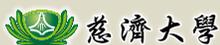


人本醫療 尊重生命
守護生命 守護健康 守護愛



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



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



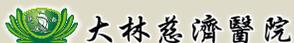
Buddhist Tzu Chi General Hospital
970 花蓮市中央路三段 707 號
TEL:03-8561825
707 Chung Yang Rd., Sec. 3, Hualien, Taiwan 970



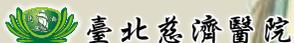
Buddhist Tzu Chi General Hospital, Yuli Branch
981 花蓮縣玉里鎮民權街 1 之 1 號
TEL:03-8882718
1-1, Minchiuan St., Yuli Town, Hualien County, Taiwan 981



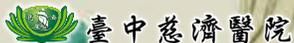
Buddhist Tzu Chi General Hospital,
Kuanshan Branch
956 台東縣關山鎮和平路 125 之 5 號
TEL: 08-9814880
125-5, HoPing Rd., Kuanshan Town,
Taitung County, Taiwan 956



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



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



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



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



P.12

■封面故事

喜迎
百分之



臺北慈院婦產部團隊

文 / 鄭富元



24 | 開朗醫師不休假 文 / 鄭富元

28 | 生產的風險 文 / 陳國瑚

上人開示
4 杏林有愛具福緣

社論
6 北臺灣茁壯中的菩提 文 / 趙有誠

交心集
8 慈濟有我 願為人醫 口述 / 朱崧肇

醫影輯
30 主題派對 文 / 劉凱妮、劉迪塑 攝影 / 劉迪塑

生命之歌
34 慧命永恆 如蓮心願——
緬懷美國人醫林慧如醫師
文 / 林慈睿、李委煌、李曉雯、林美華

全球人醫紀要
54【澳洲 布里斯本】 自備儀器入內陸 續辦義診續人醫
57【菲律賓 淡描戈】 四地志工齊聚 義診深耕在地
60【智利 特諾鎮】 小鎮缺醫療 聚愛南半球
62【臺灣 臺北】 多科健檢 守護異鄉人

用藥答客問
64 藥到病除莫受害 文 / 吳律萱

美麗心境界
68 治療抱怨症候群 文 / 賴奕菁

健康專欄
72 癌篩指標辨分明
——淺談攝護腺特異性抗原異常 文 / 謝登富
74 崇尚天然 母乳最好 文 / 張育婷

慈濟醫療誌
77 臺北 遊街宣導拒菸 加入無菸醫院認證
花蓮 人本優質健檢 來臺學習收穫豐
臺中 腎友經驗相傳承 團隊照護獲迴響
玉里 化解危機有一套 醫療品質不打折
大林 響應全嘉減重 歡喜收割贈米樂

感恩的足跡
33 臺北慈院
71 大林慈院、臺中慈院
88 花蓮慈院

文／于劍興、楊舜斌、吳秋鳳、曾秀英
梁恩馨、彭薇勻、黃思齊、吳宜芳
林碧麗、謝潔伊

52 | 綠色奇蹟



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
王忠芳、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、徐莉惠、陳世淵、梁恩馨
黃坤峰、黃小娟、黃思齊、曾秀英、彭薇勻
葉秀品、鄭富元、蘇錦琄(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
封面攝影 吳建銘 葛傳富

中華郵政北台字第 二二九三號

執照登記為雜誌交寄

2004年1月創刊

2011年7月出版 第91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

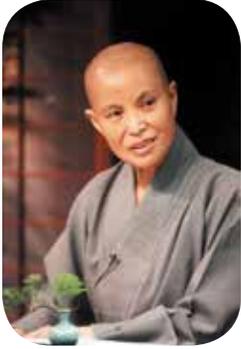
訂購辦法

郵局劃撥帳號：06483022

戶名：財團法人佛教慈濟綜合醫院

傳真：03-8562021

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。



杏林有愛具福緣

慈濟志業四大八法印，是慈濟人同心同志願，從「時間、空間、人與人之間」成就的。我們把握「時間」利益人群；用開闊的心，彼此互助與關懷，走出愛的「空間」；在「人與人之間」勤付出、結好緣，群策群力，共行善事。這「三間」福緣具足，即使是病苦者，也有可能由苦轉福，重啟生命的契機。

諸如醫療志業曾於二〇一〇年底與蘇州當地醫院，為生活困苦的民工義診，其中有年僅一歲的幼兒，因先天耳神經不全，必須植入人工電子耳改善聽力，由於當地醫療技術有限，以及幼兒的父母無法負擔龐大的醫療費，而未能就醫。

義診結束後，我們的醫療團隊考量兩歲前是植入電子耳的黃金治療期，因此積極地與當地醫院聯繫，尋求合作的機會。之後因緣成熟，不僅有臺灣的企業家發心捐贈電子耳，臺中慈院也樂意提供移植技術；此外與慈濟合作的蘇州大學附屬兒童醫院則同意減免醫療費用，這項手術於今年六月下旬順利完成。

在各方愛心的匯聚下，這個幼兒得以聽見世間的聲音，也創下兩岸合作完成蘇州第一例人工電子耳植入手術的紀錄。

醫療團隊及時給予治療，此為「時間」的具足；幼兒的父母從外地遠赴蘇州，參與義診，此為「空間」具足；更重要的是，「人與人之間」愛心圓滿具足。這分匯聚各方的關懷與祝福，為幼兒未來的人生開啓光明與希望。

看到慈濟人用心投入，於手術時膚慰、陪伴家屬；參與手術的蘇州醫院的竇主任表示，他不僅從中學習到精湛的醫療技術，也體會人生的價值莫過於奉獻愛心、利濟人群。幼兒的父親希望孩子長大後，能感恩、回饋，成為別人生命中的貴人，造福人間。

感恩醫療團隊無私付出，不但解救病苦，也帶動出美善的醫療人文。期待人人都能付出愛心，運用時間行善，在人與人之間互相影響，將愛與善普遍於空間。只要我們多盡一分心，多用一分力，定能使世間安定祥和。🕊

釋證嚴

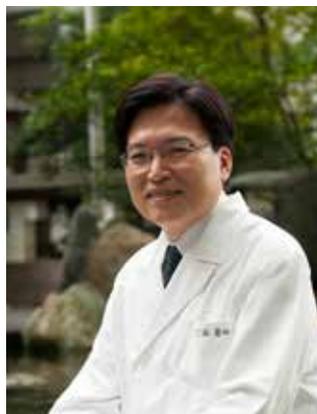
法譬言如水入經藏

人心善良，和睦相愛，
人間如天堂淨土，菩薩常住。

摘自《法譬如水偈誦》

「開刀房急需O型血！」週五傍晚時分，花蓮慈濟醫院的廣播響起，立刻有二十多人趕往檢驗科，挽起衣袖排隊捐血。為搶時間並保障病人安全，捐血人必需各挨兩針，一針抽驗、一針抽血。這是一位主動脈剝離的病患在手術中因凝血功能不足，出血不止，由於新鮮血液的止血功能較佳，主刀的心臟胸腔外科張比高醫師緊急向檢驗科調徵新鮮全血。當天來了二十幾位O型人，但只有跑得快的十二位得以捐出十四個單位的熱血。有主治醫師、醫療志工、住院醫師、急診與各病房護理人、社工師、醫資同仁、還有實習醫學生。其中二位實習醫學生捐了各一個單位、五百毫升的血液。病患在輸入新鮮全血之後，終於止血。這場驚心動魄的手術，總共使用了一百一十多個單位的血液，捐血人為陌生病患無所求的愛的付出，讓醫師得以順利搶救寶貴生命。

北臺灣 茁壯中的 菩提



◆ 文 / 趙有誠 臺北慈濟醫院院長

時光荏苒，轉眼間慈濟醫療志業的第一家醫院花蓮總院已經成立二十五周年了。六年前，在大臺北的南區，也興起了另一座慈濟醫院的分身——臺北慈濟醫院。慈濟醫療志業就像是棵高大的菩提樹般，哪裡有需要，就往哪裡開枝散葉，照拂著病患，協助人們離苦得樂！

東臺灣缺乏醫療資源，大臺北同樣有偏遠的無醫村，除了「以人傷我痛，人苦我悲」的情懷守護北臺灣求醫無門的病患，同仁更以醫院為據點，定期遠赴各個偏遠角落義診關懷。

二〇〇五年五月八日，臺北慈濟醫院在新店啓業了，這是自花蓮慈院一九八六年落成以來的第五所慈濟醫院，屹立於臺灣北中南東的每家慈濟醫院都稟持著上人「人本醫療，尊重生命」的建院宗旨，兢兢業業承擔起守護生命、守護健康、守護愛的使命。

臺北慈院從落成啓用的第一天起，就因為過去慈濟美善的聲譽，湧入大量

慕名而來的病患，可把醫護人員給忙壞了，啓業當天，典禮還在進行，救護車已閃著紅燈，急駛而至，載來第一位需要急診手術的病人。

在志工陪伴及懿德爸媽護持下，臺北慈院逐漸茁壯，主治醫師從啓業之初的一百五十位陸續擴編，現已超過兩百位，另外還有六十位住院醫師；在這塊醫療磐石上，接引了一萬二千多個慈濟寶寶；救心小組也完成一萬兩千三百餘例的心導管檢查及手術；超過三百五十隻潰爛的腳，縱使已被宣判必須截肢才能保命，只因為我們的醫師除了醫術精湛，更能同理病人截肢後的身心苦，願費時費力用心守護，保命也保存了肢體。外科醫師更完成了五例心臟移植，十二例腎移植及八例眼角膜移植手術；全臺灣最高品質的透析團隊也在這六年照顧了一千多位尿毒症病人。現今，每一年有超過一百萬的急、門診及住院病人，遠從宜蘭、基隆、桃園、新竹各地

抱著希望而來。臺北慈院的大醫王與白衣大士也懷著感恩的心，真誠的愛，膚慰每一位病人。

臺北慈院現有一百六十三位慈濟大學及技術學院畢業的校友，也有兩百六十位已受證及正培訓的慈誠與委員。這裡有來自花蓮慈院的張耀仁副院長、一般外科伍超群主任、吳柏鋼醫師、骨科黃盟仁主任、加護病房楊福麟主任、耳鼻喉科黃同村主任、邱贊仁醫師、婦產部曾倫娜醫師、急診部楊久滕主任、何耀燦主任、蔡秀鳳醫師、陳立安醫師、簡大森醫師、胃腸科林憲宏教授、放射治療科王聿農醫師、護理部王螢寬主任、資訊室黃少甫主任、醫事室江依璇副主任等，來自大林慈院的心臟血管外科諶大中主任、骨科林坤輝醫師，以及來自關山慈院的心臟內科林正豐醫師。而在臺北慈院這個年輕的大家庭裡，更有許多醫界專業的翹楚，不管是肝膽腸胃外科首創微創手術的游憲章教授、乳癌專

家張耀仁副院長、心血管領域的廖朝崧教授、柯毓麟教授、張恒嘉主任、周邊血管疾病權威黃玄禮主任、婦癌專家黃思誠教授、婦產科祝春紅主任、小兒泌尿權威楊緒棣教授、麻醉部黃俊仁主任、牙科沈一慶主任、口腔外科夏毅然主任等等，以及新進加入我們的成員；儘管年資不同、背景資歷不同、工作崗位各異，共同的是守護大臺北民眾健康的用心。

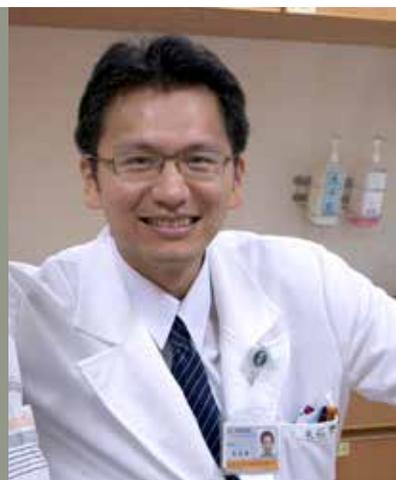
上人曾在二〇〇九年行腳臺北慈院的時候，帶給我們一個祝福：祝福在臺北的我們未來是一棵很大很大的菩提樹。近三年來我們陸續成立了呼吸照顧中心、第二透析中心及身心醫學科大樓，也蒙衛生署通過即將再增加四十九張急性病床。臺北慈院是一株才六年的菩提樹，我們一定會用心血灌溉，不負上人的期盼，讓臺北慈院茁壯成林，以醫學中心之姿在北臺灣成為醫界的清流與人醫典範。



■ 臺北慈院醫護同仁和志工參加《法譬如水》經藏演繹，全部成員同心協力組成一艘莊嚴的法船。攝影／鄭翔文

慈濟育我 願為人醫

口述 / 朱崧肇 花蓮慈濟醫學中心血液腫瘤科主治醫師



一九七五年在桃園縣出生的我，念完臺北市的成功高中之後，第一年參加大學聯考、考上牙醫系。那時候沒有人教我如何做生涯規劃，加上家裡兩個哥哥分別是醫生和牙醫，其中一位還是第一屆慈青，在社會與父母的期待之下只能盡力衝刺第一志願，隔年的分數提高了些、考上慈濟醫學院（現為慈濟大學）醫學系。

入學前其實對於慈濟並沒有太大的期待，也並不了解「第一屆」所背負的使命為何，而是在進來之後才漸漸有所轉變。畢業之後留在花蓮慈濟醫院接受內科住院醫師與血液腫瘤科次專科的訓練，五年前當上主治醫師之後，繼續就讀慈濟大學整合生理研究所碩士班，目前正在念醫學科學研究所博士班，可以說是個「在慈濟環境中長大的孩子」。

當年的大一新生還沒入學前，男生都得上成功嶺接受軍事訓練，所以去精舍參加開學典禮的時候，每個人都是小平頭，還記得以前從未說過「阿彌陀佛」的我，開學那天至少講了二、三十次，還拿到一小盆「美國花生」的盆栽。

在一個全校只有一百五十位學生、全體住宿還得穿制服、門禁時間晚上九點半、沒有任何學長姊與社團的後山新學校，感覺大學比以前高中管得還要多，而且幾乎每天都有很大批的師兄姊來「關心」我們上課，覺得自己就像動物園裡的動物一樣任人觀看，這也就是學校的 BBS 站「草食動物園」名稱的由來。管得多、自然會有人反彈，在我們多次反應之後，我的懿德媽媽羽媽媽，她

同時也是學校生活輔導組的副組長，將門禁時間越來越延後，慢慢地，我也被懿德爸媽們無所求的付出所感動。然而我們依然持續表達自己的意見，用我們名為「嘉年華式的抗議」方式來爭取發言權。

大學生是需要被刺激的，而混合各系的住校政策更培養出我們的革命情誼，在當時沒有校內社團的情況之下，我往外跑到西部參加法政相關營隊，結識了許多朋友。那是個喜歡爭辯與衝撞的年歲，在學會了如何開會之後，便希望成立學生會，並希望藉此收取會費來舉辦活動；我也爭取參與獎懲委員會的學生代表席次，希望能共同制定校規。不想穿制服的我們，當學校採取點名的強制措施時，甚至在某次的結業式、校長頒獎時，集體別著「抗議中」的牌子上臺。大學生基本上是不想被約束的，但是學校會告訴我們責任與承諾，入學簡章也很清楚地寫著有關於素食與制服的規定，我覺得無論當初是依父母的期望或是單純按分數排行而進來這裡，很重要的就是要為自己的選擇做負責，並忠於自己的選擇。

面對醫學系沈重的課業與大量的名詞記憶，特別是大體解剖課程，校方的做法是完整呈現大體老師的生平介紹，讓我們與大體老師的家人們見面、瞭解老師的過去，以及他為什麼願意捐出大



■ 朱崧肇（後排左二）大學時期與同班同學以及班上的兩位慈誠爸爸合影。當時他的班級慈誠爸爸為現在慈院家醫科王英偉主任（後排左一）以及曾擔任花蓮慈院副院長、現服務於臺北慈院腸胃內科的林憲宏醫師（後排右一）。（朱崧肇醫師提供）

體，當我們正式上課時，已經不再感覺只是接觸一具冰冷的遺體。在不斷地接受慈濟人文的同時，或許自己沒有感覺，但是他人都能夠感受得到，懿德媽媽一直無所求的陪伴，正是利他精神的展現。當工作與環境遇上挫折時，慈濟的力量是很正面的。很多學弟妹問過我，畢業後該不該留在慈濟醫療體系工作？我都會鼓勵他們，如果你真的很有熱情、清楚自己要做什麼，就應該到你認為可以學習更多或成長更多的地方去，帶著這股熱情、帶著慈濟人的氣質去往你要的地方發展。從慈濟環境長大的人，在職場上比較好相處，而且比較不會推卸責任；比別人更有禮貌但並非表面工夫，老師會感受到、自然便會教你更多。

社會對於慈濟醫療普遍有著正面印象，所以看來很小的事情也會被放大、被鼓勵，二〇〇七年我被健保局選為「全國優良事蹟醫護人員」，背後的故事其實很單純。剛升任主治醫師時，有一天急診室送來了一位路倒的原住民醉漢，當時的他全身都是腫瘤，找不到親人可以聯繫。那天其實並不是我值班，但我的老師拍拍我的肩膀說：「這個病人就交給你照顧了。」原本的我遇到這種狀況不佳的病人，心想「怎麼會給我？」又不是我該負責的。但心裡念頭一轉，醫療的本質就是要做功德，於是我開始嘗試去解決他的問題，聯絡社服室、尋找他的家屬。起初無法聯繫上時，

■ 朱崧肇醫師為慈濟醫學院第一屆的畢業生，畢業典禮上由證嚴上人親自撥穗。（朱崧肇醫師提供）



便幫他做決定、開始治療；後來找到家屬了，卻因為病人沒有健保、獨身未婚、之前在西部工作不順就回鄉酗酒而與家人疏遠，心想要幫就幫到底，請志工協助將欠繳保費以分期的方式還款，恢復他的健保身分。與他的家屬開始互動時，他們一致覺得該病患是顆燙手山芋，擔心他的醫療費用無力負擔。在看到慈濟社工、志工與醫師們願意幫忙承擔照顧他的責任，才慢慢卸下心防去接納；雖然最後這位病人還是不幸往生，這段過程能夠為其家人所接受，同時也懷著感恩的心陪伴他離開。成就一個人圓滿地過一生而不留遺憾，即使外界看來很特別，在慈濟世界裡的人認為這只是舉手之勞。

如果重返十七年前再讓我選擇，我不會後悔選擇念醫學系，因為能夠直接幫忙病人，面對挑戰並獲得回饋；同時我也一樣會選擇慈濟大學，因為小學校才能促使我們發展更多可能。在慈濟醫療體系內，一樣能與許多國外的教授合作發表論文，只要你願意學習、願意為病人付出，他們就會把技術交給你，好讓你救治更多的當地病患。終身學習是很重要的，靜思語說：「任何事都是從一個決心一粒種子開始」，只要持續進修、廣結好緣，機會及運氣會留給有準備的人。🌱（整理／沈健民）



■ 經過十七年的栽培，朱崧肇醫師現在已經是慈濟醫院成熟的血液腫瘤科主治醫師，並曾獲健保局選為「全國優良事蹟醫護人員」。攝影／李玉如



喜迎 百分之

臺北慈院婦產部團隊



臺灣少子化的情形嚴重，
近幾年，出生率更掉到百分之十以下。
婦產科同時照顧母嬰的健康與安全，
在喜迎新生的同時，也擔負了更重大的醫療風險。

然而啟業僅六年的臺北慈院，
不因少子化或風險高而放棄守護母嬰的使命，
在婦產科李裕祥主任以身作則的帶領下、喜見傳承與合作，
臺北慈院以詳細的產檢、適時的陪伴和完整的母嬰照護見長，
婦產科與小兒科更共同推出「整合式周產期醫療照顧」，
不但獲得全國母嬰親善認證特優的肯定，
更珍貴的是獲得準媽媽們的青睞，口碑相傳，
連續三年蟬聯新北市出生率最高的醫院，
全臺灣每百名新生兒，就有一名是臺北慈院出產的寶寶。

在優生與以病人為中心的醫療理念下，
臺北慈院婦產科生機蓬勃，
證明用心用愛，仍能在貧瘠的荒地上耕耘出綠洲。



文 / 鄭富元

臺灣少子化的情形真的很嚴重。在一九九四年，臺灣的出生率還有百分之十五點三，可是到了二〇〇九年，只有百分之八點三，十五年來下降了將近一半。婦女不想生產，讓很多執業的婦產科醫師都吹起熄燈號。新北市去年有兩萬七千六百一十七位新生兒，其中有一千八百七十三位寶寶就是在臺北慈院出生的，就在媽媽們的親身體驗的推薦下，臺北慈院婦產科建立了好口碑，連續三年，在臺北慈院出生的寶寶數都居新北市之冠。

啓業六年接生破萬 真誠陪伴產婦信賴

臺北慈濟醫院堪稱是新北市「最會生」的醫院。從二〇〇八年的出生人數兩千一百八十二人，隔年的兩千零九十五人，到二〇一〇年民間禁忌多、出生數少的虎年，臺北慈院也迎接一千八百七十三個娃娃，以全臺灣來說，平均每一百位新生兒，就有一位在臺北慈院誕生。

因此，臺北慈濟醫院從六年前啓業到今年五月中，平均每天接生五至六位新生兒，累計已經接生了超過一萬兩千個寶寶。儘管臺北慈院推動院內素食，但很多婦女面臨人生重大關卡——分娩生產時，還是選擇以臺北慈院作為寶寶出生的首選醫院。

臺北慈院院長趙有誠表示，臺北慈院婦產科女醫師駐診的比例很高，讓比較害羞保守的初產婦，有較高的意



臺北慈院除了有專業的護理人員照顧新生兒，還有醫療志工以媽媽、奶奶心來幫忙，每個小生命都備受呵護。攝影／簡元吉

願來這裡生產。再者，臺北慈院婦產科的醫生每天都以樂觀正向的態度和滿面笑容，為孕婦產婦加油打氣，還有堅強的小兒科團隊及志工媽媽做後盾，讓孕婦自新生命開始孕育至產後母子的照顧，過程都有一股強大的支持力量。

笑臉迎人又細心的曾倫娜醫師、陳怡伶醫師以及婦女中心主任祝春紅醫師都是臺北慈院婦產部女醫師，同為女性，更能了解孕婦、產婦的心情，



剛出生的小寶貝每天暫時離開爸媽到嬰兒房洗澡和接受檢查，排排睡的可愛模樣，讓許多長輩家長在窗前駐足不忍離去。攝影／簡元吉

也獲得比較害羞的初產婦信任；而親切又專業的男醫師，一樣成為準媽媽們預約的響亮招牌，包括擔任臺北慈院產科部總舵手的李裕祥主任，本身就是婦產界有名的「大腕級」醫師，以及專治不孕症的楊鵬生醫師、笑容可掬又貼心的楊濬光醫師和張銀光醫師，以及資深的洪正修醫師、婦科主任陳國瑚醫師、專長高危險妊娠與高層次超音波的許耀仁醫師等等，每一位專業又親切的醫師，也讓慈濟醫院在各種親子網站上被熱烈討論，成為產婦和媽媽們力推的生產醫院首選。

從醫三十多年，李裕祥主任已經接

生超過一萬七千多名寶寶，經驗豐富。很多他從前接生出來的女寶寶，現在長大成人懷孕，也在媽媽的陪同下，又回來找他接生。臺北慈院產科部主任李裕祥表示，「慈濟寶寶」蒸蒸日上的主要原因，是臺北慈院獲得產婦的充分信賴，這位獲得孕婦和產婦高度信任的資深婦產科醫師透露，一位成功的產科醫師，除了醫術，信賴的秘訣無他，就是醫師真誠不斷的「陪伴」。

他強調，很多初產婦，面對體內另一個新生命的形成，一方面開心，但另一方面擔憂，尤其孕程到後期，身



體的不適，更會造成孕婦心中極大的焦慮，因此懷孕期間，每次產檢的詳細解說，以及產婦待產分娩前的長時間陪伴，讓產婦安心除去壓力，是他和慈院婦產科所有醫護同仁心中共同的功課。

胎位不正 一樣可以自然產

臺北慈院婦產科的特色，就是視病猶親的同理心陪伴，讓孕婦在懷孕及生產時百分之百的安心。李裕祥助人無數，為上萬家庭帶來新生命的歡樂，他還有一項武林絕學，那就是「徒手外轉」技術。

寶寶在出生的時候，頭都要朝著外面先離開母體，如果頭不是朝著產道，就可能腳或臀部先出來，這樣寶寶的頭就可能卡在子宮裡面，而產道剛好束住寶寶的脖子，造成媽媽和小孩的極大危險。如果遇到胎位不正的情形，生產之前，李裕祥醫師可以用雙手施展技巧，以捏、按、推、壓等方法，讓寶寶在媽媽肚子裡面轉成正確的方向，這樣就不必一定要剖腹產了。如果已經在生產才發現胎位不正，寶寶的臀部和腳都已經生出來了，但是頭還卡在產道裡面，李裕祥主任一樣有辦法，手不用伸進產道，腳也不用塞回去，用獨特的角度，推一下、拉一下，並利用旋轉胎兒身體的技巧，就可以讓孕婦自然生產。

現在大部分的醫療院所都有超音波設備，可以提前知道肚子裡的寶寶有



臺北慈院婦產部女醫師多，曾倫娜醫師（下）與陳怡伶醫師（上）以女性的角度問診，讓害羞的婦女較能坦開心胸。攝影／簡元吉

沒有這種胎位不正的情形，如果有，醫生大多都會建議使用剖腹產比較安全，不過李裕祥醫師覺得，如果能夠自然產就不用再挨一刀，而且生產之後恢復得也比較快，所以如果條件適合，李裕祥醫師還是會用自然的方式來接生寶寶。這種技術，在婦產界裡面，真的可以用「絕活」來形容。

剖腹獨門功夫 也是經驗累積

如果經過詳細評估後真的需要剖腹生產，李裕祥醫師的剖腹產經驗也是非常豐富而獨樹一幟，他在使用手術剪刀的時候有與眾不同的見解。手術剪刀是弧形的，形狀有點像鉤子。在幫孕婦剖腹生產的時候，腹部的肌肉和筋膜，要用剪刀把它分開。大多數的醫師在剪的時候，都是勾端朝上，像是用勾子去挑開肌肉和筋膜，不過因為筋膜很硬，所以很不好剪；但是李主任卻是勾端朝下，像是要刺進去一樣，這樣反而比較好剪。臺北慈濟醫院產科醫師楊濬光，當初在當實習

醫生的時候，看到這種剪法覺得很奇怪，但是當自己日後在幫別人剖腹生產時，試著用這種方法，才發現真的比較好剪。楊濬光說，因為剪太深會傷到肌肉，剪太淺會剪得很辛苦，這種剪法只有李主任在用，書上也沒有寫，但這樣剪，一下就剪就好了，老醫師的經驗，實在非常寶貴。

迎接新生責任深重 隨身筆記武林秘笈

李裕祥是甚麼樣的醫生？從病人的回應和態度就可以瞭解。只要是舊的病人，遇到了，都會熱情的圍上來打招呼 and 聊聊彼此的近況。醫生如果可

陣容堅強的婦產部醫療團隊，用專業和情感兼具的診療與支持，讓臺北慈院成為孕婦、產婦最推薦的生產醫院。





李裕祥醫師接生經驗豐富，也不吝於和年輕醫師分享接生技巧。



李裕祥醫師（左一）不藏私，將獨門絕活傳授給年輕醫師，也讓活水流轉，讓婦產科醫師都能為病人設想。

以做到病人看過病以後，還是很樂意把你當成朋友，而不是再也不認識你，或者躲你躲得遠遠的，這樣子就是一位成功的醫生，而這也是婦產科的特色。因為放眼醫療其他科，都是因為人不舒服才去找醫生，也就是在心情不愉快的情況下才去的。可是婦產科的病人，有一大部分是抱著迎接新生命的愉快心情去的，所以看到婦產科醫生，就會回想起當初飽飽的喜悅和快樂，而這也是讓李裕祥最享受的地方。

李醫師的兒子說：「爸爸都把心力放在病人的身上，有一次全家一起要去基隆碼頭玩，走到半路，我爸的呼叫器就響了，只好找路回頭。」「小學國中的時候，常常覺得父親和我們約定好的事情都會黃牛，都是因為病人的關係給取消掉了，所以我常會覺得說，到底是家人比較重要還是病人比較重要？長大了以後，才慢慢感受到父親對我的期待，以及他視病如親的偉大。」因為了解父親的苦心與付出，兒子長大後，現在也就讀慈濟醫學院，與父親一樣踏上行醫助人之路。

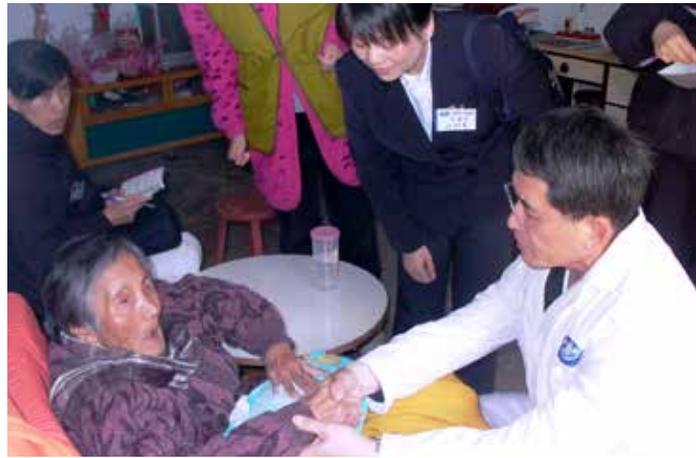
二〇〇五年五月九日清晨兩點二十六分，臺北慈院迎接啓業的第一位寶寶，接生的就是李裕祥醫師。這是他行醫以來，接生的第一萬四千四百七十七位寶寶，到二〇一一年的四月底，他接生的人數已經到達一萬七千零八十四人。李裕祥有一本隨身筆記本，記載每位婦科病人或孕

婦的病歷，這樣遇到任何緊急狀況，就都可以能應付，年輕時日夜以醫院為家，就是為了陪伴產婦，給她們最安心的照顧。

攀上峰頂 人生變色

當住院醫師的時候，李醫師的接生人數就已經超過五百人，最高紀錄一天接生十九個寶寶，認真負責又細心的照顧，讓他成了病人口耳相傳的最佳產科醫師。同時，也為了自己心中的那份執著——衝！他要衝到大家讚許的接生數字，也要衝出無人能及的光榮數字。不過就在事業如日中天的時候，身體的警訊也悄悄來報到。一九九〇年八月，沒有家族史，病因也不明，李裕祥無法相信，自己竟然會罹患鼻咽癌。

一個正攀上頂峰的年輕醫生，竟要和死神拔河，當時小孩很小，讓他沒有退路。白天要上班，中午做化療，他不只要面對內心的恐懼，還得在病患面前掩飾自己的失落。李裕祥同時做放射性和化學治療，副作用是唾液腺遭到破壞，喉嚨發炎腫起，痛到沒辦法吃東西，李裕祥回憶說：「那像是身在餓鬼道，每吃一口食物，就化為火球燒燙喉嚨……」一頓飯吃了兩個鐘頭都無法吃完。有些老病人知道李裕祥生病了，會寫信告訴他要吃什麼偏方，也有人聽說酪梨牛奶加冰糖打一打喝下去會比較有體力，就從臺南寄一整箱的酪梨過來給他。那時候



李裕祥醫師病癒之後參與人醫會義診，因而發現服務的快樂。圖為他到石門鄉往診，與老婆婆話家常。攝影／葉時燿

吃藥，胃很不舒服，也是有老病人建議他吃榴槤，讓身體有了改善。以前不斷為病患付出，現在生病了，很多病患回過頭來努力的幫助他，讓李裕祥很感動。其實最大的助力來自他的太太陳金枝，她總是坐在李裕祥的對面陪他吃飯，明知道他吃東西很痛，但是不吃又撐不下去，雖然她的心和丈夫的喉嚨一樣的痛，不過還是必須



保持開朗的笑容，因為她知道，只有這樣，才能沖淡李裕祥的痛苦。

幸好天公疼好人，經過六次的化療，李裕祥的癌症就治好了，到現在二十幾年都沒有再復發，李裕祥感謝大家的幫助與太太的陪伴，當然他也感覺，投入義診的行列，是讓他從谷底爬上來的重要原因。

義診開啓新視野 無求付出最歡喜

病癒之後，李裕祥因緣際會加入慈濟人醫會，他最感謝的就是廖春美醫師。李裕祥說：「廖春美的寶寶是我接生的，那時候人醫會要義診，少一個婦產科醫師，她問我說我有沒有意願參加，我回



李裕祥醫師開心的向病人展示他的「武林秘笈」，上面有他為每個孕婦和產婦特別註記的病歷和要點。攝影／簡元吉



首位在臺北慈院出生的小男嬰由媽媽陳麗文（中）抱著，祝春紅醫師（左一）、李裕祥醫師（左二）與社服室主任吳芳茜（右一）等人代表院方送上嬰兒用品，給予最大的祝福。攝影／林炎煌

98年度母嬰親善認證績優醫療院所 頒獎典禮暨公開表揚記者會



國民健康局局長邱淑媿（中）表揚臺北慈院獲得母嬰親善醫療院所特優獎，游憲章副院長（右一）及護理部徐美華督導（左一）代表受獎。

家問我太太，那天沒事，我們要不要去？有一種好奇，所以就去了。」李裕祥和陳金枝首次義診就跟著慈濟人醫會到澎湖。原本他們帶著遊玩的心態到偏遠的小鎮，卻對謙卑不求回饋的慈濟人大為驚嘆。像有人是董事長，卻放下身段做志工，還幫忙開車、搬桌椅及布置現場，讓他覺得不可思議——難道名聲和鈔票之外，還有甚麼重要的東西，是他一直忽略的嗎？一次又一次的義診，平溪、雙溪、貢寮、石門 甚至離島的小金門，他終於發現，原來付出無所求的快樂，才是這個世界上最重要的東西。一路陪在他身邊的陳金枝也回憶說：「像我們到澎湖去義診的時候，那裡比較鄉下，有一些婦女看到醫生是男的就不要來了。我就說，我是他太太，



女兒、和孫女都是李裕祥醫師接生的，呂小姐帶著一家三代一起來感謝李醫師。

我陪妳進去，病人就接受了。離島的病人真的很孤獨，很需要我們去關懷，看到我們都很高興，所以很多後來都主動來當志工，體會付出的快樂。」李裕祥在一九九八年加入慈濟人醫會，二〇〇二年參與委員培訓後受證。二〇〇四年臺北慈院啓業前夕，李裕祥醫師不假思索的加入了臺北慈院的大家庭。

傳承護母嬰 親善認證獲特優

在李裕祥的帶領下，臺北慈院一啓業，婦產科就打出響亮的名號，加上李醫師從不藏私，會大方教導院內年輕的醫師，使得院內醫師們都傳承了李醫師對待產婦的用心。臺北慈院楊濬光醫師有個絕招，他幫媽媽剪臍帶後，會多做一個動作：就是用手把臍



帶推回嬰兒體內，這樣嬰兒以後就不會貧血。而楊醫師說，這就是李裕祥醫師教他的撇步。婦產科醫師也和小兒科合作推出「整合式周產期醫療照顧」，讓媽媽從產檢開始到小寶貝出生後，全程都有最完整細心的照護，醫師們為嬰兒著想的用心，臺北慈濟醫院在母嬰親善的照護上，投入百分之百的用心，因此獲得全國母嬰親善認證特優的肯定。

在臺北慈院啓業六年來，已經有超過一萬兩千位小菩薩在此誕生，其中兩千六百多位寶寶，是由李裕祥醫師接生的，這樣一個數字，可以說是用歲月與生命換來的成績。在生產率不高的年代，二〇〇五年十二月，慈院生產人次，突破當月一百二十人次的大關，二〇〇七年六月十二日，更創下一天十七位寶寶誕生的紀錄，這表示當天所有產檯二十四小時不停歇，隨時都有醫師在接生。二〇〇七年十月，更創下當月生產二百三十九人次的紀錄，這總總的一切，都有著醫護團隊共同努力的足跡。門診時，常有母親帶著女兒前來產檢，很多孕婦，都是當年李裕祥親手接生的小菩薩，如今都已經亭亭玉立，將為人母，繼續把接生的任務交給李裕祥，溫馨兩代情，屢屢在臺北慈濟醫院上演，相信在婦產科團隊的努力之下，會有更多溫馨醫病的故事，在這裡發生。

媽媽們在網路上 對李裕祥醫師的感恩

我是給李裕祥醫師產檢，也是給他接生的。他人真的很不錯！很自然派，不大開藥給產婦，是一位很有醫德的醫師。他如果不好我早換醫師，也不會到生產還堅持給他生喔！

Lulu bass

我有給李醫師產檢。只要不是大問題，他都說沒關係。我之前有陰道感染的問題，子宮頸外還有個息肉，李醫師說，不用吃藥，沒關係，只要不是像月經那樣的出血量就好，還圖解說明給我聽。所以我也覺得沒關係。

carol

婦產科李裕祥醫師為人親切、熱心，視病人如家人一般，風趣、幽默，為我減輕不少緊張、壓力，重點是醫術高超，手術後一切順利、圓滿，好感恩李裕祥醫師對我的細心照顧，真是我人生中的貴人，在我最茫然無助時，為我指引一道光。

蘇小姐

當時凌晨十二點多睡得正熟，我突然羊水破了，還好李醫師沒有讓我痛很久，孩子順利生產。當醫生在幫我縫會陰的時後，為了轉移我的注意力，還一直跟我聊天，之後我轉到了病房後，因為大量出血，醫生就必需一直來探視我，李醫師都親自到，很親切喔！

小秀

我的太太在懷孕八個月的時候不慎摔傷，左腳踝內、外側各骨折一處，送到臺北慈濟醫院治療時需要開刀，但是又怕傷到小孩，會診的婦產科李裕祥醫師跟我們說：「放心吧，即使手術過程中臨時出狀況，我也有信心把小孩子健康、安全地接生下來，沒有問題！」當時的我眼淚在眼眶裡打轉，心中有滿滿的感恩，李醫師的保證及自信的神情讓人感到安心。在確保小朋友不會因腳部手術受到任何影響後，太太開始進行手術，現在小孩平安生下來了，太太的傷也好了，非常感謝李醫師和臺北慈濟醫院！

Susc



開朗 醫師不休假

文 / 鄭富元



楊濬光醫師全年無休又笑臉迎人，深受產婦歡迎。攝影／簡元吉

星期二晚上，已經超過晚上九點了，臺北慈院婦產科的門診依然燈火通明，楊濬光醫師的診間前仍坐著滿滿的孕婦耐心等待叫號，有時候甚至要看到晚上十一、二點，楊醫師還是不厭其煩的問診，對任何千奇百怪的問題，也都詳盡解釋，加上幽默的個性，讓許多準媽媽們產檢完總是開心放心又滿意，儘管每次總得花一些時間排隊產檢，但總覺得很值得。

全程陪產 全年無休

很多人印象中的醫生，都是步伐穩重，態度嚴肅，有時候還會罵人的專業人員，不過在臺北慈濟醫院的婦產科，有一位顛覆大家傳統觀念的醫生，他每天都會開懷大笑，看起來像是住在隔壁的活潑大學生，走路有時候還會邊走邊跳和轉圈圈，更厲害的是他都不休假，這位醫師就是楊濬光。

說起不休假，楊濬光醫師的紀錄，還真的無人能破，因為他到臺北慈濟醫院服務之後，已經連續一千兩百多天沒有休假了，而且天數還不斷向上累積。為什麼不休假呢？楊濬光醫師說，因為病人要生產。一般科別的醫生看一個病人，大概五到十分鐘，但是孕婦要待產，進產房之後可能五個小時到十個小時都還沒有生。大部分的婦產科醫生會照常看診，

等到產婦快要生的時候再過來，不過楊濬光醫師卻不是這樣，他覺得病人一到醫生就要過來陪著，讓產婦知道醫生在，這樣病人就會很安心。因為病人對產房是非常陌生的，孕婦產檢在門診，唯一熟悉的就是醫生，所以醫生要常常來看產婦，讓她安心。就是這樣的長時間陪伴，讓很多產婦都指名要楊濬光醫師接生，像是二〇一一年的五月，楊醫師一個月就接生了一百零一個寶寶。除了長時間的陪伴，開懷大笑也是他的一大特色。媽媽懷孕時身體的不舒服，聽到他的笑聲，就減輕了一半；產婦生產前的恐懼，看到他的笑容，也安心了一半，加上楊濬光醫師天天都把微笑掛在臉上，不但讓他和護理人員相處融洽，也讓緊張的孕婦和家屬，心情一下子輕鬆了起來。

貼心新生兒 時時求進步

楊濬光醫師也很會替小寶寶著想。他有個絕招，就是接生的時候，幫媽媽剪完臍帶，會多做一個動作，就是用手把臍帶推回嬰兒體內，他說這樣嬰兒以後就不會貧血。不過楊濬光醫師謙虛的表示，這是李裕祥醫師教他的撇步。楊濬光醫師一有空，就會往圖書館跑，他會找文獻來研究，去了解同樣的狀況，別人現在是怎麼做的？別人為什麼要這樣子做？我們這邊可不可以這樣子做？不斷充實自己，為嬰兒著想的心，對產婦認真的心，讓他成為夜間門診看到十點還看不完的醫生，也讓他成為連續



楊濬光醫師跟產婦介紹超音波的奧妙。如果看診或接生有空檔，楊醫師也會利用時間幫婦女做衛教。攝影／吳建銘



高齡產婦李湘君與丈夫到臺北慈院感恩楊濬光醫師。攝影／馬順德

好幾年都沒有休過假的醫生，不過對楊濬光醫師來說，這不是困擾，而是一種榮耀，因為這是大家對他的肯定，也是自己工作上的一種成就，所以未來在臺北慈濟醫院，會繼續看到笑容滿面的楊濬光醫師，也會繼續從他開心的笑聲當中，感受到親切與溫暖。



開朗醫師的網路人氣評價

這次產檢經驗很棒，楊醫生不但講解得仔細，而且很客氣又很有耐性，我想是老天爺眷顧我。

不過，好醫生的病患果然很多，前一次產檢結束後，要預約這一次看診時，楊醫生就已滿診，最後是加掛到晚上五十多號，護士當時就很好心的提醒我，晚上十點左右再到即可。

楊醫師的幽默也讓人難忘，當我問他是不是一定要使用「樂得兒」產房爸爸才能進去陪產，楊醫生幽默的說，如果情況不錯，爸爸也有意願，當然可以進去幫忙，不過爸爸要有心理準備，到時候要是昏倒，醫生是沒有空救他的喔……

愉快的看完診道別，已經是晚上十一點了，雖然看到這麼晚，我卻不覺得累，因為現在我終於可以放下心來安心待產了。

露露

我每次去見楊醫師心情都很愉快，聽到他的笑聲更是有有一種安慰人心的力量。不過他的掛號人數都多達六十幾人，夜診時間從傍晚六點半開始，我掛三十號，差不多要晚上九點才看得到，也就是說後面還有三十多個人要等候看診，但是從不曾感覺到會不耐煩或是心浮氣燥，總是細心聆聽每個孕婦稀奇古怪、天馬行空的問題，然後耐心，詳實，知無不言，言無不盡的排解新手媽媽的困惑。

楊醫師照超音波也非常仔細，面面俱到，再搭配他爽朗的笑聲，每次產檢都有一種很開心，很放心的感受。我一直都相信醫病先醫心這個道理，也看過很多敷衍被動，趾高氣昂的醫生，所以更覺得楊醫師真是醫界之光，懸壺濟世的大好人。

Sabrina

呵呵，好開心產檢時選楊濬光醫師！

這次選這位醫生是因為上次剖腹產時同住隔壁的姐妹就是這位醫生負責，我這次碰到的楊濬光醫生就很親切會主動說明，關於我想試試剖腹產後自然生，他也很支持，而且會主動說明哪些因子影響我順利或不順，很有精力且親切，也很專業。

我問他剖腹後自然生可不可以打催生，他就會說明為何不行，一整個人很好，發現他看起來很年輕，有「一點不像醫生」，向各位姊妹推薦他喔！

Tilapia

我懷孕四個月的時候，一天晚上，約十二點在準備睡覺前突然發現大量出血，我實在嚇壞了，大聲哭著說：怎麼辦怎麼辦？我好像要流產了……

一個小時後，我人到了臺北慈濟醫院，出現了一位白白瘦瘦、很年輕的醫生。他幫我照超音波後說：沒事呀，寶寶很好，而且心跳很強，他叫我不必擔心，多休息就好了。

這次急診，我根本就不知道這位醫師的名字，因為看起來太年輕了，我一直以為他是實習醫生哩，直到懷孕八個月時，有一個剛生完的朋友介紹我去找他，我才認出來，他就是幾個月前幫我急診的楊濬光醫師。

那時就開始很佩服這個人，因為我從沒看過有任何一個醫生在工作這麼重，病人這麼多的情況下，還是常常有開朗的笑聲，讓我每次去產檢都能非常愉快。還有他的親切和仔細，以及有問必答，實在讓我很放心。(連老公都對他很佩服呢！)

就在生寶寶的當晚，剛好參加二哥的喜宴，吃完喜酒就直接去醫院報到了；可能是因為吃飽飽的，一下就生了出來，之後，只要有朋友懷孕，我都會很雞婆的向她們大力推薦。這次又懷孕，去找楊醫師產檢，明顯看得出來病人多出好多倍，我想一定都是因為他的好名聲，讓大家都和我一樣「一傳十，十傳百」吧！

Ladybird



預防 生產風險

文 / 陳國瑚 臺北慈濟醫院婦科主任



臺北慈院婦產科陳國瑚醫師專研婦女的疑難雜症，也關心產婦的健康。

生產其實有很高的風險，但是不怕產前併發症，最怕的是孕婦自己不曉得，沒有到醫院做檢查，等到在家裡暈倒了，口吐白沫又抽筋才送醫院，這樣就很危險了。如果預先知道，就可以事先想辦法解決，像是妊娠糖尿病，可以先打胰島素和控制飲食，讓血糖在合適的範圍，這樣對媽媽跟寶寶都比較好。高血壓毒血症，也可以想辦法讓血壓降下來，然後準備好一些穩定的藥物。出現妊娠毒血症，三十周就早產，一樣有機會救回來。假如擔心大出血，可以預先在旁邊準備好血袋，小兒科醫師先找好、加護病房先準備好、這樣危險性就會降低很多，不過有些症狀是無法預防，而且一旦發生就非常危險，像是提早破水。

提早破水 易受細菌感染

羊水袋破一個洞，羊水可以從洞口流出來，細菌也可以從洞口跑進去。懷孕二十周以前羊水提前破了，過去認為是很難救的，所以基本上只好放棄寶寶。子宮像是一個游泳池，胎兒是在這個游泳池裡面長大，游泳池沒

水，胎兒不能在裡面游了，身體也會受到子宮的擠壓，同時沒有羊水把肺部撐開，所以出生之後會沒辦法呼吸。另外也容易受到細菌感染，所以過去會建議家屬，下一胎再來吧……不過現在產前照顧的技術越來越好，也可以用新型的安胎藥，或者比較強的消炎藥，這樣還是有兩、三成的機會，可以保住母子的平安。現在有人在研究，有沒有辦法把破水的地方堵起來，像是用玻尿酸或抗沾黏貼片，或者把生理食鹽水從肚子打進去，讓寶寶在媽媽肚子裡面可以多待幾個星期，這樣存活機率就可以提高，只是這些技術都還在實驗的階段，希望可以很快有好消息。

羊水栓塞 難以防範

羊水提前破水，還有機會救回來，但是萬一發生羊水栓塞，那就真的非常危險，雖然發生率不高，但卻是孕婦和是醫師的夢魘，這種病症等於是產科的絕症。百分之八十會死亡，即使現在產前檢查非常普及了，醫療科技和技術也都很發達，但還是無法預防。因為它來的時候沒有徵兆，孕婦在生產之前和跟妳有說有笑，生完了，護士開始收拾東西，就馬上不醒人事，血壓掉下來，然後就往生了。

所謂的羊水栓塞，現在醫界認為是羊水堵住了肺臟。肺是要呼吸的，但是羊水不知道甚麼原因，從血管跟著血液循環跑到肺臟，把肺堵住了，造成產婦不能呼吸，沒有氧氣，所以狀況一下子就

變的很危急。羊水走到哪裡堵到哪裡，像是高血壓的人身體有很多血栓，變成血塊塞住血管，堵腦部就中風，堵心臟就是心肌梗塞，只是羊水栓塞的病人，塞住的不是血塊而是羊水。醫學上無法真正釐清羊水栓塞的原因，有人認為是過敏造成休克，或者血管攣縮，造成羊水倒灌，所以到處塞，就算現在有葉克膜，但是一旦發生，死亡率還是非常的高，這是每一位婦女在懷孕準備生產之前，所必須要知道的。

雖然生產仍有一定的風險，對於可以防範預防的部分，平常就遵照媽媽手冊的建議，做好風險管理，就能保護自己與寶寶；接近臨盆時，準媽媽們也不用太擔心緊張，不論在產檢或生產時，醫護人員都會全程的關心監控，產婦只要保持好心情放鬆生產，迎接新生，就是順產的最好良方。🍀



臺北慈院陳國瑚醫師曾為產婦接生腸外露的小寶寶，即時適當地緊急處理加上小兒科的照料，讓小寶寶健康出院。攝影／簡元吉

醫影輯

在音符跳動的世界裡
疲憊消失了
恐懼不見了
悲傷昇華了
精神自由了



那是一個沒有重力的私領域 我們在一場耳機主題派對中

主題派對

文 / 劉凱妮、劉迪塑 攝影 / 劉迪塑



用一首歌的時間跟隨你 飛越床緣 進入你的無重力空間

後記

「呼吸」，是人生而俱來的本能，但是幾乎對於花蓮慈濟醫院呼吸照護中心所有的病友來說，自在地「呼吸」卻是一種奢望。花蓮慈院呼吸照護中心成立於二〇〇九年三月，雖然運作時間不長，卻在醫護人員的用心以及耐心下，幫助許多的病患脫離呼吸器，

重拾自主呼吸的本能。醫護在照護的過程中，不但和病患互相鼓勵，在為病患留下紀念的同時，也不斷累積感動的故事，而促成「深·呼吸」攝影展。

攝影展中，每一張相片由醫護團隊自己拍攝。雖然沒有高級的相機與專業的構圖觀念，但是快門定格的瞬間，卻能深深地觸動人心。「注入熱情與靈魂之後，將不再有冷冰冰的醫療，只有一段段醫病共享溫暖的旅程。」劉迪塑醫師說，一張張相片記錄的是團隊與病友之間，一場場美好的過程。而經由呼吸照護中心照顧而痊癒的病友，也特地回來攝影展，作為呼吸照護的成果與醫病之間美麗的見證。



康復的雅惠（左三）回到攝影展，和護理同仁重溫拍照當時的溫馨時光。左起周怡嫻、林宜靜護理長、病友雅惠、江淑蘭、黃樵蓉。攝影／黃思齊

地回來攝影展，作為呼吸照護的成果與醫病之間美麗的見證。「主題派對」攝影作品中的女主角林雅惠，在「深·呼吸」攝影展開幕當天回到花蓮慈院，和護理人員一起在照片前重溫當時歡樂的氣氛。雅惠很感恩在她呼吸照護中心臥床的一個多月裡，醫護人員總是盡心盡力的照顧，並想盡辦法讓她開心，而有了「主題派對」的產生。



呼吸照護中心醫療團隊合影。前排左起江淑蘭、周怡嫻、黃樵蓉、劉凱妮。後排左起護理部章淑娟主任、劉迪塑醫師、林宜靜護理長、陳映君、葉秀真督導、林雅萍督導、護理部王淑貞副主任。攝影／黃思齊

攝影者介紹

劉迪塑，花蓮慈濟醫院胸腔內科主治醫師，專長為呼吸照護及呼吸器脫離、重症醫學。

劉迪塑醫師以追求完美的精神，用心於照護病患。喜歡攝影、設計的劉醫師，也用鏡頭細膩的發掘病患的人生歷程、為生命奮鬥的勇氣以及護病間的革命情感，為必須長期住院的呼吸照護中心，累積無限生命的能量。

構築醫療心視窗 留影人生欣體會

醫院，是搶救生命、匯聚愛的希望寶塔，但也是悲歡離合、生老病死流轉的婆婆舞台。二十四小時運轉，從不打烊，每一刻的流動，都有溫馨動人的故事不斷上演。當快門按下，透過心靈之眼，在生命交織的一刻，創造深刻的悲喜感動。

醫影輯

歡迎慈濟醫療志業醫護藥技同仁賜稿，來函圖文請寄人醫心傳編輯 mdch@tzuchi.org.tw

感恩

來自病患與家屬的溫馨回饋 的足跡...

臺北慈院

再多的言詞都無法表達我對蕭光宏醫師再造之恩的感謝，我是大腸癌末期的病患，本想一走了之，是蕭醫師一句「會把妳的風險降到最低等」，恍然讓我意識到生命的意義，今有幸遇此良醫該好好珍惜。再者八A的護理師更充份的表現出白衣天使的職責，愛心及耐心，在此感謝她們對我半年來的付出。

蘇小姐

今日來看耳鼻喉科夜間門診，看到黃同村主任下午門診延診到晚上九點多，但是跟診的護士林美愷非常有耐心地跟每位不耐久候的病人道歉，而且會主動很有愛心去攙扶每一位老人家，也會主動關心老人家吃藥的問題，這樣發自內心的耐心、愛心與關心，讓人很讚歎。

吳先生

感謝楊鵬生醫師苦口婆心，讓我克服開刀的恐懼，解除我心中的疑惑，更感恩楊醫師用高超的醫術，讓我遠離多年的病苦，我想我的生命會活得更精采，也謝謝淑珠的耐心說明跟指導，還有詩婷、書婷、雅湘，和幾個我記不得名字的小姐，及我昏昏沈沈的時候，照顧過我的所有五A病房的護理師們、開刀房的麻醉師，我要出院了，感恩你們大家，你們是我看過最真心、最專業、最溫柔、最棒的、最有禮貌的醫療團隊，也讓我對慈濟有更深一層的認識，感恩！感恩！再感恩！

林小姐

不到一星期的時間，家裡的兩兄弟輪流住院，當天晚上半夜，我也跟著上吐下瀉，還好當班的詠芳護理師提醒我去掛急診，謝謝妳！謝謝貞如和詠芳護理師幫忙哄小孩，讓我能安心去打針止吐止瀉，謝謝蓮珍護理師打點滴的時候，一次就打好了，免去小孩的恐懼，謝謝各位照顧的護理師們，曉君、雅惠、香宜，有妳們細心的照顧，我的小孩才能好這麼快！謝謝書記阿姨林文心，空閒時就來病房關心我們，謝謝許瑞育醫生的細心診治，感謝所有五B病房的團隊醫療照顧，謝謝大家！

朱小姐



攝影 / 林炎煌

文 / 林慈睿、李委煌、李曉雯、林美華

慧命永恆 如蓮心願

緬懷美國人醫

林慧如醫師

二〇一一年五月廿六日晚上九點四十分，美國人醫會林慧如醫師於花蓮慈院安然往生。精舍師父與志工法親陪在病床邊，先生台柏和女兒佩璇守著摯愛的媽咪，慧如明白大家都放下了，她的呼吸逐漸緩慢，直到血壓趨於平寂……法號「慈昱」的她，做到證嚴上人的殷殷叮嚀——凡事都要輕安自在。

因母結善緣 志工募心入慈濟

一九五三年在臺中出生的林慧如，一九七七年時舉家移民美國；一九八三年取得紐約大學牙醫博士學位，四年後開始在新澤西州的牙科診所執業。就在她畢業後不久，母親因病往生，慈濟人前去幫忙助念及幫忙告別式，令她非常感動。「母親往生，我非常傷心；慈濟人與我素昧平生，但他們也和我一樣哀傷。」不但義務協助處理喪事，慈濟人在喪禮圓滿後，也婉拒了為他們準備的食物……這是她對慈濟的最初印象。某次，林慧如參加志工聯誼，向一位師姊請教當志工應注意的事項。「做志工很容易、有空就來，但我要的是妳『心力』的投入。」當時她的孩子年僅五歲，心想恐難有多餘的時間可投入，結果發現身旁一位志工的孩子竟然才三歲！既然別人做得到，林慧

如相信自己也可以。「當我知道她的小孩竟然比我的孩子還小兩歲時，我才發現過去我說因為小孩年紀小而不參加，實在是一種藉口。」就這樣，她展開行善之路，賑災及義診的足跡踏遍哥倫比亞、多明尼加、薩爾瓦多和玻利維亞等國。「因為慈濟為我母親的付出，我體會了無緣大慈、同體大悲，所以我要去幫忙更多的人。」

異鄉打拚往前衝 心繫病患無暫歇

林慧如在一九九七年和先生朱台柏一同受證為慈濟委員，法號慈昱與濟覺。這對菩薩道侶以筆路藍縷的精神在美國東北部的新澤西開疆闢土。十六年前即與她一起投入慈濟的新澤西分會執行長林慮瑤回憶往昔，她倆曾經只帶一條蘇打餅乾和兩瓶礦泉水，駕著車就向南邊開，只為了招募更多志工投入。在她的印象中，慧如永

遠是往前衝的那一位，處處與人說慈濟、結善緣，十六年來如一日。二〇〇四年，她加入紐約慈濟醫療團隊，擔任人醫會副召集人與醫療組牙醫幹事，引介多位醫護人員進入人醫會，在許多國家共舉辦了超過九十場的口腔衛教和義診。有次義診，現場只找到兩張高矮不齊的躺椅，林慧如只好這邊彎腰、那邊墊腳地交替為病患看牙，一天下來，說不酸疼是騙人的，但見到那麼多人抱著希望靜候著，她又不覺得累了。當她在多明尼加義診時，對當地民衆很少接觸牙醫師感到訝異，一整天下來不知道看了多少位病人，也數不清到底拔了多少牙。麻藥一打，病人就希望趕快動手拔，林慧如擔心地問：「麻了沒？」他們總回答：「麻了！麻了！」一動手卻見他們表情痛苦、滿臉是汗，停下來再問：「會不會痛？」他們又說不會，一拔

完牙個個都顯得很高興。當宣布沒有麻藥不能拔牙時，許多民衆居然說：「沒有麻藥沒關係，我們還是要

拔！」令她不知如何是好。由於當地居民疏於牙齒保健，牙齒是整排整排地蛀，讓她的手幾乎無一刻暫歇，

「當時心想要是有更多牙醫師來參與就好了！」因此只要一有義診機會，她不但邀集美東地區的牙醫師一起參與，也希望藉由義診能帶動更多醫師加入慈濟。



林慧如醫師（右一）參加東區慈濟人醫會到花蓮古風國小義診，當地以桌子代替牙科診療椅，身經百戰的慧如醫師也絲毫不影響牙醫師看診品質。攝影／林穎慈



美國新澤西街坊節活動提供義診及設攤介紹慈濟。人醫會林慧如醫師不厭其煩的教導小朋友口腔衛生。攝影／劉珊宏

身兼醫師與志工 行醫行善雙肩扛

美國九一一恐怖攻擊事件發生後，憑著一張醫院志工的證件，林慧如醫師帶著幾位慈濟志工，一邊在封鎖區內轉搭渡輪、警車、公車與步行，層層深入紐約世貿大樓現場；一邊持續與美東慈濟志工、醫師朋友保持聯繫，確定後援人力。身兼慈濟志工及人醫會醫師的林慧如，是唯一拿到紐約市政府發給的通行證，進入災區第一線的華人醫師。當愈靠近世貿大樓、煙塵愈濃，大家開始戴上二、三層口罩。放眼望去，公文紙張四處散落；再往裡頭前進，許多推土機正在瓦礫殘骸中挖掘。林慧如說，只見救難人員每尋獲一具遺體，就以國旗覆蓋其上，再恭敬地以人力搬運出來，對往生者的那分尊重，令她相當感動。

經林慧如積極溝通後，

三十位慈濟志工得以裝運冰水進入災區現場，提供救難人員飲用；當商家知道志工採購的冰塊是要送進災區，還請他們隨意搬，完全免費。在載滿冰塊的五輛車進入現場時，她看到已無位置可坐的志工們，竟就這麼趴在冰塊上……林慧如說，曾經和她一同參與過多明尼加義診的二十餘位美東醫師，在九一一事件後紛紛表示要加入慈濟醫療志工的行列，實在是件令人興奮的事。對於她來說，「我們能為這災難做些什麼事」是支撐她進入災區的唯一信念。

海外行善 心繫臺灣

她從不說累，從早到晚忙不停，雖然是開業的牙醫師，但林慧如幾乎「四大志業」全參與了。當有手語表演時，她就會在臺上出現；舉辦人文學校營隊時，她帶著一對孩子返臺，身兼家長和工作人員；在週末時若有志工事得忙，她常會將診所營業時間從平日上午九點提前到七點，然後請病人早點就診。當病人知道林慧如是要去「做慈濟」，通常都會樂意配合，因為他們知道醫

師又要行善去了。她放下身段、縮小自我，參加慈濟各項活動，到孤兒院、老人院等地做關懷，直到隨團參與哥倫比亞賑災義診後，才被其他志工發現，原來她是位在美國已執業近二十年的牙醫師！

除了全球各地的賑災與義診，當臺灣陷入危難時，她更是義不容辭地飛回來貢獻己力。二〇〇九年莫拉克颱風帶來的八八水災重創南臺灣，慈濟人醫會南區召集人洪宏典醫師帶領國內以及美國慈濟人醫會的林慧如與林元清醫師等近四十位醫護



身兼醫師與慈濟志工身份的林慧如醫師，憑著這張志工證得以在第一時間內進入九一一攻擊封鎖的現場。（慈濟基金會人文志業發展處提供）



三十位慈濟志工裝運冰水進入九一一災區現場，提供救難人員飲用；慈濟突破萬難走在災難最前的精神，在九一一後感動許多許多醫護人員加入慈濟。（慈濟基金會人文志業發展處提供）

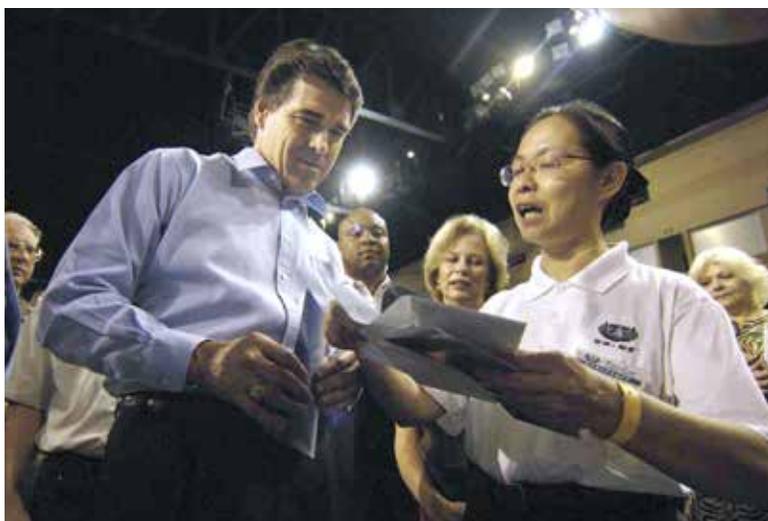
人員，深入屏東縣佳冬鄉與林邊鄉進行醫療服務，齊力守護災民。他們在災區現場調度每位醫護人員進行小組服務，分別在林邊大橋附近設置定點，並在佳冬鄉羌園村四塊厝進行往診；每組並帶著醫療工具箱、隨身帶著走，讓他們更能把握時間，及時搶救生命。

道心堅定 不改其志

為了慈濟事而未曾歇息的林慧如，當無常悄悄來襲時，依舊沒有停下腳步。人醫會林宗欣復健師回憶起兩年前，當慧如師姊發現自己罹患乳癌時，在進入手術房麻醉前的十分鐘還打了通越洋電話，交待她舉辦醫療講座要注意的事項，完全把自己放在最後。宗欣說，如果慧如師姊能夠自私一點、多愛她自己一些，或許她現在還有機會陪在大家的身邊。即便在治療中，她也沒有放棄投入慈濟活動，「去年回臺參與國際慈濟人醫會年會，即將返美前，她說自己不能病倒，因為師父的心願尚未達成、弟子的使命未了……」直到今年四月份，她的身體已經非常虛弱了，



除了義診，慧如師姊幾乎參與了四大志業的志工，圖為美國紐約慈濟人文學校「綠色園遊會」，慧如師姊以寓教於樂的方式，啟發學生的環保意識。攝影／周素滿



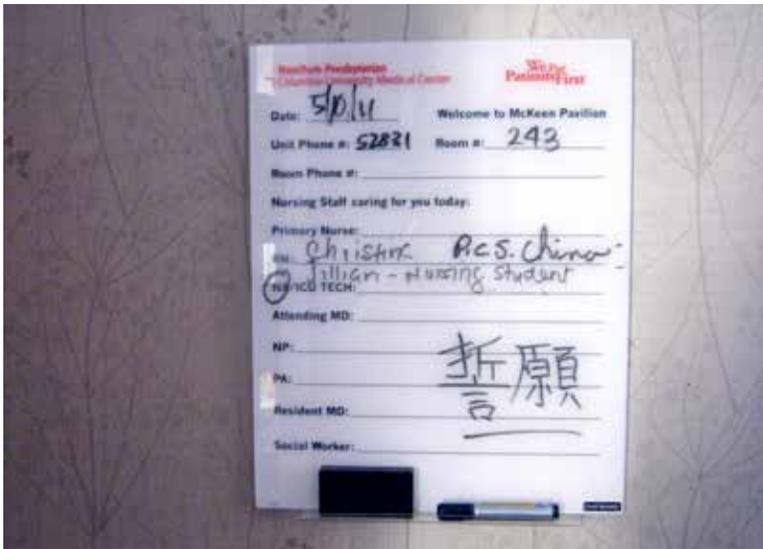
卡崔娜颶風重創路易斯安那州紐奧良市，慈濟人立即提供人道關懷救援。德州州長佩瑞 (Perry) 關心災民安置收容中心的情形，林慧如師姊向前向州長介紹慈濟為災民所做的服務。攝影／劉衍逸

躺在病床上還堅持要分攤浴佛節與民眾結緣壽桃的費用。林慧如的先生朱台柏相

當明白她的心志，為了圓滿她捐贈大體的心願，他想盡辦法終於找到一家空中救護



二〇一〇年國際慈濟人醫會年會，美國慈濟人醫會林慧如醫師雖正在治療癌症，仍回臺參加並上臺分享心得。攝影／陳正忠



林慧如師姊罹患乳癌，在美住院期間，在病房的看板上寫下「誓願」，表達深愛慈濟志業的堅定信念。攝影／賴克廉

航空公司，專程把她送回花蓮。朱台柏不捨地說：「飛行二十個鐘頭躺在那個床，

是很不舒服的；她的床也不是很大，就像個擔架那麼大，綁在那裡，但是她做到

了。所以你說她的願望是什麼，我想很簡單，就是生生世世跟隨上人。」一路從美國紐約輾轉回到臺灣，對於她孱弱的身體狀況而言極為艱辛，但這都無法阻撓她回到心靈故鄉花蓮的心願。

從二十三日晚間進入花蓮慈院，心蓮病房王英偉主任就告知她的家屬，慧如師姊的狀況是隨時會走。但是為了等待心肝兒子，她非常努力在撐著，非常努力地一呼一吸，每次間隔至少五秒鐘、甚至更久，她非常認真地維持自己的最佳狀態。若不是身軀已全然敗壞，讓她不堪折磨，她不會輕言放棄。在這即將邁向終點的當下，她做了許多功課：她聽了整整一天的上人開示錄音，以及全本正在入經藏演繹的三昧水懺。她還會晤了許多人，張開眼睛熱情地看著來探望她的慈濟大學快樂健康營同學們，這一點讓她的女兒非常不服氣。待慈大同學離開後，佩璇立刻跟她媽媽算總帳，「Hi！mom！you are not fair！you are not fair！（媽媽！妳不公平！妳不公平！）我陪您這麼久，您都沒有睜開

眼睛看我一眼，為什麼他們來了，您就看他們！」當天下午二點，慧如師姊就睜開豆大眼睛足足半個鐘頭，讓嫻璇與媽咪撒嬌個夠，講了許多屬於母女之間的小秘密，總算也圓了女兒的心願。彌留到最後的倒數三十分鐘，她用一種非常慈靄、非常專注與聚焦的眼神看著丈夫台柏手上拿的上人法照，彷彿正與上人訴說心語與發願。當台柏師兄再一次恭讀上人信函給她聽，她的神情安詳而柔和，一臉澄明始終不變，認真專注看了上人十五分鐘以後，她才慢慢閉上眼睛，毅然放下一切，

往生到另一個世界去了。

捐贈大體 預約再來

牽絆住慧如師姊這個已敗壞無用的身體，並沒有白白地浪費掉，如今的她已順利升格為慈濟大學的無語教授。當她往生的消息傳回美國後，新澤西分會在六月四日為她舉行了一場緬懷追思會，共有兩百多位志工、朋友以悲痛不捨的心來懷念慧如師姊，尤其感佩她將生命的功能發揮到最後一刻，為了完成捐贈大體的心願，忍著病痛不適，特別從美國飛到花蓮。在追思會上，經由慧如師姊引介而進入慈濟

的新澤西人醫會召集人陳燦世醫師，他以英語分享來追思慧如師姊。陳醫師表示，或許慧如師姊不記得每一個人，但每一個接受過慧如師姊幫助、關懷過的朋友卻永遠都會記得她。慧如師姊的生命價值，因為她的大捨之愛，將永遠散發著光和熱。林偉如醫師追思慧如師姊做事時的細心和堅持完美的原則，不達目的、絕不放棄。舉辦活動時一通通電話地交待細節，也因為她處事堅忍不拔的毅力，終於在今天促成了 RBW 醫學院與慈濟大學的學生交流活動，明年有更多的交流學生會到慈濟大



慧如師姊臨終前，寧靜的聽先生讀出證嚴上人給他的信函，一臉澄明始終不變。攝影／陳安俞



慧如師姊往生後，丈夫朱台柏（右三）與女兒嫻璇忍住悲傷，為母親完成最後心願，將母親的大體捐給慈濟大學作為醫學教育之用，精舍常住師父與慈濟法親皆前來助念。攝影／陳安俞

習。新澤西分會執行長林慮瑤說：「有時候，我會說，慧如，你腳步走得太快了，所以後面的人都跟不上，所以這就是她可愛的個性。」慧如的女兒珮璇感性地分享道：「媽媽也有說，雖然有時候她去義診、去別的國家，沒有陪在我和哥哥的身邊，但是她覺得我們永遠都在她的身邊。媽，你不用擔心，我會照顧好爸爸和哥哥，我等你回來，下一次再見！」

證嚴上人開示：「總是要讓她輕安自在，緣盡了就去吧！這都是一切因緣，所以她如願歸來，同時安詳乘願



去來。那一邊的因緣成熟，這一邊的因緣盡了，那一邊的因緣在開始，所以她乘願而去。」如願回到了心靈的故鄉，大家收起悲傷化作祝

紐約第一健保副總史蒂芬妮（Stephanie）與慧如師姊相識十二載，她在感恩音樂會上獻唱「叫我如何不想她」，表達對慧如師姊無盡的思念。攝影／林晉成



林慧如師姊因罹患癌症，最終回到了心靈的故鄉花蓮往生。慧如師姊著力甚深的新澤西分會慈濟志工為其舉辦追思會。新澤西慈濟人醫會成員多數是經由林慧如師姊接引而來，也都參加了追思對她表達無盡的感恩與懷念。攝影／林美華

福，繼續在菩薩道上盡好自己的本分。慧如師姊一手打造的美國新澤西分會所有慈濟志工們為她舉辦追思會外，而慈濟紐約分會更在慧如師姊逝世兩個月後的七月二十三日，以感恩音樂會暨追思茶會的方式，希望能在優美的旋律與溫馨的懷念中延續她的精神，邀請更多醫師加入慈濟人醫會，也讓慧如師姊的愛與責任，能影響更多的人。🌸

（感恩德旻師父資料提供。）



蔬食好味道

健康醫院

文／于劍興、楊舜斌、吳秋鳳、曾秀英、梁恩馨、彭薇勻、黃思齊、吳宜芳、林碧麗、謝潔伊

「這要放幾斤糖？」「蛋殼好難剝喔！」二十多位「先生娘」齊聚在大林慈濟醫院的員工餐廳，大家七嘴八舌、手忙腳亂地抄筆記和提問題，原來是大林慈院針對醫師太太開辦的「大林心素派」烹飪課程開課，希望藉由素食烹飪課讓掌管家中廚房的女士們也能有最新的飲食觀念，也讓平時鮮少交流的「先生娘」熱絡了起來。

很多人都說，素食菜色很難改變，重覆幾次就會膩，大林慈院因此特別請到嘉義知名蔬食餐廳的主廚李青洋開班授課，首次上課教的是材料簡單、而且鹹中帶甜、口感滑順的「糖心蛋」。蔬食真的難變化嗎？不管是港式點心、川菜或是上海菜都拿手的李主廚說：「讓大家吃到美味的素食是做『功德』，希望能逐步降低民衆對肉類的攝取，讓吃葷的人也能愛上吃素。」大林慈院賴寧生副院長的太太劉憲芳說，平常在家裡就經常做菜。這次學到的菜色，回去一定要做給家人品嚐看看，展現一下手藝。



糖心蛋

材料：

常溫蛋、糖、醬油、冰塊

1. 水：醬油：糖 = 2：2：1
2. 將水煮滾，依序放入醬油、糖，煮至糖融化，放冷備用。

作法：

1. 取常溫蛋，冰過的很容易破。
2. 煮一大鍋熱水，水滾後將蛋依序放入，水一定要完全蓋過蛋。
3. 煮蛋時要不斷攪拌，讓蛋黃位於蛋中央。
4. 雞蛋煮五分鐘，悶兩分鐘。
5. 將蛋撈起，立刻放入冰塊水中冰鎮，防止熱能持續將蛋黃煮熟。
6. 冰鎮後的蛋，去殼泡入冷卻的醬汁中。
7. 在冰箱浸泡八個小時始可食用，浸泡廿四小時風味最佳。

李青洋 / 設計



冰糖桑椹春捲

材料：

春捲皮、包心萵苣、素鬆、沙拉醬、冰糖桑椹。

冰糖桑椹是煮桑椹汁瀝乾的桑椹乾，也可以用鳳梨、榴槤及其他水果代替。

作法：

1. 春捲皮剪除邊緣。
2. 加入素鬆、切碎萵苣、冰糖桑椹、沙拉醬。
3. 以春捲皮包捲所有材料。
4. 在收口處略抹沙拉醬以封緊收口處。

李青洋 / 設計

「吃素可以救地球，所以大家一定要吃素喔！」大愛幼兒園的小朋友一句句童言童語的勸素，讓參與慈濟四十五周年大林慈院靜態展的民衆綻開了笑顏，用熱情的鼓掌回應。靜態展以推廣素食、建立正確的營養觀念為主軸，內容包括雲嘉地區知名素食餐館的拿手食譜，期待大家吃健康、護大地。「天在變，不是很冷、就是很熱！」對地球暖化有所體認的李青洋主廚表示，大家吃慣肉類之後，要改變就不容易了。由於從事餐飲工作，本身也能明顯感受到素菜的好處，除了廚房比較不會烏煙瘴氣外，身體也更加健康。他還帶來了「冰糖桑椹春捲」和民衆互動，大家人手一條春捲、



李青洋主廚（左）帶來了冰糖桑椹春捲和民衆互動，希望簡單好吃的素食料理讓人人人都能愛上蔬食。攝影／楊舜斌



親自動手做，轉眼間一百多人份的材料就已經供不應求，急診室主任李宜恭也現身分享自己茹素半年後，順利減了四十公斤的體重，可見素食可以好吃與健康兼具！

日本三一一大震 臺北啓動全院茹素

二〇一一年三月十一日，日本發生高達芮氏規模九點〇的強烈地震，造成嚴重的人員傷亡，證嚴上人率先呼籲社會大眾戒慎虔誠，齋戒懺悔並為受災民衆誠摯祈禱。趙有誠院長也指出這次在日本發生了他們立國以來最大的強震，並引發海嘯與火災，還有核能發電廠的輻射安全問題，期待全體同仁志工與病患們一起響應齋戒素食，期盼凝聚眾人善念，為受強震影



二〇一一年的三一一日本大震，臺北慈院同仁齊聚一堂，為日本的災民們祈福。
攝影 / 簡元吉

響的日本民眾祈福。

護理部主管與志工們也前往各樓層病房區，一一為住院患者致贈象徵祝福平安的平安吊飾，並邀請他們共同發心吃素。從三月十二日起推動的全面茹素運動，除了由醫護人員在第一線向住院病患宣導素食的好處外，目前也規劃在「住院需知」中加上茹素的好處以及醫院推動全面素食的理念，希望從一開始向住院病患介紹環境時，就清楚告知醫院的立場。喬麗華主任秘書說道，目前絕大部分的住院病患，都能夠了解醫院的需求進而配合；趙院長則指出，葷食容易造成高血脂、高血壓以及高膽固醇等三大缺點，但素食卻完全沒有這些引發身體健康警訊的缺點。趙院長明白推動院內病患全面素食，不可能一次達成，因此他



趙有誠院長（右二）以及張耀仁副院長（左一）與護理部主管們到病房向住院的病患們勸素。
攝影 / 簡元吉

特別期勉臺北慈院內的所有白衣大士，能夠以過去推動戒菸的精神，在院內持續推動全面茹素。

臺中送福到病房 病患感動願齋戒

「災難越大，需要的愛心就越大。希望人人啓發愛心，協助日本災民度過世紀的災難。」響應證嚴上人殷切的叮嚀，臺中慈院舉辦「送福到病房」活動，多位住院患者當場加入齋戒素食行列，甚至外籍看護也不例外。陳子勇院長說，素食對身體、地球都環保，配合志工們的活動，將證嚴上人的善念傳達給最需要關懷的病患們。醫護同仁則填寫一式兩份的齋戒卡，一份自行保留、隨時提醒自己的發心立願，一份則懸掛在祈願樹上。多位醫護人員表示，平時飲食就少肉，此



臺中慈院陳子勇院長（前右一）與許南榮副院長（前右二）一起繫上齋戒卡祈福。攝影／梁恩馨



臺中慈院許南榮副院長（右）正在向印尼籍看護瓦提瑞（中）講解齋戒活動的意義。攝影／梁恩馨

次發願在一定的期間內吃全素，希望為日本災民祈福。

「送福到病房」的主要目的，是邀約住院患者暨家屬及院內同仁，響應齋戒素食。院長與副院長們兵分多路，將齋戒卡送到病患與家屬的手上，並致贈象徵招福的福袋或代表平安的粽型吊飾結緣。印尼籍看護瓦提瑞（Watiri）小姐，聆聽許南榮副院長以英文說明活動的意義，當場響應齋戒一個月；八十二歲的吳連香老先生也爽快簽下齋戒卡，「願意吃素吃到最後一口氣結束為止」，還有多位探病家屬慷慨解囊捐出善款，讓在場的人感動不已。

健康美味素盒餐 樂活氛圍滿關山

座落在臺東小鎮上的關山慈濟醫院，選擇與民眾最親近的方式來推廣蔬食。

前管理室楊柏勳主任與營養師楊忠偉、謝滌伊，看到前來就醫的民眾因候診而無法即時用餐，便有了將院內素食推廣至社區的想法。楊忠偉營養師隨即著手計畫，將院內員工菜單加以微調，在廚房阿姨們的慧心巧手之下，推出售價僅五十元的素食便當。一來讓誤餐的民眾方便用膳，二來讓鄉親感受到素食不再只是一成不變又難以親近，進而推動社區健康蔬食新文化。

二〇一〇年八月剛推出時，每日銷售量僅有零星數個。楊忠偉想了一些法子，利用傳單夾報與張貼海報、社區衛教演講宣傳，再加上當地慈濟志工的多方推廣，訂購數量與日俱增。目前每月以電話預約和當場訂購的總數都在三百個以上，顧客群以候診區民眾、院內員工家屬、關山鎮公家機關和各級學

校為大宗，多數集中在午餐時段，偶而有旅遊團體會事先預定。民眾享受到了健康、美味又經濟方便的蔬食，也讓素食種子逐漸在社區紮根。

院內用膳素方便 花蓮蔬食護大地

花蓮慈濟醫院為了響應推廣素食，並體恤同仁至同心圓餐廳用餐的路程較遠，從四月十八日起，在院內的三樓員工休息區內設置了用膳區，周一至周五提供營養又美味的六菜一湯，花蓮慈院院長林俊龍為了鼓勵同仁一起「素素看」，每天都會再準備一道「秘密佳餚」讓同仁加菜，甚至還有甜點、甜湯或水果，更加吸引同仁前



關山慈院提供新鮮現做的素食料理，而且是營養師設計的菜單，不但提供因看病而誤餐的民眾用膳，也歡迎社區居民自備便當盒訂購。攝影/謝潔伊

來享用蔬食。現在每天接近中午時分，三樓連通道傳出陣陣讓人垂涎三尺的香味，吸引了大排長龍的人潮，近三百位同仁踴躍響應齋戒，第一次供齋就獲得熱烈迴響。多一餐素食，就是少一餐肉食，除了吃得飽、吃得美味、吃得健康，又能为地球減碳盡一分力，用行動響應蔬食護大地。

除了推出素食午餐鼓勵院內同仁吃素，從四月分開始，花蓮慈院也於每週三下午在門診大廳開設「素食廚藝班」，不但院內報名場場爆滿，還吸引了許多社區婆婆媽媽前來學習。第一場由花蓮慈院供膳組的主廚何榮隆「阿隆師」教大家做簡單又好吃的麻



花蓮慈院員工餐廳菜色豐富熱鬧滾滾，成功讓員工享用素食。攝影/楊國濱

油薑飯「師公飯」，還有夏季清爽開胃的泡菜，讓「素食廚藝班」一開班，就伴隨著陣陣麻油香獲得滿堂彩，接



顏惠美師姊為同仁添上志工的愛心加菜。每天變換加菜的「秘密佳餚」，也是吸引院內員工前往用餐的一大吸引力。攝影／楊國濱

著，營養組又邀請了慈濟委員，也是花蓮知名素食餐廳創辦人周雅汝，利用花蓮本地自產的當季食材苦瓜，教大家製作美味而不苦澀的「知足苦瓜」與「梅汁苦瓜」，用最簡單的方式煮出美味的素食料理。除了有素食教學外，現場並邀請花蓮慈院一般醫學內科許瑞云醫師，分享食物的正負能量與健康飲食的養生撇步。許瑞云醫師表示，不同種類的食物，蘊含著不同的能量，如果想要身體健康，把體內累積的毒素去除，就要食用天然、高能量的食物如自然蔬果，養生才能收到真正的功效！藉由廚師的妙手與醫師專業的背書，素食吃得好又吃得巧的天然能量，也被大家點點滴滴吸收到心坎裡了。



連續四週，每週三下午在花蓮慈院大廳開班授課的素食廚藝班，不僅院內報名場場爆滿，還吸引了許多社區民眾聞香而來。圖中為供膳組阿隆師。攝影／陳安俞



花蓮慈院內科許瑞云醫師（左二）與民眾分享食物的正負能量與健康飲食的養生撇步。攝影／陳安俞



知足苦瓜

材料：

苦瓜、豆腐、香椿、植物油、鹽、糖、麻油。

作法：

1. 先將苦瓜切薄片，熱水氽燙撈起備用。
2. 熱鍋後，加入少許油，放入傳統豆腐。用鍋鏟將豆腐壓碎，加入少許香椿醬炒香。
3. 放入苦瓜，加入少許鹽、糖調味，可加上薑絲與辣椒絲配色。

周雅汝 / 設計



麻油薑飯（師公飯）

材料：

熟白飯、老薑適量、芝麻香油、醬油

作法：

1. 老薑洗乾淨後不去皮切成細末，以芝麻香油拌炒，等到薑末顏色稍微變黃變深之後，加入適量的醬油小火拌炒，製作麻油薑醬料。
2. 依照一比十的比例，混合麻油薑與熟白飯。

何榮隆 / 設計

同仁下班入田耕 玉里用心在源頭

若要對「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」有深刻的體認，自己下田耕種的收穫一定最大！玉里慈院為了倡導素食，不但推動一週一日素，更在玉里環保站旁成立「用心農場」，同仁親自插秧種菜，體驗食物得來不易的可貴，希望大家都能從「口」做起、改採素食，清淨在源頭。玉里慈院用心耕耘的「用心農場」，種菜前已先栽種波斯菊作為綠肥養地，並畫分出九畦菜圃供九個單位耕作，各單位帶來了各式各樣的菜苗，有空心菜、A菜、莧菜、九層塔、龍鬚菜、芹菜和甜玉米等等，依照蔬菜不同的特性，有的設置攀爬支架，有的則多澆水理土。

張玉麟院長分享，要心靈健康，最重要的就是要鏟除慾望，改採蔬食，既可大大地節能減碳，也避免吃進累積在肉類的荷爾蒙和抗生素。平時我們只要拿著鈔票到超市就可以換取想吃的食物，卻不知道這些食物的背後是由農夫辛苦耕耘所得來的。



玉里慈院張玉麟院長（前蹲者）脫去白色醫師袍，拿著鏟子費力地鬆土，流汗回味農家生活。攝影／陳世淵



玉里慈院的同仁拿著自己栽種收成的蔬菜，充滿成就。左起依序是醫事股蕭珮君代理股長、湯景慧與劉勁好及行政組林可人代理股長。攝影／陳世淵

這次在用心農場耕作，褪下白衣白袍的醫護同仁們，原本戴著白色矽膠手套的雙手換成粗布手套，應該拿的病歷和針筒換成了鏟子與圓鋤，和平時的專業形象大異其趣，卻也是另一種專業和生活的結合，藉由親自種菜，體會到盤中糧粒皆辛苦的道理。社工師陳瑰芬說：「平常我都會鼓勵病患多出去走走，也可以到我們的環保站和志工一起做環保、多活動，但我自己其實都沒有實際作過這些事情。所以藉由這個機會和同事們一起種菜做環保，親身體驗過，往後也能給病患較實質的建議。」

經過了自己留下汗水耕作的經驗，大家不但更加珍惜食物，也因為有機種植，真實與土地接觸，內心也洗去塵垢，心靈也變得更有機，從清淨土地中收割的菜根香，更是越嚼越有滋味……

環保蔬食菜根香 健康促進生機揚

素食在現代人的心中，早已從古早的宗教範疇，演變成一種健康的指標與生活風格。而近來因為氣候暖化，科學家證實素食可以節能減碳，促進健康，更有越來越多的人選擇「環保素」和「健康素」。醫院除了是治療病人的場域，慈濟醫療志業六家醫院更進一步開始推動健康促進的任務。於各個場合與行動中融入勸素的精神，讓更多人能夠接觸素食，進而愛上素食。在這個浩劫不斷、天災頻頻示警的年代，各院齊心推動齋戒蔬食，募集民衆的善念，共同呵護我們所住的地球，也為自己的體內環保更盡一分心力。



越來越多人為了環保和健康，響應素食並自己下田耕作、親近大地。圖為花蓮慈院王志鴻副院長（左）和陳培榕副院長到花蓮壽豐的志學大愛農場，以手工方式收割蕎麥。攝影 / 吳宛霖

綠色 奇蹟

文 / 楊舜斌

在慈濟四十五週年大林慈濟醫院靜態展覽裡，急診科主任李宜恭醫師現身說法，分享自己半年來的吃素經驗，以及如何讓自己成功減重四十公斤的蔬食奇蹟。



卸下一個少女的負荷

從過去圓滾滾、體重破百的身材，到現在的帥氣有型，完全判若兩人，是蔬食讓他在半年內減下相當於一個少女的體重。「健康、省時又省錢，吃素的好處真多！」李宜恭醫師表示，吃素不但可以救地球，更重要的其實是「救自己」。他開玩笑地說，感覺皮包「變厚

大慈醫院急診科李宜恭主任，以前是胖嘟嘟、圓滾滾的身材。攝影 / 吳顯功

了」，可以不用常常跑提款機領錢，因為不會想要到處吃好料，錢自然就省起來了。

除了省錢，李宜恭也感覺時間變多了。因為一餐素食很快、很簡單，可能十分鐘就吃完了；不像以往常常跑西餐廳，一去就是兩到三個鐘頭，讓自己有更多的時間可利用，以往都會睡不好的情況也因為吃素而改善。因為睡得好，連帶脾氣也好了不少，讓家庭氣氛也都好了起來。跟這些好處比較起來，減肥相形之下似乎就沒那麼重要。

做足功課 帶來意外的收穫

減重還有李宜恭意想不到的好處。日前阿里山小火車發生翻覆意外，他第一時間搭上救難直升機前往現場，結果到了事故現場，救難人員說要用吊掛的方式下去施救，讓我不禁慶幸自己幸好有減肥，否則像之前破百的體重，還真的很怕繩子斷了。他開玩笑說，讓直升機少耗點油，也算是節能減碳救地球。

吃素也不是隨隨便便、毫無章法的。身為一個醫生，在吃素前，李宜恭做了不少功課，把蔬食可能少掉的維生素B、鐵質與蛋白質都搭配在平常飲食中，以豆類和五穀類來補充。他也分享了自己的小撇步：早餐吃堅果類穀物搭配豆漿，午餐則是香積飯配泡

菜和水果；晚餐雖然比較不固定，但是一定以青菜為主。他說，吃素其實不困難，而且成效立見，也沒有營養不良的問題，重點其實是自己願不願意去做，現在已經能百分百不吃肉。

醫師的天職就是行醫診治病患，為民衆帶來健康。如今由醫生帶頭減重，身體力行推動蔬食作見證，更有說服力。有健康的醫護人員，才有健康的民衆，李宜恭醫師的減重經驗，不僅僅是奇蹟，更是毅力結合專業的最佳表現。🌱



成功減重四十公斤的李宜恭醫師向民衆分享蔬食的好處以及營養均衡的小撇步。攝影／楊舜斌



澳洲 布里斯本

2011.06.11-13

文 / 黃耀南 攝影 / 洪振城、蔡宜龍

自備儀器入內陸 續辦義診聚人醫

六月十一日布里斯本慈濟醫療團隊，第四度進入昆士蘭省內陸塔拉（TARA）鎮，再次舉辦牙醫義診。塔拉鎮內陸義診由單純的牙醫義診進入學校新芽計畫，幫助學生升學，進而增加貧困家庭訪視工作，並且接引當地有心之士，參與老人院關懷工作，希望藉由慈濟人的帶動，讓一直沒落沒有生機的小鎮，能自力更生走出陰霾。

突破法規自購設備 志工 DIY 手作診間

自從二〇〇七年五月第一次應邀到塔拉鎮內陸義診之後，每年五月第一個週末，因為勞工節學校放假三天，慈濟人便廣邀牙醫系的學生，請他們來參加此類社會志工活動發揮專長。

以往總是運用昆士蘭政府的牙醫醫療

車來看診，然而昆士蘭衛生醫療法規頻頻更改，加上人事的變遷，原本有兩張診療椅的醫療車，改成只能有一張診療椅，頓時之間，整個昆士蘭省的醫療車功能減半，導致政府無法提供醫療車配合慈濟義診，因而義診停了一年，慈濟去年未能進入內陸區域做牙醫義診工作。

但鍥而不捨的慈濟人研討了解新法規，之後積極與政府的新接任窗口談慈濟精神理念，並利用在臺灣參加全球人醫年會時，請教美國醫療團隊的經驗，最終花下澳幣八萬元，買下六張軍用活動式的牙醫診療椅和器材來使用，機動性高才足以在醫院之外的地方提供治療。

原本預定在五月第一個星期五放長假時舉辦義診，但因為新牙醫設備遠從美國進口，慈濟人接到進口公司通知時已是六月八日，便決定六月十一日舉行，只有三天的準備時間。進口公司在詢問需求稍加修改器材設備之後，立刻訓練慈濟牙醫師如何組裝及如何排除問題等等，並舉辦一場行前說明會，志工和牙醫師都很細心聽說明，因為這新設備連執業許久的牙醫師都具高度挑戰性，平常只要腳踩著踏板，



■ 志工協助組裝剛從美國運來的牙醫診療椅。右圖並發揮巧思，利用回收丟棄的課桌椅改製成行動洗手臺（左圖）。



■ 經過志工三天細心的準備，一間間素雅簡潔的牙醫診間展現在眼前。

椅子就會自動升降，而現在的野戰設備必須靠手動搖桿子升降。

要將空蕩蕩的現場區隔成一間間的診間，非醫療專業的慈濟志工立刻擬圖構思，利用環保回收的塑膠筒灌入水泥製作柱墩，加上從回收場購回學校丟棄的桌椅，改製成洗手檯；再用精巧的車工裁製出屏風布幕，隔出了六間牙醫診療間。志工們集思廣益、互相配合、日夜趕工，三天內終於讓義診空間有了完善的配備，更是讓牙醫師們刮目相看。

六月十一日中午，全體志工到達目的地之後，快速搭架診療區、報到區、衛教區、醫療諮詢區、消毒區等布置，下午兩點開始看診至晚上八點，當日共有四十位病患。

病患回饋做志工 人醫為愛齊獻力

隔天十二日，七點開始看診，六點半病患陸陸續續到達候診室，八點多的時候，突然眾人一片驚呼，因為昨天跟志工要廚餘回去當肥料的珍妮思（Janice Watson），為了回饋慈濟表達感恩，拄著拐杖的她帶來自己種植的超大冬瓜。冬



■ 首次參與牙醫義診的越南裔口腔衛生師 Ngoc Nguyen（右）也來幫忙當牙醫助理。

瓜形狀異於臺灣冬瓜，反倒像西瓜，連同她的鄰居瓊安（Joanne）也帶來草莓、檸檬草、南瓜來跟大家分享！兩位當天也都加入志工的行列，跨越小愛利用時間來幫助其他的人。

第一天來洗牙的黛比（Debbie），第二天也變換身分成為志工服務人群。她非常高興慈濟人的到來，替她解決牙齒的問題，現場看了許多慈濟帶來的資料，特別是環保毛毯，一直不相信那是回收的塑料瓶製作出來的，了解之後便主動加入介紹，原本靦腆不多話的她，卻能將這項產



■ 牙醫師親切的問診，並用心聆聽病患的不適。

品環保的理念傳遞給民衆。

牙醫系畢業的王珍妮（Jenny Wang），還是學生的她就曾在慈濟的義診上當過牙醫助理。畢業後的珍妮目前在北昆士蘭羅克漢普頓（Rockhampton）上班，知道慈濟要義診，即使因為時間過於匆促買不到便宜機票，卻仍舊堅持參加慈濟活動，而在她的邀約下，同為牙醫師的男朋友也一起到現場，利用所學回饋社會。

威廉（William）先生帶著也是牙醫的太太博玟（Bowen）一起來參加義診，太太又邀請身為口腔科醫生的妹妹，三人會合後趕來塔拉鎮看診，並忙到過了午餐時間才用餐。

十三日預計只看半天的診，離別前的愛灑活動，來了五十四位居民，有熟面孔的，也有第一次來參加活動的。活動近尾聲時，更可以看到擁抱不捨分離的畫面，大家相約明年再見。此次的塔拉義診，醫療團隊由十三位牙醫跟助理組成。動員



■ 大冬瓜讓大家眼睛一亮，也是病患對醫療人員和志工們的感恩。



■ 從病患變成志工的黛比（左），向來義診現場的民衆介紹回收塑料製成的衣物，傳達環保理念。

四十七位慈濟志工與五位當地志工。有許多居民紛紛表示明年也要加入志工行列。三天總共拔除七十顆牙，其中最年長是九十一歲的長者，最年幼是四歲，這次總共嘉惠一百五十二人，其中有十五人回診，共看診一百六十七人次。

菲律賓 淡描戈

2011.6.2-4

文 / 鄭蓓蘭 攝影 / 娜彼安

四地志工齊聚 義診深耕在地

因為柯賢智醫師大力的推動，慈濟菲律賓分會六月三日至四日在亞眉省淡描戈（Tabaco）舉行第一百四十三次義診，此次大型義診分兩處地點看診和進行外科手術，分別是淡描戈國立中學以及希軋紀念醫院（Ziga Memorial Hospital），提供外科、小兒科、牙科等醫療服務。並在舉辦義診前一天，替此次發心加入義診行列的志工們介紹慈濟的緣起和理念以及今日所獲得的成長。

慈濟點滴漸入心 志工新血增信心

淡描戈位在馬尼拉南邊搭機四十分鐘即可到達的地方，這城市最大的地標，

也是舉世聞名的馬榮火山，號稱「最完美的圓錐體」，在很多定點皆可清晰地看見，巍巍矗立一方。

義診地點選擇在淡描戈國立中學，是慈濟二〇〇八年協助建立的校舍，另外在希軋紀念醫院進行外科手術。除了對貧病衆生拔苦予樂，另一方面，希望能帶動淡描戈的慈濟新成員，成為菲律賓分會繼宿霧、三寶顏後的第三個聯絡點，造福附近城鄉鎮的居民。

六月二日義診前夕，先行在培青中學的禮堂舉辦志工的訓練課程，介紹慈濟緣起及四大志業、八大法印，讓現場新加入志工認識慈濟這個團體；接著再以三寶顏聯絡點的緣起到今日的成長所做的分享，更給了在座的志工們很大的信心與勇氣。

在禮堂的一角，有三位是來自海南島的漢文老師——韓劍豐、趙洪興、柴冰，之後將任教培青中學的幼兒園，他們一知道隔日有義診，就詢問是否可參



■ 來自馬尼拉、宿霧和三寶顏的一百零八位志工、醫護人員分乘兩架飛機到達亞眉省。



加。義診當日，兩位年齡分別是二十和二十二歲的老師，在小兒科餵孩子喝藥水，雖然語言不通，但愛心及耐心十足。他們說，曾聽說過慈濟，但卻不知道所做的事情，可以讓人有歡喜的感受。而另一位老師韓劍豐也只有二十二歲，帶著攝影器材，在現場不斷捕捉一些動人



■ 為了接受治療，當地民眾聚集在淡描戈國立中學的禮堂內等候義診。



■ 來自海南島的年輕幼教老師，儘管言語不通，仍努力協助將藥粉分裝讓幼童服用。

的鏡頭，他前一天跟著去訪視，深深地被感動，是他這輩子的第一次經驗，也是終生難忘的。

手術配合默契佳 全程貼心服務

三日下午的一場及時雨，雖讓義診的進行增加了一些困難度，但卻使得酷熱的天氣頓時降溫不少，也考驗了志工們即時應變的能力，因大雨在短時間內已使地上泥濘不堪、積水不退，志工們運用智慧，及時安排三輛救護車在候診區與看診處來回接送病患。

在希軋紀念醫院的那一邊，柯賢智醫師的醫療團隊與三寶顏的志工們因為有多次配合的經驗，雖說是有三十七位要開刀的病患，大多是甲狀腺腫大和疝氣，但做起來不急不徐，動線清楚又默契十足。當天醫師們開刀到晚上十點多，而志工們因為要陪伴膚慰與照顧病患，更是忙到十一點多才休息。



■ 撞斷右腿的仙道示 (Santos Bio) 拿下自製的義肢，由三寶顏的技師裝上新義肢。

隔天早上，病患吃過溫熱的麥片後，柯醫師以當地的語言，殷殷叮嚀手術後該注意的事項。因適巧有兩位病患過生日，志工們準備了生日蛋糕與祝福歌曲，讓壽星和家屬感動落淚，而結緣品和祝福卡更是絕佳的紀念品。

出了大門，志工列隊歡送義診病患，並祝福他們有一個嶄新的人生，另外附送十公斤的米及生活用品，還貼心安排接駁車送到車站。雖是小小的幫助，但對病患和家屬來說，卻是大大的感動與滿滿的感謝。

無種族、無宗教分別，來自菲律賓各地的醫師和志工共有四百四十四人，圓滿此次大型義診，總共幫助了三千三百零二位病患。



■ 外科手術在希軋紀念醫院進行，柯賢智醫師正在替病患進行甲狀腺摘除手術。

淡描戈第 143 次義診志工及人醫					
	志工	職工	義肢技術員	醫護人員	牙科助理
馬尼拉	51	2	1	31	4
宿霧	1	0	0	0	0
三寶顏	12	0	6	0	0
淡描戈	291	0	0	45	0
總人數	355	2	7	76	4

淡描戈第 143 次義診病患人數		
	6/3	6/4
眼科	357	262
牙科	300	249
小兒科	459	590
內科	435	392
外科門診	186	0
外科手術 - 甲狀腺	21	0
外科手術 - 疝氣	16	0
義肢	35	0
總人數	1809	1493



智利 特諾鎮

2011.6.5

文、攝影 / 李亭亭

小鎮缺醫療 聚愛南半球

位於聖地牙哥市南方一百八十公里的特諾鎮居民靠打臨時工為生，且只有一間位在摩爾薩村的衛生所，裡面僅有一位一般內科醫師，即使當地的醫療急需協助，但其他村莊的人也只能到這尋求醫療資源，小兒科醫師科雷亞了解到特諾鎮醫療的缺乏，於是邀請楊創隆醫師共同舉辦義診，而醫護和志工也主動投入義診行列，在六月五日帶著民生物資到摩爾薩村舉行發放及義診。

醫護傾力協助 義診發放紓困境

小兒科醫師科雷亞先生在特諾鎮有農莊，當他看到當地極需醫療服務，想到楊



■ 此次義診的發起人科雷亞醫師為民衆看診，耐心的與民衆溝通。

創隆醫師曾提過慈濟人醫會義診情況，於是邀約楊醫師一起到特諾鎮舉辦義診。

早上七點半，天還沒亮，志工們就忙著把每包重達十五公斤的發放物資搬上貨車，前往車程約二小時的義診與發放地點。去年地震時，此區很多房子都被震壞，居民目前都還住在簡易屋，平時都靠打臨時工為生，只有在出產水果的季節才有工作。

此次發放預計嘉惠一百一十二戶，民衆知道慈濟義診與發放活動在十一點舉行，但他們還是早上九點就前來等候，發放的民生物資包括食物和禦寒衣物，領到物資的民衆表示，他們的收入微薄且不穩定，



■ 特諾鎮極度缺乏醫療，得知有義診，民衆有耐心的擠在當地唯一的一間衛生所內等候看診。



■ 為了幫助民衆，在公立醫院服務的護士特地調班前來參加義診，為民衆量血壓。



■ 智利人醫會召集人楊創隆醫師（右）在一般內科為民衆看診。

所以這次發放的確幫忙很大。

鎮長對證嚴上人提倡的貧中之富理念非常感動，而志工們「一家人」的手語呈現，藉由肢體語言傳達愛無國界，讓民衆不僅感受到溫暖更體驗到獨特的慈濟人文。

在義診現場有許多當天需要值班的護士們為了參加義診，主動與其它同事換班。阿列爾醫師與楊創隆醫師一起服務一般內科與婦產科的病患；對小病患總是笑咪咪的小兒科羅培茲醫師，對於哭鬧不休的小病患也總有辦法使他們安心，而小兒科歐貝紐醫師仔細問診，讓媽媽們很放心。

護士科爾佩茲擁有智利政府核定的針灸師執照，在此次義診服務了十位病患。



■ 笑咪咪的小兒科羅培茲醫師（左），總能讓因緊張哭鬧的小朋友安心。

助產士卡羅莉娜協助婦產科超音波病患更衣，以利醫師看診。少數病患不識字，眼科的許哲彰醫師必須花更多的時間幫病患測量看診，還有應許哲彰醫師邀請特別前來驗光的眼科診所助理也加入人醫的團隊。身為藥劑師的志工淑真與丈夫埃爾南，夫妻倆此次義診同在藥局為病患解說用藥方法。

此次義診服務了一百三十五位病患，包括眼科三十位，針灸十位，一般內科十八位，小兒科六十五位，婦產科超音波十二位。科雷亞醫師期望日後慈濟還能到特諾鎮其它村莊義診，並且也期許自己能成為人醫會的一員。



■ 領有針灸師執照的護士科爾佩茲為民衆針灸治療。



■ 曾借過高級眼科儀器協助義診的許哲彰醫師，也參與特諾鎮的義診活動。



臺灣 臺北

多科健檢 守護異鄉人

2011.6.19

文 / 毛櫻華 攝影 / 賴有亮

佛教慈濟慈善事業基金會與新北市政府勞工局首次合作，為外籍勞工朋友舉辦「外籍勞工守護健康守護愛」免費健檢系列活動，第一場於六月十九日在土城工業區服務中心熱情展開，勞工局並派出車輛在廠區及宿舍間來回接駁，方便他們前來看診，為近百位外籍勞工朋友健康把關。

七科檢查 多國翻譯

衛生署雖有規定外勞需定期健檢，但大多著重境外移入法定傳染病的檢測，缺乏對勞工朋友本身健康的關懷；加上語言隔閡的因素，無法順利表達病情，即使外勞可利用健保資源，對醫院仍心生卻步，因此新北市政府勞工局與慈濟人醫會合

作，在假日舉辦義診，提供包含牙科、眼科、內科、皮膚科、骨質密度檢測、耳鼻喉科及身心醫學科等七個科別，服務平日上班，只有假日才能看診的外籍勞工免費醫療諮詢及健檢服務。為加強服務品質，人醫會另外出動了多位翻譯志工，除英文外，也有馬來西亞、印尼、緬甸、菲律賓、泰國、越南的翻譯志工，讓語言不通的外籍勞工朋友，不再因為溝通不良而能安心就診。

一早勞工局局長高寶華就來到活動現場，親切的和所有志工打招呼，並實地了解活動進行的流暢度，他表示：「新北市為臺灣外勞人數第二多的城市，希望藉這次活動，讓身在異鄉的外籍勞工，能感受到新北市猶如他們的第二故鄉，被主動關懷、照顧關心的善意。」

勞工局期待藉此活動提升外勞之身心健康，促進勞雇關係和諧，凡參加健檢活動的外籍朋友，可領取由勞工局印製的《外勞季刊》、《外勞筆記本》等宣導



■ 慈濟首次與新北市政府勞工局合作為外籍勞工朋友舉辦免費健檢，慈濟志工一早就整理出整潔清爽的場地。



■ 來自泰國的沙勇（左一）第一位報到，志工協助量血壓和記錄身體情況基本資料。



■ 來自菲律賓籍的里卡（左）多得知有健檢，一上完夜班就匆匆趕來醫療站。



■ 領有按摩執照之專業按摩師林德昌熱心的替外勞朋友紓解壓力。

品，以及環保杯、環保袋、老花眼鏡等結緣品。現場還有中華美容技藝促進協會的十位愛心會會員，提供義剪服務，以及領有按摩執照之專業按摩師，做舒筋減壓服務，要為外勞朋友「漂亮一夏、輕鬆一下」，給外籍勞工身心靈及儀容的全方位免費服務。

臺灣人好好 國外朋友迴響多

八點十五分來自泰國的沙勇第一位報到，深受痛風所苦的他，今天特來尋求醫療服務，志工親切地予以引導。沙勇說著簡單的華語：「臺灣的老闆好，讓我賺錢多多；你們人好，給我笑容多多。」志工詢問沙勇休假日活動，瞭解他大多找朋友逛街、聊天，於是提問：「如果有機會，



■ 新北市勞工局局長高寶華（左）來到健檢現場，身為人醫會醫師的國軍北投醫院副院長李嘉富（右一）向局長解說流程。

是否願意付出時間，幫助其他人？」沙勇馬上點頭：「好！好！」

菲律賓籍的里卡多，剛剛上完夜班，沒睡覺就過來醫療站，來臺灣已六年，有別於一般外勞，里卡多比其他人幸運，因為妻子也在臺灣工作；只是正值青春期的兩個兒子，遠在故鄉不在身邊，令他有些不放心。

里卡多因工作引起食慾不振、呼吸不順暢、肩頸痠痛 在此得到醫師的診治；透過翻譯志工，里卡多表示在菲律賓就知道慈濟基金會做了很多事，包括協助連體嬰來臺就醫，所以當得知公司有人要為慈濟募款時，他也成了固定捐款的慈濟會員，皮夾裡還放著收據呢！

人醫會醫師陣容堅強，身心醫學科專科李嘉富醫師，與異鄉打拼的外籍勞工展開心靈對話，為外勞朋友掃除心中陰霾。六床牙醫診療台，一字排開，磨牙機械聲不絕於耳；北區人醫會牙科醫師謝金龍說：「不管是面對工作職場或是負責義診聯絡協調，靜思語的一句話『藉事練心』，都是自己學習協調包容的一劑良方。」

為了讓更多外勞朋友的健康都能獲得保障，九月十八日將會再舉辦一場健檢活動，也期許未來場次能有更多人的參與。🌱

藥到病除 莫受害

文 / 吳律萱 臺北慈濟醫院藥劑科藥師

Q

我的朋友今年五十八歲，有妻子和兩個還在就學的小孩，靠著擺路邊攤為生。去年冬天，連著幾個星期的咳嗽，去醫院照胸部 X 光，發現有一小塊陰影，醫師建議他進行電腦斷層掃描，並使用顯影劑加強影像效果。就在顯影劑打入身體後，他突然出現呼吸困難的情況，隨即陷入昏迷，醫師判斷他可能對顯影劑過敏，立刻開始搶救，但最後還是回天乏術。聽說申請藥害救濟可以讓他的家人得到一筆救濟金，使生活不致於陷入困境，請問這是真的嗎？

藥品是以治療疾病與維護健康為目的，因藥品的特性或病患個別體質與病情的差異，有時在合理使用的狀況下，仍然發生無法預期的藥物不良反應，導致病患嚴重殘疾甚至死亡。然而受害民眾通常僅能經由訴訟來求償，但是過程曠日廢時，對受害者的補救緩不濟急。有鑑於此，行政院衛生署參考先進國家

解決藥害事故的立法經驗及我國環境現況，規劃「藥害救濟制度」，以保障消費者權益並獲得及時的救濟。

正當用藥受害 可獲救濟補償

藥害救濟是為使民眾在「正當」使用「合法藥物」的前提之下卻發生藥物不良反應，而導致死亡、障礙或是嚴重疾

病時，能獲得迅速救濟的服務。

依據藥害救濟法第三條，所謂「正當」使用是指遵照醫藥專業人員的指示使用；「合法藥物」是指領有主管機關核發的藥物許可證，依法製造、輸入或販賣之藥物，目前僅適用於西藥製劑。立法院於二〇一一年四月十九日三讀通過藥害救濟法部分條文修正案，有條件放寬「適應症外藥品使用（off-label use）」不得申請藥害救濟的限制。未來如有經醫師專業判斷，基於治療疾病的需要，發生了在「**必要處方仿單（用藥說明書）核准的適應症外使用藥品而受害**」之情形，經藥害救濟審議委員會認定「符合用藥當時醫學原理及用藥適當性者」，就可以獲得救濟給付。

民衆使用藥物後覺得身體有任何不適時，即可能已產生副作用，只是多數的副作用較輕微也容易回復，但仍有少部

分副作用常常無法預期且相當嚴重，因此我們稱為「藥害」。此時應停止繼續使用可疑的藥品，並向原開立處方的醫師反應，尋求醫療支援。

藥害救濟的給付分為死亡給付、障礙給付及嚴重疾病給付。依藥害救濟法第三條第五項規定，障礙是指符合身心障礙者權益保障法所訂之障礙類別、等級者，但不包括因心理因素所導致的情形（如憂鬱、緊張、害怕）；同時依第六項規定，嚴重疾病限於因藥物不良反應致危及生命、導致病人住院或延長病人住院時間，須作處置以防永久性傷害者。但是若自行購買處方藥（如避孕藥）服用後產生的藥害無法申請給付，因為藥害救濟適用範圍是「正當使用合法藥物」情況下所發生的藥害。到藥局購買的處方藥品，雖然有衛生署許可字號、是合法藥物，但是自行至藥局購買

必要處方仿單適應症外藥品使用藥害

如果王先生患有A疾病，經醫師評估過之

後，認為王先生有必要使用X藥品，所以將X藥品開立給王先生使用。不過X藥品在核准上市時，衛生署並沒有核准X藥品可以用在A疾病，所以在X藥品的仿單（說明書）中並沒有將A疾病列為適應症，結果王先生卻因為使用了X藥品產生藥害。

在二〇一一年以前，即使病患是因為遵照醫師指示而使用藥品，受到了傷害或是死亡，卻因為是「適應症外藥品使用」，藥害救濟完全不予給付，而病患根本不會知道他所服用的藥物是屬於「適應症外藥品使用」。最著名的就是某抗癲癇藥品「carbamazepine」，臨床研究發現對於治療神經疼痛是有效的，但不管是美國的食品藥物管理局，或是我國的衛生署都沒有核准這項適應症，然而許多醫師會將這項藥物用在骨刺或椎間盤問題所引發的背痛或大小腿疼痛，因為很有效，結果卻引發了很多病患產生嚴重的藥害而無法得到給付。在藥害救濟法做出這樣的修正之後，對於病患將更有保障。

藥學小辭典

政府為了保護民衆的用藥安全，將市售藥品依

安全性分為三級：處方藥、指示藥和成藥。處方藥限制由醫師診斷評估後、開立處方才能使用；指示藥可在藥局由藥師輔導指示下使用；成藥則一般民衆皆可以自由購買使用，但是購買使用前一定要好好閱讀藥品標示和說明書。

服用並不符合「正當使用」的條件，因此無法給予藥害救濟。

專家協助審議 小心用藥為上

所有申請個案均送請行政院衛生署「藥害救濟審議委員會」進行審議。依據相關辦法，目前設置委員十一至十七人，而且必須經由衛生署遴選醫學、藥學、法學專家及社會公正人士擔任，還特別規定法學專家及社會公正人士人數不得少於三分之一，以確保審議結果的公正性。

除受害人外，依藥害救濟法第十二條

規定，有資格申請藥害救濟之請求權人如下：1. 死亡給付：受害人之法定繼承人。2. 障礙或嚴重疾病給付：受害人本人或其法定代理人。

醫師為醫療行為之關係人，不具有藥害救濟之請求權。而根據藥害救濟申請辦法申請藥害救濟應注意事項第六條規定，藥害救濟審議結果僅作為判定救濟與否之依據，其是否成立其他民、刑事責任，應以司法機關裁判為準。衛生署藥害救濟審議委員會僅作是否適用藥害救濟法給付規定之決定，而不作有無過失之判定。依藥害救濟法第十七條之規



藥注意
為了確保健康，請遵照醫藥專業人員指示或藥物標示及說明書使用，嚴禁加蓋者或過期藥物使用及注意事項。此藥有副作用，應立即與醫師或藥師諮詢。

快回診
服藥後，如果出現身體不舒服的現象，應立即回診，主動回診，尋求醫療建議，並向醫師詳述病情，以利醫師有最現及時處置，減少傷害發生。

有救濟
藥害救濟是藥害受害人向政府申請救濟，由政府指定專家組成審議委員會，對藥害救濟案件進行審議，並根據審議結果，由財團法人藥害救濟基金會申請救濟，經財團法人藥害救濟基金會審核通過後，即可領取救濟金。

用藥若傷害 救濟有我在

諮詢專線 (02)2358-4097
網 址 <http://www.tdrf.org.tw>

財團法人藥害救濟基金會
Taiwan Drug Relief Foundation



看醫生拿藥或是去藥局買藥時，指示買藥時，也是發生嚴重副作用嗎？

即使正當用藥，少數人還是可能發生嚴重副作用，藥害救濟可以保障您！

用藥若傷害 救濟有我在

諮詢專線 (02)2358-4097
網 址 <http://www.tdrf.org.tw>

財團法人藥害救濟基金會
Taiwan Drug Relief Foundation

定，並未要求已領藥害救濟給付者放棄訴訟權；惟基於同一原因事實取得其他賠償或補償者，於取得之範圍內，應返還其領取之藥害救濟給付。若對審議結果不滿意，可以依法於審議結果通知到達次日起的三十日內提起訴願。不過要注意的是，提起訴願的受理單位為行政院訴願審議委員會，而非藥害救濟基金會。

在領取藥品時，藥師會告知藥品的相關資訊，「藥袋」上也有詳盡的說明。拿到藥品後記得核對及閱讀藥袋所標示的內容，注意用藥相關事項並以正確的方法服用，在服藥期間出現任何不適情形，應主動回診或聯絡藥師，發生嚴重傷害請記得申請藥害救濟，以維護自身權益！

可從藥害救濟基金會網站 <http://www.tdrf.org.tw>

如何申請救濟

的「線上申請」中填寫相關資料，由系統自動產生完整的藥害救濟申請書後自行列印，連同需檢附的證明文件如下，郵寄至藥害救濟基金會。

- 藥害事件發生前之病史紀錄。
- 藥害事件發生後之就醫過程及紀錄（可向醫院申請病歷摘要）。
- 藥害事件發生後之醫療機構診斷證明書。
- 受害人藥害事件發生前之健康狀況資料。
- 申請人與受害人關係證明。
- 受害人因藥害事實申請嚴重疾病給付之醫療機構必要醫療費用收據影本。
- 受害人因藥害事實申請障礙給付之身心障礙手冊證明影本。
- 受害人因藥害事實申請死亡給付之死亡診斷證明影本。

哪些狀況不符合藥害救濟申請條件

- 有事實足以認定藥害之產生應由藥害受害人、藥物製造業者或輸入業者、醫師或其他之人負其責任。
- 藥害救濟法施行前已發現之藥害。
- 因接受預防接種而受害，而得依其他法令獲得救濟。
- 同一原因事實已獲賠償或補償，但不含人身保險給付在內。
- 藥物不良反應未達死亡、障礙或嚴重疾病之程度。
- 因急救使用超量藥物致生損害。
- 因使用試驗用藥物而受害。
- 常見且可預期之藥物不良反應。



治療

抱怨症候群

文 / 賴奕菁 花蓮慈濟醫學中心精神醫學部主任

是不是因為是精神科醫師，所以，這個病人每次一來就開始對我抱怨：他的處境有多慘，有多糟，身體有問題，經濟很拮据，家庭亂七八糟，婚姻陷入僵局，子女難以管教，工作有一搭沒一搭……，抱怨到極致時，我甚至有點錯亂感，他的苦難好像變成是我這個醫生的責任。

在這種疲勞轟炸之下，我身上吸滿了負面能量。我搖搖頭，不能再這樣下去啦！決定給他「治療性」的一擊！

於是乎，我裝成若有所思的樣子，緩緩地但很認真地盯著病人說：「其實，你可以再更慘一點。」

病人簡直不敢相信自己的耳朵，他一定心想：「醫生在詛咒他更悲慘嗎？哪有這種醫生！」

我順著他的感覺回應：「不是的，我不是在詛咒你。我只是想『提醒』你，你還有可能再更慘的。想想看，你現在是斷了一隻手指，有些工作不能做了。你執著在失去了某些機會，所以心情很煩很糟，走路時根本沒有心思去管周遭的狀況，萬一一個不小心，被車子從後面追撞，結果撞到脊椎，那就……下半身癱瘓了……這樣有沒有更慘？」我露出不懷好意的笑容，而病人則是一臉驚恐表情。

我繼續說：「然後，因為你的癱瘓，完全不能工作又脾氣很差，你的太太終於離開你了。恭喜！從此之後就沒有人再嘮叨你了。」

「對了，這時候你出不了門就算了，

還會大小便失禁喔！你實在很難過，心情鬱悶到爆，一時情緒衝動，就拿頭去撞牆來發洩。可是……你沒注意到牆上的釘子，猛撞上去之後，就一眼失明了。」

病人幾乎要摀住耳朵，「不要再說啦，醫生！」

我盯著他，覺得似乎有效果了，繼續說：「所以，如果你想要沉淪，要再怎樣悲慘都可以辦到的。相反的，努力在此打住自艾自憐，想要停住苦難，想要堅強起來往上爬，也是可以的。要好要壞，端看你自己的選擇。」

事實上，不管我們要或不要，往往事情就是已經這樣發生了。恚意的埋怨與自憐，甚至認為這就是最慘的地獄境界的話，那就未免太天真了些。因為世事不管怎樣的慘，如果誰想要的話，似乎都可以再慘一點……

如果因為拿到幾張爛牌就亂發脾氣，一怒之下就把剩下的幾張好牌亂丟，這種人即使全盤皆輸，那也無可厚非。

「失去一隻手」的另一種陳述，可以是「另一隻手還在」。失去所有積蓄的另一面，可以是家人都平安。全家吵吵鬧鬧的正面意涵是，我們還在意彼此，願意交談。當全世界都拋棄自己時，至少還可以慶幸我們還保有自我。

或許我得自我反省一下，難道是在身心科的診間裡，讓病患感覺到全然被接納與正面支持，所以就肆無忌憚的情緒沉淪了？常常見到有的病患總是自怨自艾，只會一邊呻吟，一邊舔傷口。

甚至，習慣扮演備受呵護的病人角色之後，再也不肯披掛上陣去面對自己的人生。

如果還能抱怨這抱怨那的，至少，是因為「還沒有死吧」？光是還活著這件事情，就滿值得感謝天地的。抱怨只會讓人專注在負面的、缺少的點，也只會消耗一個人的意志。抱怨也像生不息的情緒垃圾，即使帶出去亂丟，不管弄得大家的情緒多惡劣，抱怨本身卻一點也沒能減少，也從來不會給人帶來光明或能量。

那是為何呢？可能是因為抱怨讓人瞎眼，看不見自己的好牌，抱怨讓人心盲，忘記了感恩，自然也沒有人想要幫忙啊！我個人覺得，即使拿到一手爛牌，還能沉著繼續打下去，甚至最後逆轉勝的人，是最最值得敬佩的啊！

於是，我就對還是沉醉在抱怨裡的人說：「你呀，可以再更慘一點」眼前的病人可能想要拔腿跑了！嗯，兩條腿還在，還能跑，是幸福！👍

為何他總是抱怨或是嘮叨個不停？

抱怨的目的，往往在於獲得他人的注意，以讓別人了解自己的苦痛，甚至得到些心理支持。然而，為何有人總是抱怨個不停呢？可能是他認為自己的問題沒有獲得解決，所以只好不斷地講，也有可能是他的內心煩躁不安，必須透過不斷的講話來抒發情緒。嘮叨也是差不多的心理機轉，因為擔心發生不好的後果，或是不信任他人真的了解自己的提醒，不認為別人已經記住自己的話，所以同樣的事情不斷地講。

對於抱怨或是嘮叨，剛開始給予關注與心理支持，甚至給予些口語保證，可以降低其焦慮感。但是，如果病患陷入某種心理迴路，執著在負面思考模式裡面繞個不停，光靠言語安撫恐怕效果不大。例如這個個案陷入自艾自憐的情緒氛圍之中，抱怨半天都是自己很慘很倒楣，忘記對自己的狀況進行整體的觀察，找出自己尚具有的資源並珍惜利用。天助自助者，而賴在地上不想起來的人，誰也拉不動。所以，醫生才會出反招，用反向的話語刺激病患，以對比方式讓他了解自己並非一無所有，應該珍惜手邊還有的一切，加上周遭的善心，早日恢復。



感恩

來自病患與家屬的溫馨回饋 的足跡...

大林慈院

我原本是例行的依約前來看診，經醫護人員專業的檢驗與服務之後，加上腎臟內科蔡宏斌醫師的熱心和細心的診察後，建議我馬上住院，而在院期間，深深感受到蔡醫師熱心服務的精神和親切的態度，與專業的醫術，謹此以感恩的心來感謝蔡醫師，並祝你健康、快樂、吉祥如意。

張林女士

感謝一般外科林俊宏醫師及護理人員，這幾年來為我姊姊耐心的照護。我姊姊每次一有疑問一定要問清楚，追根究底找出答案她才能安心，也因有林醫師的耐心解說分析和醫治，才能讓她的身體恢復健康，本人和媽媽及哥哥很感慨這一路來因忙碌不能時常陪伴姊姊，也因為她的堅定、堅強的心才能走出她的一片天，抗癌鬥士姊姊要加油，再次感謝林醫師。

黃小姐

臺中慈院

您好，貴院服務品質相當好，每週固定來院門診，一年過去了，我的身心改善很多，期望慈院有更多像鄭存琪醫師這麼的醫師來為眾生拔苦，期望未來搬新院後有更多身心科人才投入，讓原本心理治療時段繼續維持下去，鄭存琪醫師是如來使者，感恩鄭醫師，有機會希望您能來清水演講，感恩！

感恩的病患

吳主任永康醫師，感恩您的仁心仁術，關心提醒您的飲食作息生活型態要盡量正常，要好好吃、好好睡、好好休息，才能永遠保持健康，祝您永遠健康、平安、快樂。

張先生、吳小姐

癌篩指標 ——淺談 攝護腺特異性抗原異常

辨分明

文/謝登富 臺中慈濟醫院泌尿科主治醫師



■ 謝登富醫師笑容可掬，可以平靜病患緊張的心情。攝影/梁恩馨

男性一旦年過五十，攝護腺疾病會漸漸浮現；到了八十歲，幾乎五分之四的男性都會有攝護腺肥大的問題，這是攝護腺良性增生所致，吸引多數人的關切。攝護腺疾病包括有攝護腺良性增生、攝護腺發炎和攝護腺癌等，大多屬於長壽病。其中，檢查攝護腺癌的指標「攝護腺特異性抗原 (Prostate Specific Antigen, PSA) 異常」，對民衆帶來了很大的困擾。

癌症指標 一體兩面莫驚慌

任何事情都有一體兩面，有好處就一定會帶來缺點，就像有光線照射就一定會產生影子一樣。嚴格說來，「攝護腺特異性抗原異常」這個問題，就是攝護腺癌症篩檢所帶來的後遺症。當它的數

值超出標準值一點點、顯現異常時，並不代表就是得了癌症，醫師還會視病人整體狀況安排後續處理，可能是一段時間後再次抽血，或者進行攝護腺切片等檢查，才能確診是否罹癌。病人不必看到數值異常就過於恐慌，或是輕忽大意而疏於追蹤治療。

首先，要了解什麼叫做「攝護腺特異性抗原」(以下簡稱 PSA)。所謂的 PSA 是一種蛋白酶素，主要由攝護腺分泌，平時主要的生理作用和男性的精液液化有關。但是，醫學界研究發現 PSA 是一項很重要的癌症指標，特別是在攝護腺癌的病人身上常常可以發現 PSA 升高，於是我們就把 PSA 拿來作為攝護腺癌篩檢以及攝護腺癌病人治療追蹤的重要指標。如果把 PSA 當作攝護腺癌病人治療追蹤的重要指標，問題不大，因為病人只要看到 PSA 的數值，就會知道自己的治療有沒有進步、很容易理解。一旦把 PSA 當作攝護腺癌篩檢工具，就很容易對於 PSA 的數值判讀解釋產生困擾，最主要的原因是民衆不知道什麼是「癌症篩檢」，因此容易造成誤會。

篩檢不等於診斷 後續追蹤心放寬

世界衛生組織 (WHO) 對「篩檢」的定義如下：「篩檢是利用可迅速操作的檢查，在症狀未曾發病的人群中，找出疑似病例。篩檢並非診斷，篩檢結果如為陽性，應落實進一步的檢查，

以求得正確的診斷以及必要的後續追蹤與治療。」所以「癌症篩檢」其實是找出癌症疑似病例，做為進一步檢查之依據，並非篩檢異常就代表病人得到癌症。同樣的，當進一步檢查結果確定沒有癌症後，也不需要自己嚇自己，懷疑自己一定是有病；只需要放寬心胸，好好進行必要的後續追蹤與治療即可。

大部分的恐懼都是來自於不了解，只要我們清楚知道 PSA 數值所代表的意義，應該更可以安心地和醫師一起進行下一步驟的處理，確實掌握自己的健康。



■ 謝登富以肛門指診的方式，為病患進行攝護腺檢查。攝影 / 梁恩馨

崇尚天然 母乳 最好

文 / 張育婷 花蓮慈濟醫學中心婦產科病房護理長
編審 / 花蓮慈濟醫學中心護理部健康專欄編輯小組

「手抱孩兒才知父母時」這句話，是我的父親告訴我的一句臺灣諺語，年輕的時候還不知道這句話的意思，等到自己為人母，才深深的了解這句話的意義竟是如此深遠！

回想起第一胎的懷孕過程，從未想過當寶寶出生後要給予母乳或配方奶哺育，然而因緣的巧妙就在產檯上進行「即刻肌膚接觸」時發生了，我的可愛小寶貝很自然的找尋到乳房，從此便展開了母乳哺育的甜蜜之路。

第一次美好接觸 奠下寶寶健康基礎

每位新生寶寶在歷盡千辛萬苦出生後，第一個小時是最清醒的，如果能把握這黃金的時段，用最沒有距離的方式和媽咪進行產後第一次邂逅，營造親子關係的溫馨時刻，感受親子之間的親密交流，不單能使日後母乳哺育更成功，還可為親子關係奠下一個良好的基石喔！

行政院衛生署國民健康局呼籲民衆重視嬰幼兒的健康，大力鼓勵母親以純母乳哺餵寶寶到六個月，之後添加安全且適當的副食品，並持續哺乳到兩歲以上。

自然新鮮無添加 媽媽的愛最完整

母乳是媽媽給寶寶最珍貴的禮物，其中的營養價值更是無可取代。母乳已經獲得國內外醫學證明，是最適合嬰兒的食品，不但能增強孩子的免疫力，更能促進智力發展和親子感情。母乳的好處多多是大家都知道的，因為母乳是最自然、新鮮、無菌，保證不含人工添加物，能夠提供寶寶所需要完整均衡的營養，降低孩子的過敏機率、增加新生兒的抗體，預防疾病感染！產後二至三天所分泌的乳汁稱為「初乳」，其中含有較多的抗體及活性白血球，像是給嬰兒打第一劑預防針，保護寶寶對抗日後遇到的細菌和病毒。其富含生長因子，具有輕瀉作用，可促進腸道排膽紅素，減輕黃疸症狀。

母乳中碳水化合物多為乳糖，沒有澱粉，容易被新生兒所消化，每次的哺餵中，成分也會依嬰兒成長需求所改變，包括初乳與成熟乳，其中成熟乳還可分為前乳與後乳。成熟乳中的前乳看起來灰灰水水的，富含大量的乳糖、蛋白質、維生素、礦物質及水分，是寶寶營養與水份的主要來源；而後乳看起來較乳白，富含較多的脂肪，是寶寶所需能量的主要來源，這可是為每位寶寶所獨特安排和準備的禮物。除了上述母乳含有豐富的營養成分外，其實寶寶還可以藉由吸吮乳房的動作，幫助口腔及臉頰肌肉的發展，減少蛀牙及齒列不正的發

生。而媽媽在餵哺母乳時，可藉由寶寶吸吮的動作，釋放大量「催產素」幫助子宮收縮，減少產後出血。產後大量泌乳更可以增加媽媽的熱量消耗，促進身材恢復，亦有研究顯示，餵哺母乳還可降低媽媽罹患乳癌及卵巢癌的機率。

辛苦卻滿足 親子關係百分百

母乳哺餵的好處實在太多了，過程有助於親子依附的建立，使寶寶擁有安全感及學習自信。母乳哺餵是無可替代的生命經驗，若哺育時遇到一些小困難時，可尋求專業人員提供技術的協助，也可以利用「哺餵母乳觀察表」來觀察寶寶使否有吃飽了、餵奶的姿勢正不正確等，幫助媽媽們更輕鬆的餵母乳，也能建立信心，期待媽媽們都能享受哺餵母乳的成就感和快樂。

母乳哺育不單是一種餵食方式，是母親與嬰兒的權利，是母親和嬰兒之間關係的一部分，也是沒有標準答案的個人經驗活動。母乳哺育不僅是在醫院發生的事情，而是一天二十四小時，一年三百六十五天時刻進行的日常活動。

母乳哺餵的過程是辛苦的，要經歷每隔二至三小時就須醒來哺餵的間斷睡眠，但是這種辛苦每每在抱著小寶貝時，看見她認真的吸吮表情以及吃飽滿足的樣子，即轉變為甜蜜的成就感。

目前更有勞動基準法與兩性工作平等法幫助職業婦女們，也能在工作中每天利用三十至六十分鐘的時間擠出母乳，繼續完成六個月全母乳哺餵的神聖任務！🌱

■ 哺餵母乳觀察表

身體姿勢 (Body position)	母親放鬆而舒服
	新生兒身體緊貼母親，臉朝向乳房
	新生兒頭部及身體呈一直線
	新生兒下巴貼著乳房
	新生兒臀部受支撐
反應 (Responses)	饑餓時新生兒會朝向乳房
	新生兒會尋找乳房
	新生兒以舌頭探索乳房
	新生兒接觸乳房時平靜而清醒
	新生兒持續含住乳房
情感交流 (Emotional bonding)	噴乳的表現 (漏奶、子宮收縮)
	穩定且有自信的撫抱
	母親臉對臉的注視
解剖 (Anatomy)	母親給予很多的撫摸
	餵奶時乳房看起來圓圓的
	乳頭突出，有彈性
	餵奶後乳房變軟
含乳房 (Suckling)	皮膚看起來很健康
	嘴巴張大
	下唇外翻
	舌頭繞著乳房
	兩頰圓鼓
	新生兒嘴巴上方乳暈較多
	慢慢的深吸奶一陣子後間隔有休息
可看到或聽到吞嚥	
含奶的時間 (Time spent suckling)	新生兒自己鬆開乳房，吸 ____ 分鐘

資料來源：台灣母乳哺育聯合學會

勘誤啟事

90 期醫療之光單元「藥匙圈發光——臺中慈院藥劑科品管圈獲特優」一文，因編輯疏漏致使未走完全文，末段文字錯置，特此致歉。自「更是不容許存有僥倖的心態，」後漏植之文為「因此獲得特優肯定的臺中慈院藥劑科，也希望進一步運用品管圈的手法及觀念消弭可能發生的錯誤，共同來達到『系統化無疏失』繼續努力。」

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

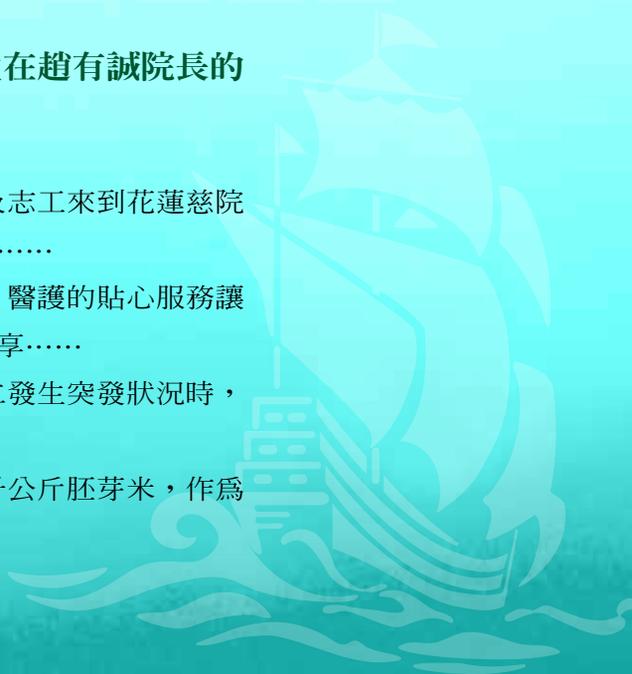
◆臺北慈院同仁、志工街頭宣導拒菸，並在趙有誠院長的帶領下，宣示加入無菸醫院認證……

◆在新加坡提供健檢服務的福慧中心醫療人員及志工來到花蓮慈院取經，希望能提升健康檢查與疾病預防的品質……

◆臺中慈院腎臟科團隊舉辦第二次病友會活動，醫護的貼心服務讓病患滿意，更少不了病友們彼此的心情故事分享……

◆玉里慈院舉辦了突發狀況教育訓練，教導同仁發生突發狀況時，如何維護醫療品質並化解危機……

◆第一期的大愛米開始收割，大林慈院捐出一千公斤胚芽米，作為響應全嘉義健康減重大賽的獎品……



臺北

六月三、十日

遊街宣導拒菸害 無菸醫院獲認證

國民健康局全力推動無菸醫院的認證，臺北慈濟醫院也熱情響應，並在六月三日協同新店市健康關懷志願服務協會，以及新北市北新國小師生，以遊街宣導的方式，勸導民衆除了不吸菸，抽菸的人更要勇於尋求資源來戒菸。臺北慈院還成立無菸醫院推動小組，並且在六月十日的科主任會議中，由院長趙有誠帶領全院的一級主管共同宣誓，為加入無菸醫院認證努力。

自創口號道具遊街 拒菸老少一起來

「臺北慈院，無菸醫院，歡迎來院學戒菸！」臺北慈院社區醫學部同仁，這

次與新店區慈濟志工、新店市健康關懷志願服務協會志工，以及北新國小等兩百多人，共同遊街，大家手持著拒菸標誌，沿街高喊戒菸口號。

臺北慈院戒菸班葉嘉澤醫師手拿香菸與鋸子的大型道具，笑著說他平日鼓勵民衆戒菸，但是參與遊街宣導還是第一次。很高興能透過活動，提升民衆拒菸的意識，但他也坦承，民衆戒掉菸癮需要耐心，若是每天抽半包或更多的香菸，就應該勇於求診，透過藥物治療來戒掉菸癮。

新店市健康關懷志願服務協會理事長余再生，戴上畫有拒菸圖案的巨型帽子、手持擴音器，邊走邊高喊：「不要吸菸，要健康！」余理事長表示，健康關懷志願服務協會經常去國小宣導菸害，讓觀念從小扎根。他希望這些社會未來的棟樑，從小就了解菸害的嚴重性，懂得做出正確的選擇。協會志工陸秉信也說，很樂意投入這樣的宣導活動，自己的父



■ 大小朋友當天齊聚，響應健康清淨的生活，一同參與遊街拒菸。攝影／鄭富元

吸菸吸毒品係肺癌元兇
為了你及家人的健康，請勿吸菸

母都是因為吸菸而罹患肺癌，因此從小就灌輸自己的孩子吸菸對身體的危害。

上百位北新國小學生在遊行中舞龍舞獅吸引民衆目光，並跟著老師高喊口號：「我家不吸菸，吸菸早升天！」高年級的學生們還手持鐵夾子，沿街將菸蒂夾到塑膠桶內。他們也揮舞在美術課做好的戒菸紙旗。有些旗幟上寫著「我拒吸二手菸」，也有旗幟上畫了紅色拒菸標誌。

遊行隊伍揮著自己製作的拒菸宣傳旗、高喊口號，甚至是沿街撿菸蒂的畫面，吸引了路人的目光，無論是雜貨店前的老奶奶與伯伯，或是菜市場的購物民衆，都轉頭觀看遊街行列，甚至是拿出相機搶拍畫面。許多小朋友靦腆地說，遊街宣導戒菸，很新鮮、也很好玩。

提供戒菸協助 創造無菸環境

臺北慈院社區醫學部主任張莉琴表示，期待透過這次大型的遊街活動，讓社區民衆能夠了解，臺北慈院不僅是無菸醫院，更能提供民衆戒菸的方式與資源。

經過此次大型的拒菸誓師遊街活動之後，臺北慈院接著在六月十日由院長趙有誠帶領全院的一級主管共同宣誓加入無菸醫院認證：「為了自己的健康，為了家人的幸福，為了他人的權益，決定拒絕菸害，積極營造一個友善的戒菸環境，有效發覺吸菸者，並且幫助其成功戒菸。」

有別以往的口號宣誓，國健局還擬定



■ 臺北慈院同仁及志工手拿標語牌，並沿街呼喊拒菸口號，希望將無菸環境的觀念帶給民衆。攝影／鄭富元



■ 趙有誠院長（右二）帶領游憲章副院長（左一）、徐榮源副院長（左二）與張耀仁副院長（右一）共同宣示要成為無菸醫院。攝影／簡元吉

了十項、四十二條和一百零二個重點，並且要實地稽核醫院有沒有真的達到無菸醫院的要求，而臺北慈院各部門也動員起來，除了在各工作場所和公共區域張貼禁菸海報和標語，也將在門診表和門診叫號螢幕的跑馬文字上告訴大家戒菸的重要，更準備由專科醫師編寫戒菸講義和展開線上考試，讓每一個人都了解吸菸的危害，同時成為第一批宣導戒菸的種子。（文／蘇錦琳、鄭富元）

花蓮

六月十五日
福慧優質健檢
學習人文豐收

二〇一〇年八月二十一日，新加坡的佛教慈濟健檢中心——福慧中心落成啓業，目的在推動民衆健康，提倡預防重於治療的觀念，自從家醫科林文濠醫師加入之後，為了提供更高品質的健檢服務，安排團隊在六月十五日參訪花蓮慈院，這趟學習之旅讓林文濠醫師等人收穫滿滿，讓他們對於未來推動新加坡醫療志業更具信心。

提供高品質健檢 跨海取經探分明

福慧中心啓業初期，由人醫會的醫師輪流值班，每週僅有二、四、六共三天能夠安排健檢；自二〇一一年五月起，新加坡資深的家庭醫學科林文濠醫師正式加入當地醫療團隊，有了林醫師的全職投入，福慧中心便能提供一週六日、更加完善的健康檢查。

為了在當地提供更高品質的醫療服務，林文濠醫師帶著同樣身為人醫會成員的妻子黃春卿和兩位福慧中心的醫療志工到臺灣參訪花蓮慈濟醫院，由醫發處醫務管理室的同仁林永森接待，走訪多個單位，親自體驗慈濟醫療人文精神。



■ 林文濠醫師（左一）帶著新加坡福慧中心的參訪團拜會花蓮慈院，為了提升健檢品質，向花蓮慈院家醫科葉日式主任（左二）請教有關於健檢的相關問題。



■ 花蓮慈院預防醫學中心吳美秀護理長（左二）負責解說健檢流程。

上午九點，林文濠醫師與醫療志工等一行人與家庭醫學科主任葉日忒醫師會面，特別就健康檢查與疾病預防，尤其是癌症篩檢的部分向葉主任請益。葉主任則知無不言、言無不盡，舉凡是臺灣的全民健保制度、各項給付範圍，或是花蓮縣六十五歲以上長者之免費健檢的內容都含括在內。

新加坡醫療志工也提到，花蓮慈院是否有提供全民健保給付內容之外的健檢項目，葉主任表示，慈濟在臺灣並沒有額外的免費健檢項目，而是以疾病治療及重症為優先。志工接著又提出「當醫療糾紛產生時，該由志工們居間協調或則是讓醫師自行處理？」葉主任認為志工所扮演的是實質協助與陪伴的角色，安撫驚慌的情緒、冷靜地幫忙處理，而不宜介入糾紛當中，醫療專業的部份應由負責的醫師親自向病人以及家屬解釋。

葉主任更提醒他們，健檢的流程安排十分重要，因為無論抽血或驗尿均需先禁食一段時間，對於長輩或是小孩的身體影響較大，所以在時間的掌控得特別留意。一個半小時的深度會談，讓林文濠醫師及醫療志工收穫滿滿，對於將來在新加坡福慧中心的志業推動也更具信心。

接著轉往兒童發展復健中心、輕安居以及心蓮病房參訪，看到慈院因應不同的病症和倫理上的需要，設計出心蓮病房的家屬休息室和祈禱室等等人性化的軟硬體設施，都非常地讚嘆。

行程的最後一站為預防醫學中心，由吳美秀護理長介紹健檢報到、流程安排、營養衛教和報告解說，並帶領大家參觀中心內以飯店房型為設計概念的房間，強調以寬敞的空間和全木製的家具來營造溫馨的氣氛，消除受檢時的緊張感，讓民眾可以輕鬆且便捷地享受健康檢查帶來的好處。



■ 新加坡福慧健檢中心啓用，國家發展部暨教育部高級政務部長傅海燕（左三）、駐新加坡臺北代表處代表史亞平（右二）在新加坡分會執行長劉濟雨（左四）的陪伴下，參觀健檢中心各項設備及環境。攝影／王綏喜

跨越宗教 守護健康無隔閡

林文濠醫師在新加坡行醫二十二年，前十六年是私人門診的顧問醫師，後來在老人護理之家擔任醫療主任；今年五月全心投入慈濟之後，開始負責新加坡醫療志業的顧問與推動。他的妻子黃春卿師姊，自二〇〇三年就開始積極參與慈濟的醫療活動，她同時也是人醫會的護理師成員，舉凡社區健檢、往診或是國內外義診皆有參加。

而身為虔誠基督徒的林醫師，剛開始因為信仰不同而有所疑慮，但當他自二〇〇六年與新加坡牛車水義診中心接觸開始，他發現慈濟義診的目的是在幫助民衆、守護他們的健康，與醫生的天職相同，並不會因宗教別的不同而有所隔閡，才開始跟著師姊參與慈濟活動，亦曾於二〇〇九年回臺參加國際慈濟人醫會年會；今年更在新加坡分會執行長劉濟雨的誠懇邀約之下，林醫師決定改變自己行醫的人生方向，辭去原本醫療主任的職務，進入慈濟醫療志業，全心當個慈濟人。

福慧中心從開幕至今，已經守護了九百三十六位民衆的健康，在醫療費用普遍高昂的新加坡，提供完全免費的健康檢查服務。透過體檢活動，來培養更多富有慈濟人文的醫護人員，並接引民衆加入大愛行列，期許未來在林文濠醫師的全職投入之後，更可以「零時差」地守護民衆身、心、靈的健康。(文、攝影 / 沈健民)

臺中

六月十一日
腎友經驗相傳承
團隊照護獲迴響

臺中慈院腎臟科團隊六月十一日為腎友舉辦第二次腹膜透析病友會，透過衛教課程，幫助病友注意生活、飲食調理，二十多位病友熱烈分享心得，相互期勉活得健康又自在，參與人數較上次多了一倍以上，可說是盛況空前。原來，腹膜透析室護理師許仁菁一個個打電話邀約，病友們聽到腎臟內科陳一心主任、營養師楊盈芝親自開課做衛教宣導，加上醫療團隊服務品質獲肯定，病友們紛紛答應「捧場」。



■ 楊盈芝營養師（戴口罩站立者）特別提出飲食正確的營養觀念，病友及家屬專心的聆聽。

在家腹膜透析 高機動又便利

洗腎主要有血液透析與腹膜透析兩種方式，血液透析必須在醫院，由醫護人員執行，腹膜透析則可以由病患在家自行換藥透析洗腎，相對而言，腹膜透析較為溫和便利，只要腹部沒有動過手術、居家護理良好的病患都能使用。

腹膜透析的原理是將透析液經導管流入腹膜腔，將血液中的廢物由微血管導入透析液，再引流出來，病患依個人狀況調整每天的次數，週而復始，病友的肚子上都有一個小孔、一根導管，這個共同的特色成為彼此相認的特殊記號。

七十六歲的鄭老太太，已經洗腎十多年，女兒分享陪病心情，媽媽在醫院血液透析最痛苦的是回家一直吐，直到兩



■ 已經洗腎三年的陳女士（右二）神采奕奕的分享茹素對身體的好處。



■ 腎臟科陳一心主任介紹造成代謝症候群的高血糖、高血壓和痛風講起，因為這些慢性病都會造成腎臟的負擔。

年前改採腹膜透析，種種不適的副作用才全都改善，人生也有了新轉機。想到這些辛苦，一旁的老太太忍不住紅了眼眶。最能了解其中感受的病友們，也紛紛鼓掌加油打氣。

劉女士神采奕奕分享心得，看不出在臺中慈院已洗腎治療三年多。「吃素讓我覺得體內毒素變少了，腹膜透析過程負擔也不會太大，而且素食比葷食選擇更多。」她透露茹素好處多多，值得病友參考。

注重個別差異 量身訂做受歡迎

一度很難接受腎衰竭事實的陳先生，經腎臟內科陳志聰醫師與許仁菁護理師悉心照料，調整用藥、指導衛教，四個多月來，已能微笑面對洗腎病情，他在太太陪伴下出席腎友會，感謝醫療團隊的用心，直說：「跑了很多家醫院，來到慈濟最好，醫師護士的服務很好。」

腎臟內科主任陳一心表示，臺中慈院採「量身訂做」方式治療每位洗腎病患，依個別病人的差異，給予不同用藥與衛教。腹膜透析洗腎相較於血液透析，更能照顧病患生活品質，時間運用的掌握度更高，但臺灣目前運用這種方式的病友只佔洗腎總人數的百分之二十，跟新加坡與香港的百分之五十來比，還有很大的努力空間，未來將再接再厲的繼續推廣下去。（文、攝影／梁恩馨）

玉里

六月二十七日

化解危機有一套
醫療品質不打折

醫療環境生態日益多元，當發生突發狀況或緊急事件時，要如何保護自己？六月二十七日下午，玉里慈院特地舉辦了逃脫術演練，教導同仁們在全心搶救生命時，一旦發生不可預期的外力攻擊，能在第一時間脫離求援，保護自己和病患，也能避免傷害和遺憾事件的發生。

突發狀況不恐慌 保護自己了解需求

面對醫療環境的瞬息萬變，玉里慈濟



醫院邀請了花蓮縣警察局玉里分局鍾金鑫教官，以逃脫術為主題，教導同仁發生突發狀況的應變方法，讓長期在醫療院所裡搶救生命的醫護人員，也能了解目前社會生態的演變，並能自我保護，有警惕但不需太擔心。

鍾教官一再提醒同仁，遇到暴力事件發生時，千萬不要懼怕，而是要冷靜的面對，然後利用對方放鬆之際，趕緊脫逃求援。例如：當手腕被抓時，只要反手一推就能輕鬆解脫，還有如果對方的力道很大的話，也可和對方縮短距離，然後突然反轉掙脫。這些簡單而實用的觀念，讓大家對於逃脫有了全新的概念，也更有信心在急難發生時，能夠冷靜以對，保障個人的安全。

雖然因為醫病溝通未盡完善而引起的糾紛或肢體衝突時有所聞，但醫院是搶救生命、守護生命的地方，醫護人員在



■ 護理同仁親身下場演練，實際運用脫逃小技巧後發現並不難。

了解突發事件的對應方式後，因而減少不必要的恐慌，更能心無旁鶩的投入照顧病患的工作，深入了解病患需求，醫療品質不但不打折，醫病關係也能更和諧。(文、攝影 / 陳世淵)



■ 全院同仁們齊聚講堂內，學習逃脫術的常識和技巧。



■ 鍾金鑫教官(右二)親自示範脫逃術，第一線醫護同仁們神情專注的聽著解說。

大林

六月三十日

響應全嘉減重 歡喜收割贈米樂

雖然大林慈院評鑑在即，但稻米成熟不等人，大林慈院今年的一期大愛健康米當六月三十日歡喜收割。縣長張花冠、立委陳明文與大林鎮長黃貞瑜特別到大愛農場一起體驗豐收樂。為了響應嘉義縣「全嘉健康減重大賽」，大林慈院特別捐出一千公斤胚芽米做為獎品。簡守信院長表示，在評鑑之前，藉此機會讓同仁暫時離開醫院，到田園之間重新充電，更感受到曾經付出換來的收穫。

體驗農忙鼓勵減重 醫師揮汗勤收割

夏日午後的陽光，暖暖地灑在身上，來自上林里圓林仔的阿公阿嬤們，站在稻田旁的廣場上，隨著「五行健康操」輕快的音樂聲，活力十足地舞動著，幾位貴賓與簡院長、賴副院長和同仁們，也跟著一起動。阿嬤一邊跳一邊笑說：「跳到流汗了！」。

簡守信院長代表院方送上健康米，張花冠縣長感謝大林慈院大方捐贈一千公斤的健康米。她表示，希望透過這次健康米的收割捐贈活動，再次提醒民眾建立均衡飲食，以及持之以恆維持多運動的生活習慣，既可擁有健康，更是減重的不二法門。縣府表示，將以「減一公



■ 上圖：在下田收割稻米之前，簡守信院長（左二）、賴寧生副院長（左三）和張花冠縣長（左一），跟著阿公阿嬤們的五行健康操來暖身。



■ 下圖：第一期大愛健康米熟成，大林慈院和媽媽一起來的小朋友，彼此分工合作、樂在其中。



斤肉、換一公斤米」的方式，做為減重成功民衆的獎勵品。

簡院長則表示，大林慈院在大愛農場種稻好幾年，看到農場周邊愈來愈美，見證了嘉義的進步。而讓醫院同仁來種田，主要是要讓大家體驗農民彎腰務農的辛苦。「只要做半個小時，隔天開刀就會抖了！」最重要地是，能在實際的醫療行為中，展現感恩與關懷，身為嘉義縣的一分子，很高興能藉此機會，將大部份收成的米，捐做減重的獎品，一起來宣導健康觀念。

捐贈儀式結束後，大家戴上斗笠、手套，拿起鎌刀，化身農夫，一起體驗收割樂。院長室秘書周杏珍帶著就讀幼兒園的兒子一起來，割了一會兒，被要求暫時休息，小男生嘟著嘴說「不好玩」，原來是割得不過癮，等吃完社區醫療部準備的甜點，又迫不及待地下田收割去。

耳鼻喉科李丞永、侯思任兩位醫師結伴同來，侯醫師因為之前曾參與插秧，這次便邀學長一起來體驗割稻。侯醫師說，自己動手做，更可以體會到農夫彎



■ 為響應全嘉的健康減重活動，簡院長（左）代表大林慈院捐贈健康米，由張花冠縣長（右）代表接受。

著腰、弄得一身泥濘的辛苦，這是我們平時在醫院吹冷氣所無法體會的。李醫師也說，真的很辛苦，才割幾下就滿頭大汗了。

這一期稻作的收穫，除了捐贈縣府的部分之外，也將做為歲末祝福紅包中的稻穀，製作過程十分複雜，簡院長說，同仁和師兄姊在製作的過程中，可以讓自己學著把心沉澱下來，去領會一顆顆飽滿稻穗的美，就如證嚴上人所說「一粒米中藏歲月」的精神。（文／黃小娟攝影／楊舜斌）



■ 每個人手拿鎌刀、戴著斗笠，親自體驗農夫彎腰收割的辛苦與滿足。

感恩

來自病患與家屬的溫馨回饋
的足跡...

花蓮慈院

我三年前大腸癌手術失敗，我女兒又帶我往臺北大醫院就診，告知要電療，我決定返回花蓮慈濟治療，感謝糠榮誠醫師不嫌棄我，收我住院又幫我重新開刀，四天後我就可以下床走路，七天就可出院，回家休養又陸續回診追蹤，一切良好，真的感謝糠醫師及助理劉思敏小姐的良好親切照顧，另外不定時舉辦病友會，更帶給給我們全家人無限的歡樂。

鄒小姐

說孫宗伯醫師醫術絕佳，耐心認真垂詢病況，例假日亦到病房探詢病人狀況，並給予更多保健常識指導，醫術醫德兼優，應予表揚。余佳倫護士笑口常開，語氣良好，耐心有加，並再三叮嚀病患注意事項，病患有被照顧、受重視感覺，為名副其實的白衣天使，應予表揚。洪敏瑛護士服務態度佳，熱忱對待病患，和藹的態度，主動發覺病患需求，任勞任怨，耐心聆聽訴求，笑口常開，讓病患感覺受重視，應予表揚。

陳先生

現在的心情是除了感恩還是感恩！「人生最大的苦是病苦。」如今最摯愛的病患不用承受身體上的苦痛，帶著一顆歡喜心隨著佛祖的腳步去，我們是病患的家屬，承蒙腎臟內科徐邦治醫師悉心照顧，病患臨終能安詳辭世，尊嚴莊重的走完人生旅途。我們一家人對醫師之仁心仁術，謹致上十二萬分之謝意。病患的後事很圓滿的完成，獻上我們真誠的心並由衷感謝！

感恩的病患家屬

玉里慈院

感謝張院長醫治我，復原特別優良，特別的感激他的醫術能力強，再次感謝他。

李先生、游小姐