦與影像擷取系統，當員警需要製作筆錄時，經由個案同意後進行動態影像的截取紀錄，最後再透過連線模式，將犯罪資料加密上傳至管理中心，以掌握追緝時效性。

人文與資訊兼具的空間，不僅有利於相關證據的保存，更能保障雙方權益，而過程中的各項資料與文件，也將被妥善的保存，以確認個案的隱私不會外流，玉里慈院雖然僅是一家社區醫院，但持續的用心發想，以提供鄉親更完善的醫療服務，更以實際行動落實人本醫療、尊重生命的醫療宗旨。（文／陳世淵 攝影／張嘉玲、陳世淵）

花蓮

十二月十三~十四日

醫院火警預演習 縝密分工獲肯定

十三日下午三點，花蓮慈院舉行了一場消防預演，醫護、行政與志工全院總動員，在最短時間內平安而且快速地疏散病人。

指揮疏散有條理 網絡分組高效率

「不好了，耳鼻喉科治療室失火了！」二五西病房的耳鼻喉科治療室飄出了陣陣濃煙，行經的護理同仁發現，立即扯開喉嚨大喊「失火了！」，第一線醫護人員迅速反應滅火，同時通報醫院，得知火災訊息的滅火組同仁抱著一支支的滅火器趕到現場，有的護理同仁則逐一疏散扮演病人的志工。

十四日下午，正式演習「紅先生」與「紅色九號」，由總指揮官陳培榕副院長為首的緊急災害應變指揮中心與護理部門、行政主管實施動員編組，成立動員的小組有醫療組、救護組、補給組、安親組、機動組、公關組、疏散組、安全組、消防組、善後組，全院自衛消防編組也隨之啟動。儘管事先已與病房患者溝通消防演習，但由於演習過於逼真，不少病房的家屬還是頻頻探頭過來查看，擔心是不是真的發生什麼事！

耳鼻喉科病房護理長曾雅雪與總幹事張世襄主任鎮定指揮，將病患平行疏散到另一棟安全的大樓，也有醫護同仁帶著擔

架、輪椅，依序將重傷區與中傷區的病患垂直疏散到一樓大廳，能行走的病人與家屬，也在引導及攙扶下進行緊急疏散。消防局的花蓮分隊與自強分隊同仁，更在第一時間出動二十位消防人員與水車、雲梯車共六輛前來救援。

接續災後救治 急診啟動大量傷患

「唉唷，好痛喔！」大廳現場，處處可見由花蓮慈院志工扮演的輕、中、急重傷病患。陳培榕總指揮官在現場指揮若定，並隨時與火災現場聯繫；各任務編組單位也稱職的扮演自己分派的角色，像是進行檢傷分類或是協助安撫患者心緒，社工師則從旁登錄患者的基本資料，一切皆井然有序的進行。整個演習的過程十分逼真，從醫師、護理人員、行政人員到志工，都全力以赴，展現高效率的團隊精神。



■ 病房疏散組的醫師與護理同仁在陣陣煙霧中，請病患壓低身軀逐一疏散至安全集合地點。



■ 補給組、安親組協助安撫患者心緒。

「紅色九號演習廣播！大愛一樓急診室，請相關人員至急診室集合。」為了模擬火災現場大量傷患的處置情況，三點十八分急診室順勢啟動「紅色九號」，由急診部許智偉醫師擔任臨時指揮官。急診大樓的醫護同仁在最短時間內完成任務編組，形成縝密的緊急醫療救護網。三分鐘內，相關醫療人員就緒，將急診室分成重傷區、中傷區、輕傷區三個區塊，接著進行治療。

演練過程緊湊、逼真，扮演患者的志工甚至特地買來紗布、顏料進行「變裝」工作，以假亂真的化妝技術，一度讓圍觀的民眾信以為真醫院發生了火災。整個實地演練時間將近三十分鐘，最後在指揮官陳副院長的感恩聲中，「紅先生」與「紅色九號」實地演練，圓滿完成。

檢討改進 精益求精

為了在「紅先生」——火災真正發生時能更確實的掌握減低損害關鍵點，在演習一結束，院方即邀請消防局副大隊長王永杰與自強分隊副隊長陳秋敏等五位消防局



■ 病患全部集合至門診大廳後，在護理人員與志工的協助下，由醫療組組長為患者進行檢傷分類。

人員、衛生局醫政科徐立佩小姐到第一會議室召開檢討會。王永杰副大隊長表示，不同區塊的救援時間都在標準範圍內，此次的消防演練「合格」！此外，王副大隊長特地讚賞病房護理長曾雅雪具備冷靜頭腦及逃生知識，快速地将病患與工作同仁疏散至安全地點，敬業精神值得讚許。

前來指導的陳秋敏分隊長在檢討會上，建議花蓮慈院實施分區廣播制，並提供平均病患收容數與日夜間工作同仁的值班情形，這些資料都有利於消防人員在火災發生的第一時間詳細掌控院內人數與救援方向。

啟動紅色九號的急診部主任胡勝川表示，這次的大量傷患的檢傷分類與急救雖然「亂中有序」，大都符合大量傷患的緊急應變作業流程，過程能更有條理會更好。負責擔任總指揮官的陳培榕副院長更是允諾消防局，將改善院內災害應變的廣播系統，並定期更新院內病患與值班情形給消防局參考，同仁們將記取所有需改進的地方，力求完善零缺失。（文／彭薇勻

攝影／黃思齊、彭薇勻）



感恩

來自病患與家屬的溫馨回饋 的足跡...

花蓮慈院

感恩我在住院開刀期間，十月二十六日到十一月五日，李明哲主任及合心八樓的護理團隊用心的診療與照護。李主任視病猶親，不論再怎麼忙，即使很晚都會來關心我，並親切的鼓勵我如何復健，讓我得以在他很用心的開刀後，很快的恢復，對李主任及所帶領的醫護團隊對我的用心，我及家人內心深深感謝並致上十二萬分的謝意。也祝福李主任及所有的醫護團隊身心健康，平安如意。

李先生

我們是第一次來慈濟醫院住院治療，十一月八日我們從急診入病房後，吳懿峰醫師很快就來探望父親，給予我們立即的醫療照顧和心靈平安，父親也因此病情就穩定下來，吳醫師每天都會來查房，每次都會詳細的解釋父親的狀況，也主動告訴我們口服化療後及出院後的居家照護及回診因應措施等等，很貼心的醫師。父親說吳醫師很親切，醫術人品都好，要表揚他，稱讚他。我原本以為呂選茵護理師只對我父親特別好，後來才發現她對每一位病人都是這樣全心全意、盡心盡力的照顧病人，更難能可貴的是，她對病人的態度是一視同仁，教人佩服，因為選茵護理師教我很多正確的護理觀念及技巧，父親的病情也很快的穩定下來，並漸入佳境。她就像冬陽，不時給我們溫暖及能量，十二萬分感恩。我要嘉許江平花護士，十一月六日及八日下午四點以前，我們都在急診等床，所以都無法休息，十一月八日終於可以入病房，我們很快就得到很好的醫療照顧，心靈也跟著平安，當晚睡得很安穩，夜班護士都沒有叫醒過我，從我爸的翻身、傷口護理、換尿片等等，江平花護士都自己護理，我真的很感動，也很感恩江護士。素雯護士評估父親傷口後立即給予更換新的方式護理，所以得到良好的改善，也教導我氣切傷口紗布護理，鼓勵父親半坐臥或甚至可以坐在床緣雙腿垂下，小腿前後運動，父親因素雯護士鼓勵也做到了。文玲護士指導我拍背的技巧，增加我們的信心指數。也感恩書香教導鼻胃管居家護理的小技巧。感恩銀花教導我們留置導尿管居家護理技巧，並協助父親刮鬍子，也感恩五東全體同仁。

陳小姐