

和信治癌中心醫院與您 359

KOO FOUNDATION SUN YAT-SEN CANCER CENTER NEWSLETTER

2018.9.1



國內
郵資已付

中華郵政台北誌
第580號執照
登記為雜誌交寄

發行人：黃達夫 | 主編：鄭春鴻 | 編輯：許昱裕、朱玉芬 | 攝影：華健淵
發行：和信治癌中心醫院 | 地址：台北市北投區立德路 125 號 | 電話：(02)2897-0011、(02)6603-0011
傳真：(02)2897-2233 | 網址：www.kfsyscc.org | 讀者投稿信箱：newsletter @ kfsyscc.org

本期要目

- ◆ 一個在小事上忠心的醫院
- ◆ 藝起玩劇，角色扮演樂趣多！
- ◆ 運動，剛剛好就好！
- ◆ 青少年沉溺手機，易患 ADHD

郵寄標籤黏貼處

和信時光

那曾經一起擁有的……

閃亮的日子

社會服務室主辦 2018 和信醫院兒青病友回娘家紀事

文 / 陳榮隆醫師 (小兒腫瘤科) 圖 / 朱玉芬 (文教部)



社會服務室社工師吳夏璇 (左二) 親切地為兒青病友解說遊戲規則。

從幾個月前，社會服務室吳夏璇就開始張羅這在暑假期間舉辦的 2018 兒科病友回娘家活動，會場在 B2 中央會議室，雖然只是簡簡單單的布置了桌遊場地和茶水，卻饒富深意，希望鼓舞經歷重症的和信醫院兒童及青年朋友，在面對重大挑戰之餘，得以改變心情、互相分享打氣。

想鼓舞正奮勇抵抗病魔的兒青

本來的想法是，這活動對現在正奮勇抵抗病魔的兒童及青年朋友，幫忙應該最大吧！但意外的是，好幾個原來報名參加、目前仍在治療期的，臨時因種種原因而取消。而活動當天仍住院的病人，一個發燒發冷還在鑑定是藥物反應還是感染失控、另兩位剛經歷開胸手術一在復健一正接受強化療、還有一位剛度過惡癌呼吸道食道阻塞卻正苦於化療副作用全身不適.....而唯一出席的，卻正是數周前的周末，遠從台東因鼻咽部肉瘤侵犯腦部而急搭飛機上來的祐祐。

10 歲小男孩祐祐緊急趕來治療

我記得那天是周五早上，拜和信醫院偏鄉醫療贊助活動之賜，收到駐點台東基督教醫院護理師雅欣連續的求助信件，希望幫忙安排初診斷惡性肉瘤的 10 歲小男孩祐祐上來治療，我審視了雅欣傳送的病情摘要，發現是由鼻咽部源發、延伸至多處鼻竇及眼窩、且破壞顱底骨頭、侵犯進腦部的碩大橫紋肌肉瘤，這需要緊急化學及放射線治療。秘書寶雪立即聯絡安排了周一住院，卻沒料到，週五下午雅欣又急電，病人神經症狀惡化，多處顱神經壓迫症狀急速加重，顯然腫瘤成長速度孔急，問可以周末就上來嗎？

我萬分愧疚的寫信取消原答應參加的該周六舉行的每半年一聚南部同學會，央請寶雪秘書重新聯絡安排、馬上跟放腫科蔡玉真醫師急通電話，確認周末我評估後即時開始化療，周一放腫科開始定位放射線治療，現在祐祐卻是病房最穩定的兒童。



看見和信醫院

一個在小事上忠心的醫院

住院期間，和信個管師、護理師、專科護理師、呼吸治療師。天啊，一堆師，很多師哦，都忙著跟我們做教導的工作。……

文 / 鄭春鴻主任 (文教部)



俊良開刀前地中海郵輪行 (與兒女)

鄭春鴻主任：我是因「生命手工書工作坊」先認識秀英然後再看到俊良的。請秀英談一下，妳看到的俊良，一個身體很好的人，突然發現得了一個這麼大的疾病。俊良在和信治療的整個過程，妳看到什麼？

吳秀英 (病人家屬)：我看到他很多改變。俊良雖然是一個好好的人，可是有一些不是很好的習慣。比如說，他個性很急，很

容易生氣。雖然不是對家人，而是對工作。他對工作求好心切。我不是他的同事，我看不到他在上班的樣子。可是聽來的都是他很「可怕」的。

鄭春鴻主任：對事情要求很嚴格。

吳秀英：俊良以前是伊甸基金會的執行長，背負幾千人的薪水。偶有發不出薪水的時

候，壓力很大，同事都很怕他。同事常用同情的眼光來看我，想說兇悍的男人背後的女人是不是很可憐呢？可是看到我又覺得不像，如果把朋友帶到我們家，那他們更是驚訝。我們家四個人，兩個小孩，俊良是我們家四個最弱勢的了。大概因為在家裡沒有讓他生氣的東西，而且大概家事就是小事，小事就我決定。

鄭春鴻主任：什麼是大事？什麼是小事？

吳秀英：都是我決定。

**壓力總是逃不掉的，
但是自己知道怎麼去面對**

鄭春鴻主任：癌症病人，生病前生病後個性是不是會有改變呢？

吳秀英：的確有改變，雖然他現在已經是

半職了。從主管下來現在是顧問，同事跟我講說他現在比較和善，有點慈眉善目了。另外他的生活起居也有很大的改變。比如說我們都會走很多路，早晚都會散步，一面走就會一面聊，有什麼煩憂的事情就會解脫一下。

鄭春鴻主任：俊良能不能告訴我們這些轉變的原因是什麼？

陳俊良：我自己在想可能改變的是知道我的癌症跟我的壓力關係很大，壓力當然來自工作環境。壓力總是逃不掉的，但是自己知道怎麼去面對，怎麼去看待壓力就很重要。是要繼續讓它變成更大的壓力，造成自己的困擾自己的疾病嚴重呢？還是開始要轉變。我心裡想，上帝既然存留我，沒有讓癌症變成不可收拾，簡單講沒有召我回天家，讓我繼續存活下來，是不是一方面要感恩，二方面要改變自己呢？這是



俊良開刀後第一年沖繩自由行

06.08.2016

我自己覺得最主要讓我改變的兩個理由。

肝癌腫瘤切除的傷疤是「恩典的記號」

鄭春鴻主任：你有秀英這麼溫柔的太太，你一定特別感受到癌病病人家庭支持的重要，你認為家屬要特別擔待癌症病人哪些事？

陳俊良：我從發病一直到現在快三年了，雖然我身上有肝癌腫瘤切除的傷疤，我也把它稱呼為「恩典的記號」，可是心情上，我好像沒覺得我是一個癌症病人，那這一點連我自己都很難理解。

吳秀英：「不知死活」，他真得是不知道事情的嚴重性。

陳俊良：大概是我的太太給我很多的支持，她並沒有把我當成很嚴重的病人，所以我就沒有感受到自己是很嚴重的病人，所以每天的作息生活都跟著她，步調就可以跟她一樣的健康。

吳秀英：可是他剛開刀出來的時候說彷彿如隔世。

陳俊良：是那一剎那。

鄭春鴻主任：形容一下開刀。



陳俊良：應該是一個理性上的自覺吧，就是我想這個刀如果失敗，我可能就回不來了，我預立遺囑的理性的行為也都做了。

吳秀英：連如何辦告別式都寫好了。

陳俊良：像詩篇所說的，耶和華是我的牧者，我並不至缺乏，祂引我經過死蔭的幽谷也不必怕遭害，又有一個理性跟信仰的結合，所以當眼睛張開來的時候，我覺得上帝果然讓我踏過個死蔭的幽谷，雖然我並沒有去看到天堂，可是經過了一個前後不一樣的時間，當他們告訴我開刀開了十幾個小時的時候，我覺得真是非常的感恩。

鄭春鴻主任：不過有時候當局者迷，秀英照顧俊良很好，他覺得很有安全感；可是秀英會不會發現他在言語舉止，或是性格上有哪一些改變，你怎麼樣去面對它。

吳秀英：俊良是肝癌嘛，書上說，肝癌通

常有三部曲應該是先 B 肝 C 肝，到肝硬化然後再肝癌，但是他完全都沒有。俊良沒有 B 肝也沒有 C 肝，莫名其妙就得了一個大腫瘤。他因為流鼻血，血流不止去急診，急診說是鼻血管破裂，那應該跟高血壓有關，他的確有高血壓，因為他急性，高血壓會高，好像以中醫來講，「氣死驗不到傷」。肝，就是「氣」，我知道他應該有很多的「氣」，很多的急，不管是公事。當然我們小家庭，核心家族是沒有什麼大事，但是家族，因為他是長子，背負這十幾年來的長輩住安寧病房，癌症，一個一個到天家的過程。長子的責任，兄弟姐妹很多，照顧者兄弟姐妹有在國內外，背負很多這一方面的壓力，他會說夢話他自己都不承認。

陳俊良：我們家有三個兄弟，我下面那個老二在十五年前就過世了，我剛要承擔父母照顧的時候他走了，老三從大二就為病所苦，所以他不但不能分擔照顧的責任，還成為我的責任。除了工作以外，我這麼十幾年來可能壓力來源就是我的原生家庭，台灣的習俗就是長子要承擔家庭責任。

吳秀英：我確實有感受到他的這一方面的壓力。

**我問盧俊義牧師，
台東的病人來要住哪裡？**

鄭春鴻主任：我知道你們在淡水有一個愛心棧，你們不是很富有的人，一般有一個

和信紫羅蘭關懷聯誼會 活動通知 主辦單位：和信紫羅蘭關懷聯誼會、乳癌學術研究基金會、和信醫院社會服務室（癌症資源整合中心）

第五次病友座談會活動通知

剛診斷為乳癌的妳，是否感到徬徨無助呢？是否想著該如何面對治療及生活的改變呢？和信紫羅蘭關懷聯誼會希望陪伴妳一起瞭解疾病、面對治療，歡迎妳參加和信紫羅蘭關懷聯誼會的病友座談會。

- 1. 活動對象：初診斷且於本院治療之乳癌病人。
- 2. 活動時間：2018/09/21 (五) 13:40-16:10
- 3. 活動內容：
- 4. 活動地點：本院 B2 中央會議室

13:40-14:00	報到	紫羅蘭關懷聯誼會活動志工
14:00-14:15	正念減壓	心理師
14:15-15:00	乳癌淋巴水腫生活預防	資深職能治療師 簡毓芬
15:00-15:10	茶點時間	全體
15:10-16:10	綜合討論	一般外科 余本隆醫師



◎備註：

- (1) 每次活動以 35 人為限，額滿為止 (2) 自備環保杯 (3) 如遇市政府宣佈停班，本活動即取消不另行通知
- (4) 請依下列任一方式報名：
 - (a) 門診或住院：請至 B1 癌症資源整合中心或社會服務室報名
 - (b) 電話：(02)28970011 轉 3954 陳怡樺社工師、3952 許庭瑄社工師，或傳真：(02)2898-5995
 - (c) 郵寄：11259 台北市北投區立德路 125 號 (B1 社會服務室)
 - (d) 網路報名：1. 和信官網→教學與研究→活動行事曆→線上報名系統→和信紫羅蘭聯誼會
2. 網址 <http://www.kfsyscc.org/research-and-edu/info/course/9701> 填寫報名表

房子，就會租出去，多多少少貼補家用，你們怎麼想的成立這個愛心棧？

吳秀英：應該是我主導的，這也是小事。我在私立學校教書，沒有月退，也沒有十八趴，但是有一筆退休金，我就想買個房租出去，給自己為自己賺月退好了。所以就拿退休金在淡水買了

兩間小套房，想租給淡大的學生，一個月也有一萬五千塊的收入。但是在第二、三年的時候，正好我住在台東的小弟來台北振興開脊椎，開完以後先來住我家，住了半個月後再回去，復原得很好，台東脊椎有毛病的朋友看了都說很好，所以就「相邀」也陸續來開刀。朋友開完刀就回去了，搭飛機也好坐火車也好，都會有奔波振動，我就跟小弟說，怎麼不就來住我們家呀，我們家還有一個房間，還OK呀？他說人家怎麼會好意思，根本也不敢開口，因為這樣子我就會想到，遠地來看病的人有這種住宿的需求。

我一直是盧俊義牧師查經班的學員，他都會講他在和信醫院的故事，又會講遠道而來求診的人的故事，正好和信醫院的護理師佩玲跟雅欣要去台東支援東基，台東的癌症病人會後送到台北和信醫院來。

我問盧牧師，台東的病人來要住哪裡？牧師告訴我：「沒有地方住啊！」我就想也許看看我那個地方適不適合，所以我就約這兩位護理師去看一下，就這樣，愛心棧就做了一年。一年後俊良生病了，我就從癌症病友的支援者變成家屬，成為家屬更能感同深受了。起先病友接待都是我自己跟



開刀後第二年北歐遊輪行

護理師聯繫，之後我自己去接待，約病友在和信或在捷運站再帶到愛心棧。但是房子住前住後要打掃才能接待病友，打掃的工作就都是俊良在做。

然後，我們也找到有支援，教會的姐妹提供一些物資，我就自己上FB去募，越作就越覺得這樣不夠專業，例如病友和我的時間若無法配合怎麼辦？比如說我在上課，但是要接癌症病友怎麼辦？還有安全衛生消毒等等問題，就覺得不夠專業，就會造成很大的焦慮。幸好後來知道伊甸也想要做這類接待陌生客旅的工作，只是一直沒有起步，既然我已經有一個開始了，這個流程有什麼問題我也大概知道，何不移交讓伊甸來接手？於是我就變成「愛租房東」，提供病友和家屬一個暫時落腳的地方，而我也就有餘力去關懷其他的事。

陳俊良：我們曾經跟消防隊紅外線的連線合作關心獨居老人，如果獨居老人有一段時間沒有通過那個紅外線，那消防隊就會主動打電話連絡關懷老人。其實獨居的癌症病人也有需要這樣的一個系統來協助他們。

吳秀英：所以後來我們就由伊甸把愛心棧的服務營運整套建立起來。

愛心棧，台北淡水各一家

陳俊良：十年前我還在執行長的任內，有一位重殘的殘障朋友，自己沒有結婚，他的父母也很早就過世，給他有個當遺產的房子，他自己評估說他要用信託的方式可能還要繳很多的手續費，還有經理人的開銷，就主動來找伊甸基金會說要捐房給我們。那時候，我們就評估認為說還是有些必須斟酌之處，萬一房價下跌或者他的餘命很長，就算他的房子捐給我們，我們要負責他的養老費用，包括他身後的事情，套用現在的老人福利政策的術語，他來找我們就是要談「以房養老」的附負擔捐贈方式，有別於現在銀行在做的「逆向房貸」。因為他沒有結婚也沒有後代，就讓我們誤打誤撞地開創一個很新的模式，包括捐贈者身後指定他這個房子做公益使用，所以我們就把他的房子也成立愛心棧，成為伊甸台北的第一家也是繼淡水之後的第二家愛心棧。

罹患癌症是一種懲罰嗎？

鄭春鴻主任：我想要問一個很內心的問題，像俊良長期的在伊甸這樣子做事情，然後承擔這麼大的責任。癌症的人有時會覺得罹患癌症是一種懲罰，「到底我做了什麼壞事，怎麼會得癌症？」俊良曾有這樣的想法嗎？你在得癌症的時候，你會不會想，我以前，為主工作這麼久，為什麼這種事情還會臨到我頭上呢？

陳俊良：我的信仰很早就告訴我們，「到底是他犯罪還是他父母親犯罪？」耶穌說都不是，是要他在身上顯現上帝的作為。伊甸的創辦人劉俠女士，她媽媽面對女兒的生病，長期照顧的痛苦，她們也問過相同的問題，可是這個信仰也是很奇妙的臨到了劉家以後，劉姐的一生很奇妙地成為大大影響台灣殘障福利的一個知名的作家。我跟她共事二十多年的時間，當然我們很自然的就不會去問「這個是一個因果報應？還是一個懲罰？」都不是，上帝有祂自己美好的旨意，所以我當初知道了自己得癌症，一則交託，請上帝按著祂的旨意去成就。連耶穌都是這樣子禱告的，我們也是這樣子。如果能夠渡過這個死蔭的幽谷固然是最好，否則就是早一點到天家。

吳秀英：我有另外的感受，我是感覺生病像是一扇門，你進了這個門之後你才會發現你還有些事情，有些什麼事可以改變的，所以我反而覺得他生了這場病以後，比如說現在伊甸很多事情就不會再找他煩心了，我反而覺得他可以放鬆，這是上帝的恩典，他不再被事情追著跑，它的服事比較有選擇性。背負過大的重擔而不能享受人生。生了這場病，我們反而可以有更密切的時間在一起看病，一起看診，一起做什麼的愛做的事，比較可以趴趴走，遊山玩水。

陳俊良：生病也是一個機會，對我來講，也是要學習放下，上帝既然讓伊甸存在那麼久，劉俠女士過世也十五年了，我交棒也繼續宣告主來看管，讓伊甸能夠傳承成長，並非一定要我，也是一種學習和釋放。



第三年(今年)北九州鐵道自由行(與女兒一家)

住院都護理師幫他擦背， 不用假手我們

鄭春鴻主任：談談和信醫院，是俊良來了以後秀英才開始接觸和信醫院的嗎？

吳秀英：之前，我就是跟社工師、護理師因為愛心棧的事情有接觸，後來碰到社工師，他們說妳怎麼在這裡？我說我現在變成病人家屬。

陳俊良：應該是透過盧俊義牧師，開始跟和信結緣。

鄭春鴻主任：俊良來和信以後，你們看到了什麼？

陳俊良：和信的環境及設施，某種角度講

不像個醫院，一般醫院鬧哄哄的，人進人出的。上次我來開刀的過程裡，護理師竟然可以只讓家屬在旁陪睡而不需要做事，我們在別家醫院，家屬都要承擔很多護理工作，例如清理導尿管等等的，但是在和信是不用的，非常的專業。

吳秀英：我只要跟著看就可以，跟著學就可以了。我覺得和信醫院讓家屬減少了很多的焦慮，因為家屬照顧病人，萬一弄不好病人還感染，家屬會焦慮啊，但是在和信，我只要陪他走路，只要陪他散步，看他呼吸有沒有練習好，就做這些，不用去管他的傷口，或是拔管的地方貼膠布用酒精清除乾淨，都不用假手我們。住院期間都護理師幫他擦背，我會問護理師，為什麼連這些事妳們都不讓我做。護理師就回我說，要是你們家屬擦不乾淨，那個地方

就會發癢，的確！我自己也有開刀過，剖腹產，傷口附近如果沒有擦乾淨會癢，她說如果病人發癢，他就睡不好，睡不好就恢復得不好，真的，他都睡得很好，而且還很貼心。

在和信，都會為手術病人穿內衣褲

還有，開刀都只穿手術衣，裡面全部都空空的對不對，即使不是那個部位開刀也都是空空的，但是在和信，都會為病人穿內衣褲，真的這一點好貼心哦，而且不是一穿就算了，都會換，真的是好貼心，我都好感動。

出院前，她還教我們要怎麼做，一般醫院都是批哩叭拉就講完了，我來不及做

MEMO，也來不及做資料。和信的護理師會說：「請你這樣跟我做，請你那樣跟我做，然後還在紙上1 2 3都標好順序，有一個 checking list，請你這樣跟我做」我就跟著做了一遍，好，我們再來一遍，我說我回去會慌，問清傷口要怎麼弄，怎麼貼繃布，她們都會一再示範，讓我們完全放心，壓力的減輕非常大，超感動的。
鄭春鴻主任：我聽了也很感動。

個管師給我名片， 回家隨時可打電話來問問題

吳秀英：住院期間，和信個管師、護理師、專科護理師、呼吸治療師。天啊，一堆師，很多師哦，都忙著跟我們做教導的工作。



頭頸癌病友支持團體

頭頸癌及鼻咽癌多科整合診治團隊、
社會服務室、癌症資源整合中心 敬邀

親愛的朋友，您好：您希望認識一群與您相似疾病的朋友嗎？當生病時，難免徬徨焦慮不安，本院醫療團隊了解您的心情，因此辦理病友支持團體，讓病友和家屬們彼此認識，彼此分享經驗及吸收醫療知識，互相鼓勵面對未來，很期待您的參加喔！很歡迎口腔及咽喉癌等相關癌症病友也來參加喔！

◎活動時間： 1) 2018/9/8(六) 上午 09:30~12:00 2) 2018/12/15(六) 上午 09:30~12:00

◎活動地點：本院地下二樓中央會議室（進餐廳後左轉）

◎電話報名：02-28970011 分機 3959 林玳玳社工師 或 3953 吳夏璇社工師

◎活動內容：

時間	內容	主講人
09:15 ~ 09:30	報到	社會服務室
09:30 ~ 10:00	1)09/08 日常構音運動 (請攜帶隨身小鏡子) 2)12/15 病友保健運動	1) 09/08 賴保元 語言治療師 2) 12/15 復健科物理治療組、廖清彬 組長
10:00 ~ 10:30	Q & A	1) 09/08 賴保元 語言治療師、 耳鼻喉頭頸外科 滕宣德醫師 2) 12/15 復健科物理治療組、廖清彬 組長 放射腫瘤科 蔡玉真醫師
10:30 ~ 12:00	當我們同在一起 ~ 自我介紹、經驗分享	林玳玳、吳夏璇社工師

和信醫院 Face Book 粉絲團成立囉!!!

快來按個讚！您就可以獲取本院及醫學的最新訊息！





全家福

個管師第一次來就要排開刀，開刀前要做的準備，要做什麼血管攝影.X光一大堆，不是我們去排檢櫃台排，我真的是非常的驚訝！個管師叫我們坐在那裡，他就坐著打電話，一個一個排，排好，幾點到幾點做什麼，明天早上再來做什麼。

陳俊良：和信醫院非常以病人為中心，以病人為尊的文化，我覺得真的是非常不簡單。和信團隊醫療的文化很強，這是我們在別家醫院所看不到的。

吳秀英：不只這樣，就是回家之後，如果想到什麼問題，個管師給我名片，隨時可以打電話來問，我想到什麼問題，因為也有親友七嘴八舌的說現在有一個什麼刀法，不是只有傳統刀法，什麼內視鏡等等，好多名詞哦，資訊也一直進來，家屬也有壓力，我也不是那麼懂，那怎麼辦呢？

就打電話問個管師，她都會幫我解釋的清楚，讓我可以很清楚的回給家族親友，很篤定我們就是要這樣子做，不會錯。

看到和信醫院的同事 任何小事都非常忠心

鄭春鴻主任：病人跟家屬都一再告訴我，我們同事是多麼優秀，做了多少事情，其實我也是親身經歷，也都是看到他們在小事上忠心，任何小事都非常忠心。

吳秀英：像我是學經濟學，教經濟學的，大家都在講[劣幣驅逐良幣]，這個是多少年不變的格來歆法則，但是我在和信看到的是[良幣驅逐劣幣]，在這裡把這法則推翻了，在和信我看到的是一個比一個優秀，一個比一個善良，可能是大家彼此互相感動著。■

2018 為 愛 出 發

和信癌症月系列活動

07-08月 腸癌月

09-10月 乳癌月

11-12月 肺癌月

乳癌月活動

活動日期	活動名稱	參加對象	活動地點	活動內容說明
9/3-10/31 全天候	【一本讀通乳癌】 乳癌防癌教育展	一般大眾 病友及家屬 自由參加	醫療大樓 B2中庭	精選《一本讀通乳癌》內容，以開放式讀書會形式與大眾分享，提供最專業的治療與預防知識給你。 ◎填寫學習單可至B1癌症資源中心換取小禮物。 ◎優惠購書請洽本院一樓"卓斐斯caf"。
9/11-9/12	中秋採GO趣	一般大眾 病友及家屬 ※報名參加	醫療大樓 B2中庭	但願人長久千里共嬋娟!!中秋節前夕邀請各樣好物來院擺攤，讓來院病友及家屬暫拋煩擾，盡享熱鬧購物樂趣。豐足平安過中秋!
9/21(五) 10:30-12:30	【生命故事書】 手工書友見面會	一般大眾 病友及家屬 ※報名參加	醫療大樓 B2中央會議室	話畫生命故事，書寫人生點滴，回顧是為了未來美好的瞻望。在這裡，我們一起分享人生故事增長人生智慧；在這裡我們一起發現希望發現愛!
9/21(五) 13:40-16:10	【和信紫羅蘭】 病友座談會	病友及家屬 ※報名參加	醫療大樓 B2中央會議室	和信紫羅蘭病友團體，和信乳癌姐妹永遠的娘家!!你不是唯一得乳癌的悲慘女子，走出來聚會，讓專業醫療團隊與姐妹陪伴你，一起認識疾病和治療，找出生命的缺口，再創美麗的第二人生。
9/27(四) 14:00-16:00	【抗癌這樣吃】 營養實用之愛汝篇	一般大眾 病友及家屬 ※報名參加	醫療大樓 B2中庭	本院營養師團隊，現場講授抗癌飲食觀念與實作課程。
10/5(五) 13:45-16:00	【治療後病人系列講座】 認識乳癌復發之可能徵兆	病友及家屬 ※報名參加	醫療大樓 B2中央會議室	本院乳癌整合診治團隊余本隆醫師，深入淺出解說乳癌的治療副作用和癒後問題，面對面回答您的提問，一起面對乳癌的面面觀，讓你的健康長長久久!
10/11(四) 14:00-16:00	【樂活人生】 保養及化妝修飾技巧篇	一般大眾 病友及家屬 ※報名參加	教研大樓1樓 101教室	由資生堂社會關懷美容中心專業美容講師，針對因治療而有肌膚暗沉、黑眼圈、斑點及眉毛脫落困擾的人士，提供化妝修飾技巧及實作課程。
10/22(一)	【國際乳癌日】 為愛出發。愛汝園遊會	一般大眾 病友及家屬 ※報名參加	醫療大樓 B2中庭	配合國際癌症日，特別邀請乳癌姐妹舉辦「為愛出發園遊會」。集結：美麗人生(束衣小舖)、藍天時尚紋眉、資生堂美容、水晶美甲、胸衣襯墊縫製小工作坊、美味食堂(小太陽烘焙)……等各方好物。因癌得愛，盡享採購的嘉年華會。
10/27(六)	【和信登山隊】 最好抗癌處方： 七星山爬山趣	一般大眾 病友及家屬 ※LINE報名參加	陽明山	10/27特邀陳啟明副院長親自帶領攀登七星山!千載難逢別錯過此機會! 和信登山隊逢周六或周日定期舉辦郊山或百岳爬山活動，不定期舉辦國內外旅遊，活動詳見和信登山隊/鐵騎隊LINE群組公告

報名方式

- 1.親自報名：親洽B1癌症資源整合中心或社會服務室
- 2.電話報名：(02)2897-0011分機3957癌症資源整合中心 或 3959林玳玳社工師





醫院與戲劇

藝起玩劇， 角色扮演樂趣多！

在角色的扮演與創作上，可以體驗過往未有的經歷。有的人結合生命的經驗與重量，扮演著與自身重疊的角色；有的人創作前所未有的嶄新人生……

文 / 安妮 圖 / 華健淵

本院「藝起玩劇」系列活動，是由北藝大藝術與人文教育研究所所長容淑華副教授與舞蹈教育博士王筑筠老師特別為本院病人的身、心、靈所策畫的戲劇活動。

戲劇內容，在於引領參加學員去扮演各種角色，以能對自己有更多的自我認識，並拋開現實生活的壓力和束縛。其活動內容更是充滿著溫馨、活潑和歡樂的笑聲。讓一群互不相識的人，在參與活動後，變成一群互相扶持的好夥伴，似家人般的親密關係，這就是「藝起玩劇」活動的魅力所在。

今年4-6月活動主題為「夢想的家」，

活動一開始，容老師引領學員畫出自己夢想中的家，在繪畫與發想的過程中，大家自然而然的流露出自己對家的渴望，以及對家的心底期盼。

有位學員想要與朋友悠閒喝茶的下午茶空間；有位學員想要與家人一同享受烹飪樂趣的廚房；有位學員想要保持身體活力與健康的健身房；有位學員想要有眺望遠方，心曠神怡的美麗觀景台。

無論是追求與朋友一同樂趣，或與家人共度時光，或是身體的健康，或是心靈的平靜，皆透過「藝起玩劇」的「夢想的家」主題活動，將所有學員對家的夢想，



串聯成一個夢想的社區。

在角色的扮演與創作上，可以體驗過往未有的經歷。有的人結合生命的經驗與重量，扮演著與自身重疊的角色；有的人創作前所未有的嶄新人生；有人得到幸福，有人得到喜悅，有人得到療癒。角色的扮演與創作，在於體味人生五彩繽紛的夢想。

雖然學員所扮演的角色各不同，但有一個共同點就是將此次活動扮演角色的過程，綴成回憶，化作人生旅程的寶貴資產。

我想戲劇之所以迷人，在於它表演的當下，稍縱即逝，像似每一次誕生的過程，駛向結束的終點站，又如煙火般絢麗奪目，在時空中雖短暫的停留，卻留下永恆的美麗回憶。

「藝起玩劇」活動，讓我明白，戲劇不是那遙不可及的專業化，它是不需要專

業的訓練，也不需要相關的戲劇背景，而是一種非常的生活化，每個人都能參加，可以盡情享受它帶來的無限樂趣。

邀請所有朋友有空逗陣來參加「藝起玩劇」活動，它可以享受戲劇的樂趣，又可以扮演不同的角色，啟航新的人生觀。



健康快訊

運動，剛剛好就好！

所有運動類型都與心理健康負擔下降相關。對於大眾團體運動和每次運動 30 至 60 分鐘、每週 3 至 5 次的運動，觀察到的相關性最強，也就是最好的。但超過 23 次／月或每次超過 90 分鐘的極限範圍運動卻與較差的心理健康有關。.....

文 / 于思 綜合報導

根 據一項新的大規模研究，特定類型、時長和頻率的運動在改善心理健康方面可能比其他活動更有效。這項發表在「柳葉刀精神病學」期刊 (The Lancet Psychiatry) 上的研究的一部分調查了美國超過 1200 萬成人的運動習慣。

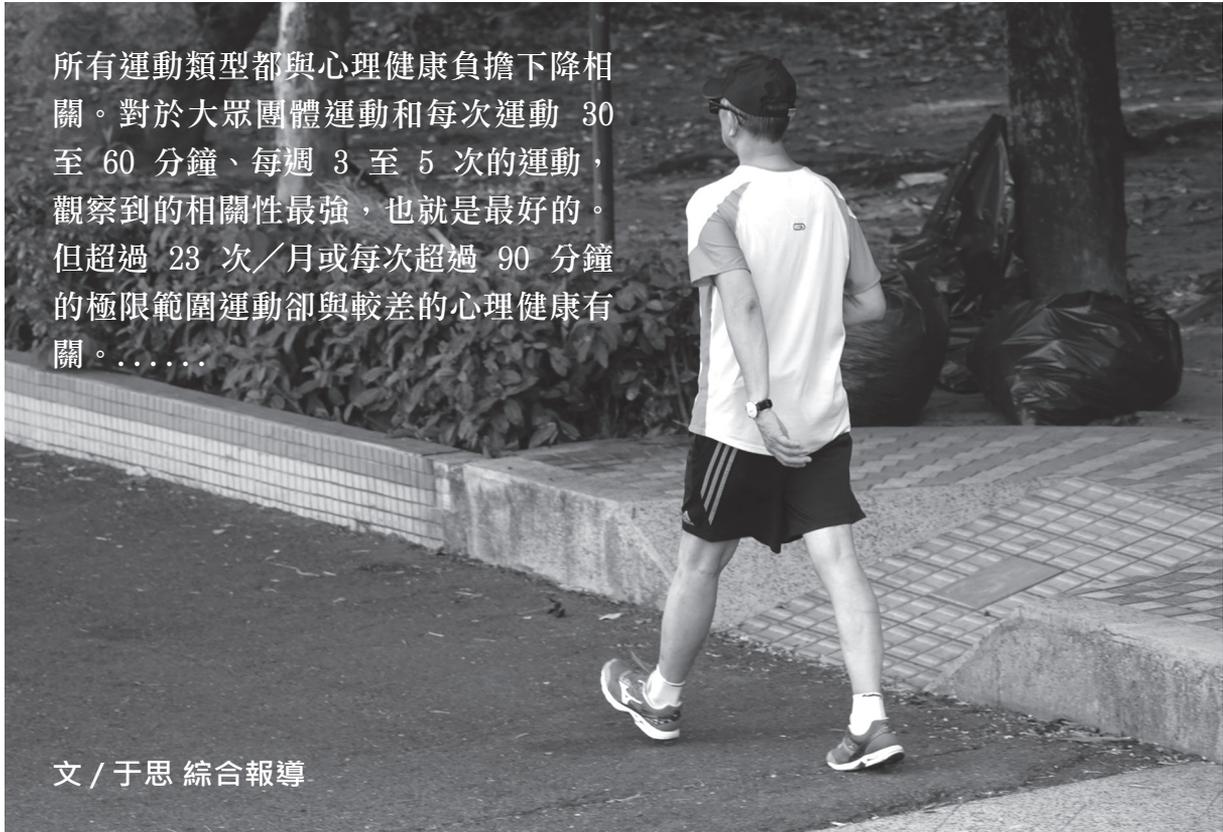
研究者們分析了 2011 到 2015 年間疾病控制和預防中心收集的來自行為風險因素監測系統調查的資料。他們之後比較了運動和不運動個體之間自我報告為差的心理健康的天數，還使用對潛在混雜因素進行調整的回歸方法調查了運動類型、時長、頻率和強度的影響。

所有運動類型都與心理健康負擔下降相關。對於大眾團體運動和每次運動 30

至 60 分鐘、每週 3 至 5 次的運動，觀察到的相關性最強，也就是最好的。但超過 23 次／月或每次超過 90 分鐘的極限範圍運動卻與較差的心理健康有關。可見，運動要運動到剛剛好，過度運動反而可能弄壞心情。

作者們說，特定類型、時長和頻率的運動在減輕心理健康負擔方面可能是比其他更為有效的臨床目標，值得進一步研究。

在這項研究中的 1200 萬個人，較同類迄今為止的最大規模的研究。在具有代表性的美國樣本中發現，運動與減少自我報告的精神健康的負擔，在一系列的社會人口相一致的效果有關特徵，包括年齡，



種族，性別，家庭收入和教育水平。

基本上，所有類型的運動都比不運動者為佳。

過多運動並不總是更好的

運動是已知與死亡的風險降低，心血管病，中風和糖尿病有關，但它與心理衛生之間的關係，過去仍不清楚。這像大型研究是考察大樣本中運動和心理健康負擔之間的關聯，並更進一步地了解運動類型，頻率，持續時間和強度的影響。

該研究從 2011 年，2013 年，和 2015 年美國疾病控制和預防行為危險因素監測系統調查數據中的 1 237 194 人中分析了年齡在 18 歲以上的年長美國人的運動習慣。得到以上的結論。在一個這麼大的美國樣本，體育運動是很風行的、有意義的，它與心理健康負擔及壓力有關。但過多運動並不總是更好的。具體類型，期限和運動的頻率可能會減少心理健康負擔，值得介入研究。

運動降低心理壓力

運動是已知與死亡的風險降低，心血管病，中風和糖尿病有關，但它與心理衛生的關係，過去仍不清楚。本研究目的是考察大樣本中運動和心理健康負擔之間的關聯，並更進一步地了解運動類型，頻率，持續時間和強度的影響。

運動與一些健康的好處有關，包括降低總死亡率，以及改善肌肉骨骼健康和壓力調節；並減少心血管疾病，肥胖，中風和癌症的風險。也可以有效改善輕度和中度憂鬱症。不過，怎麼做運動，如頻率，

強度或其他特性的持續時間，涉及到心理健康以及如何運動頻率或持續時間的變化。個人應該選擇自己喜歡的運動，才能使運動增加持續性等。

常運動者一直與不運動者相比較，有較低的抑鬱症狀。運動是一種有效的治療，對憂鬱症者而言，它可以成為單獨或一種輔助的能力，不過，研究指出，運動和憂鬱症的分析雖然包括 89894 人，但沒有足夠探索性的結果，對持續時間，頻率的各個參與者層面的影響之評估。

現在憂鬱症是全球疾病負擔的主要原因之一，迫切需要確定哪些辦法可以改善憂鬱症心理健康的負擔，找到了答案，就可以證實人口健康運動的目標，以減輕憂鬱症的健康負擔，統計出這一系列的社會人口和身體健康的特點。

本研究很仔細地調查參與者的運動行為，比如，它門會被問到：「在過去的一個月裡，你有沒有參加任何體育活動或運動，如跑步，健美操，高爾夫球，園藝，或步行運動？」如果回答有，則接著被問：「在過去一個月中，你花多少時間在什麼類型的體力活動？」研究列出共有 75 種運動的樣品。

這項研究依賴於參與者自己在某月的心理健康評估的負擔，不使用結構化面試或標準化評定量表來判斷心理健康負擔。雖然使用的參與者報告結果的有很多優點，我們不能夠涉及目前的精神狀態（例如，由患者健康問卷或漢密爾頓抑鬱量表測量）行使這種方法。這一結果提供了廣闊的洞察患者的感知的心理健康狀況，但它排除的總體負擔的具體貢獻，如抑鬱症，焦慮或壓力的識別。■

健康新知

青少年沉溺手機， 易患 ADHD

注意缺陷 / 多動障礙 (ADHD) 是一種通常在兒童中發病的神經發育 (與大腦功能有關) 疾病。它可以持續到成年。症狀包括難以專注或關注、過量的運動活動 (如坐立不安) 以及難以控制的衝動行為。……

文 / 烈堂 綜合報導

法國國民議會今年 6 月通過法案，禁止 15 歲以下的公立中小學孩童在校園內使用手機，以改善學童上課專心度，並且避免孩童過早接觸色情。這項法案是馬克宏競選總統的政見之一，並得到了社會及政府的支持，預計將在今年 9 月實施。

法國政府從 2010 年就已立法禁止學生在學校規定的場所使用手機。這項法案旨在讓學童安心學習，避免讓孩童接收到色情或暴力資訊，在不對的時間及場合使用手機，也可能導致學童染上手機上癮症。

法國禁止中小學孩童 在校園使用手機

法國教育部長布朗凱 (Jean-Michel Blanquer) 表示，不僅培養孩童學習專注力，有些孩童在休息時間也會過度沉溺在智慧裝置前，就連下課時間都不和同學出去玩耍，只盯緊手機螢幕，失去了建立人際關係的機會。學生們對此似乎很不能適應，反映學校的操場太小，遊戲項目不夠

多。不過家長對此卻表示當相歡迎。根據統計，法國 12-17 歲的孩童中，擁有智慧型手機的人高達 93%。另一項數據顯示，學校裡有 40% 的懲處都和手機有關。

JAMA 新研究： 頻繁使用智慧型手機與 ADHD 相關

最近發表在 JAMA 的新研究，對於法國在校園禁用手機，提供了有力的醫學證據。研究顯示，頻繁使用如智慧型手機的數位媒體與青少年未來的注意力缺陷 / 多動障礙 (ADHD) 症狀相關。

這項研究調查了 3,051 名青少年使用 14 種不同現代數位媒體活動的情況和 18 種。495 名高頻率媒體使用的學生在整個隨訪期中出現 ADHD 症狀的平均比例是 4.6%，而 114 名報告；7 項高頻率活動的學生中為 9.5%，51 名報告；14 項高頻率活動的學生中為 10.5%。

ADHD：難專注或關注、 坐立不安、難以控制衝動行為

注意缺陷 / 多動障礙 (ADHD) 是一種通常在兒童中發病的神經發育 (與大腦功能有關) 疾病。它可以持續到成年。症狀包括難以專注或關注、過量的運動活動 (如坐立不安) 以及難以控制的衝動行為。雖然大多數兒童有這些問題，但有時候作出診斷時，這些症狀比預期的兒童年齡和發育水準的症狀更嚴重和持久。瞭解注意缺陷多動障礙是一種生理狀態，而不是由於父母職責不到位或兒童故意的不良行為造成的。注意缺陷多動障礙有不同的亞型。有些人有活動過度和衝動，以及注意力集中障礙；其他人的主要症狀是注意力不集中。雖然他們可能會靜靜地坐著，然而這樣也不能在他們需要的時候 (例如在學校上課或做功課) 集中注意力。在這些人當中，可能會錯過或延誤注意缺陷多動障礙的診斷。

注意缺陷多動障礙的症狀

注意力不集中、專注障礙、不注意細節或粗心犯錯、分心或容易厭倦、健忘和丟東西、不能完成任務、白日夢、活動過度、煩躁和不安、多言、情況不適應、來回跑動或移動、衝動、急躁、經常插嘴、做事前不考慮等。

通過一起評估幾個症狀的頻率和嚴重性，以及病人是否像預期的那樣能夠正常上學、工作或與其他人相處，可確診注意缺陷多動障礙。為了使診斷有意義，症狀必須在 7 歲以前開始，出現至少 6 個月，且不存在另一種原因。兒科醫生或心理健康醫生將要瞭解病人在家裡和學校的行為以及學習或工作的情況。可能會導致類似症狀的其他問題包括聽力或視力障礙、學習障礙、對困難事件 (如父母死亡或父母

9月11-12日

9:00-17:00

和信治癌中心醫院 B2中庭

105%手工餅乾
旺陞貿易有限公司
樂兒美有限公司
好市多 (北投)
鑫彥國際有限公司
潘雅翎
中興洋行
後頭厝廚房
蔡明坤
憬諭國際有限公司

貝絲特國際貿易有限公司
映象國際商行
湘妹子滷味
薔薇食品有限公司
靈益國際有限公司
祥煥貿易有限公司
人來瘋企業社
匯霖國際股份有限公司
媛芝手工廚房
聖旻企業社



職工福利委員會
邀請您 共襄盛舉!

離婚)的臨時反應。

ADHD 的治療 最常用的藥物是興奮劑

有些人對藥物的反應良好。最常用的藥物是一種興奮劑。儘管這似乎很奇怪，但興奮劑有助於大腦各部分集中注意力和抑制衝動。有許多不同類型的興奮劑，病人接受一種興奮劑的療效可能優於另一種。副作用包括食欲下降、睡眠問題或頭痛和胃痛。醫生也會對一些更罕見的副作用進行觀察。行為治療可能對某些病人有效。無論是用於注意缺陷多動障礙的藥物治療還是行為治療，都可幫助病人控制症狀以及幫助病人獲得成功

並沒有科學證據表明飲食治療(如限制攝入糖)有效。ADHD的預後發現，活動過度隨著年齡的增長減輕。其他情況下，直到青春期或成年期才確診，儘管疾病始於兒童期。研究確定根本原因(包括基因或大腦發育的潛在作用)可能會導致新的治療方法。大多數患有注意缺陷多動障礙的病人可以進行獨立、富有成效的生

活。

青少年和青年抗精神病藥使用增加

2015年9月，發表於《JAMA Psychiatry》的一篇文章考察了美國年輕人抗精神病處方藥的使用的趨勢和模式。儘管對於年輕人抗精神病藥物治療的擔憂日益加劇，但是對抗精神病藥物在美國使用的趨勢和模式仍瞭解甚少。

這項研究在描述美國年輕人抗精神病處方藥模式，重點在關注年齡和性別。研究在年齡在1至24歲患者的抗精神病藥處方進行一項回顧性、描述性分析。該資料庫中納入了約60%的美國零售藥店的銷售資料。校正共同特性以將評估結果外推到整個美國人群。

研究發現，2006年至2010年，青少年和青年人的抗精神病藥使用增加，但是12歲或12歲以下兒童的抗精神病藥使用並沒有增加。青少年(尤其是男孩)抗精神病藥的使用高峯值及臨床診斷模式與管理生長發育中限制性衝動和攻擊行為一致，而並非與精神病症狀一致。■

2018年9月份 病人與家屬團體衛教 歡迎踴躍參加

時間	衛教名稱	地點
09/05(三)09:00~09:30	手術室作業流程與介紹	二樓加護病房家屬休息室
09/05(三)10:00~10:30	1. 糖尿病足部護理 2. 認識肺結核	一樓醫學門診等候區
09/12(三)10:00~10:30	認識腫瘤急症	地下一樓第五門診等候區
09/17(一)13:30~14:00	無線電頻率燒灼術	一樓超音波等候區
09/19(三)19:00~19:30	手術前準備和須知	四樓外北病房家屬會客室
09/27(四)10:00~10:30	癌症飲食需求	六樓電梯旁交誼廳

文接第 2 頁

不離不棄的真愛鼓舞了小峰

這次活動，小峰帶著他的妻子特別從南部來參加，五年多前他從南部醫學中心轉來時，正苦於轉移癌症造成的劇烈後腦杓疼痛、半邊舌頭腫脹麻木、眼睛突感刺眼強光等症狀，又因強化療引起幾乎致命的感染，加上轉移性復發的縱膈腔非精索惡性生殖細胞瘤 (mediastinal non-seminomatous germ cell tumor) 解救率是極低地，他的心情是極度低落地。當時是女朋友的現在太太就展現共患難且不離不棄的真愛，這鼓舞了小峰在兩個月內完成三度骨髓臟滅式的高劑量藥物轟炸，成為和信醫院首位接受三重連續幹細胞移植術的病人，他奇蹟式的成功治癒，帶動之後我們以同樣方式解救了另兩例類似病況的惡性生殖細胞瘤年輕人，現在他們有情人終成眷屬，已成為和信醫院的一段佳話！

同心協力對抗病魔、併發症、還有天災

小彥、小莊、小傑這三位同樣曾罹患頑固復發型急性淋巴性白血病的兒青也來參加，他們分別是在 15、13 及兩年前毅然決然一拚非親屬幹細胞移植，小彥和小傑還同樣在移植前就有嚴重腦白質病變，他們分享彼此對此併發症的擔憂和處理經驗，而小莊則因嬰兒期移植時接受全身照射，身體發展受到極大限制，卻藉由家人及自發性的自我訓練，學校成績優異，還彈得一手好鋼琴。小莊說爸爸常提到移植時碰到病房洪水的往事，我興沖沖的說這件事在我腦海中仍歷歷如繪，那次碰到的

好像是威力強大的龍王颱風，在颱風肆虐整夜後，隔天一早，上班的道路阻斷，本來住家與醫院中間那片森林，一夕之間整片被吹走，只剩零零落落的枯枝，我把除濕機用車子載著迂迴穿過殘破森林新生的「路」到醫院，看到小莊爸爸正捲起袖子在處理積水.....。而小傑剛移植完時，因急性排斥全身像大火紋身，當時被拍照到如今還耿耿於懷，說被強拍裸照；我笑說你現在復原的皮膚特別的細緻有美感，足以拍寫真集了！

這段一起同心協力對抗病魔、併發症、還有天災的趣事，有如冰雪中的陽光，每次回想仍閃亮在心靈深處，感受到溫暖和喜悅。

經歷各種風霜雨雪、以浴火鳳凰重生

回來參加的還有戰勝雙癌且歷經三次移植的欣愉，努力用功並獲得總統教育獎的殊榮。兩次的異體移植對抗惡癌的宏偉及小諭，一位已成為優秀的國家公務員，在偏鄉造福人群，一位本就天資聰穎正努力學業，必將成為棟樑之材。而十三年前組織球疾病傳統治療失敗，轉移骨、肝、骨髓，靠臍帶血移植重生的小銘，現在正進入青春期，原來童言童語，這次見到，講話變得非常有深度有條理。而身高超過 190 的小弘，一年多前還在與由喉部長出的惡性肉瘤搏鬥，當時因擔心吞嚥與發聲會嚴重失能，差點失去信心，這次講話清晰且充滿自信了；另外我們治癒率百分之百的罹患各式再生不良性貧血的兒童及青年，這次只有小旭姐姐代表參加，他是由非親屬移植成功解救的小文介紹來的，而小文已結婚生子，小旭也從小小孩現在長



得比我高了……看著這些成長的兒青，內心百感交集，很高興這些經歷各種風霜雨雪的兒青朋友，現在個個都有如重生的浴火鳳凰了！

吳夏璇幫忙很多病人度過難關

太多太多忘不了的一起奮鬥的往事，我瞥見夏璇又忙著接電話，即使在這活動當中，還有很多需要她幫忙的事情，我記得這段時間夏璇還忙著申請小倩的高額免疫治療標靶藥物及相對應檢測的費用補助、還有幫忙剛考上大學全聾又嚴重肢體失能的小恩持續申請已用罄的標靶藥物補助款……，這些林林總總的雜務一定夠她煩惱的，但她臉上始終掛著笑容！

八千里路雲和月，形槁力竭終不悔

這次半年一次的南部同學會（我們戲稱為華山武林大會）因故無緣參加，當時第一時間寫信告知同學，「人在江湖，身

不由己！」卻沒想到，喜好吟詠古詩專程由國外遠道回台南參加的同學回了一首抱怨詩：

戰鼓咚咚聲聲催，策馬揚塵鞭蹄歸，
八千里路雲和月，形槁力竭終不悔。
為赴華山同論劍，西窗共剪把憶追，
八大門派皆列位，不料……唉！
北僧開溜又一回。

我很懷念年輕時與同學一起經歷的美好時光，年近耳順，八方好友相聚何其難得，暢談往日風華是人生一樂，卻任任務纏身，不禁傷感，自許為高擁偏門絕學「獨孤九隼」的佛門高僧，曾經硬拗舉辦此聚會的我只好慚愧的回了一首，解釋未能參加之殘念：

老僧深陷天龍套，急難救苦戰鈴召，
江湖欲撤天不撤，劍氣華山路迢迢。
九隼空轉刀遠掃，十難九清未得逃，
稱頌貴人人不貴，阿咪陀佛……唉
但留孤僧獨嘮叨。

我們曾經擁有那閃亮的日子

這次「病友回娘家」活動，多少彌補此次未能與老友暢談的遺憾，腦海不由自主響起年輕時喜歡的歌〈閃亮的日子〉

「……你我為了理想，歷盡了艱苦，
我們曾經哭泣，也曾共同歡笑。
但願你會記得，永遠地記得，
我們曾經擁有，那閃亮的日子。」

是的，一起攜手努力的日子，即使經歷烏雲滿布，但已在心靈深處灑落溫煦的陽光，我會永遠地記得，那段一起閃亮的日子。■

本院提供癌症篩檢 為您的健康把關

乳房攝影檢查 持健保卡 / 免費

- 報名資格：(1) 年滿 45-69 歲婦女，兩年內未做過乳房攝影檢查者
(2) 年滿 40-44 歲且二等親以內血親曾患有乳癌之婦女，兩年內未做過乳房攝影檢查者
- 報名方式：當日現場報名，現場檢查；或預約檢查日
- 報名地點：婦女門診服務櫃檯（地下一樓）
- 篩檢時間：週一至週五：09:00 ~ 16:30
- 篩檢方式：乳房觸診及乳房攝影檢查
- 篩檢地點：婦女門診（地下一樓）

大腸直腸癌篩檢 持健保卡 / 免費

- 報名資格：年滿 50-75 歲，兩年內未做過糞便潛血免疫檢查者
- 報名方式：現場報名，現場領取糞便檢體盒
- 報名地點：中央櫃檯（地下一樓）
- 報名時間：週一至週五：09:00~20:00；週六 09:00~17:00
- 篩檢方式：糞便潛血免疫檢查
- 檢體收件地點：病理檢驗部（地下一樓）
- 檢體收件時間：週一至週五：08:00~17:00；週六：08:00~12:00

口腔黏膜篩檢 持健保卡 / 免費

- 報名資格：(1) 18 歲以上至未滿 30 歲嚼檳榔之原住民，兩年內未做過口腔黏膜檢查者
(2) 年滿 30 歲並有嚼食檳榔或吸煙者，兩年內未做過口腔黏膜檢查者
- 報名方式：當日現場報名，現場檢查；或預約檢查日
- 報名地點：中央櫃檯（地下一樓）
- 篩檢時間：週一、週三、週四、週五：13:30~16:30
- 篩檢方式：視診與觸診
- 篩檢地點：口腔醫學門診



和信醫院
電視台節目表

多數節目影片可於
YouTube 網站 Kf
Syscc 頻道點閱，
敬請多加利用！



第一輪	影片名稱與內容	長度
08:30~08:35	【宣導影片】健康存摺手機快速認證步驟	5 分鐘
08:35~08:45	【積極面對乳癌】乳癌手術前衛教	10 分鐘
08:45~08:55	【政府公播】健康存摺宣傳影片	30 分鐘
08:55~09:25	【和信時間】和信病人平台 APP	3 分鐘
09:25~09:45	【午餐音樂會】凱宥 key 樂團	30 分鐘
09:45~10:15	【檢查須知】大腸鏡檢查 - 注意事項	30 分鐘
10:15~10:25	【環境與流程介紹】全麻病人準備流程環境介紹	10 分鐘
10:25~11:05	【特別節目】藝起玩劇	30 分鐘
11:05~11:25	【關心時間】臍帶血保存 定型化契約	20 分鐘
11:25~11:35	【病情告知】知道愛 - 國民健康署	10 分鐘

本台於院內第 98 頻道播出，歡迎收看。

實踐以病人為中心的理念

為了幫助病人，我們才在這裡

和信治癌中心醫院

醫院精神

使命：尊重生命，培育優秀專業人才，為癌症病人提供最先進的實證醫療。

願景：與世界級癌症中心並駕齊驅。

核心價值：一切以病人的福祉為依歸。

工作準則：病人安全 (patient safety)；提供有效益、有效的醫療 (effective and Efficient care)；因病人而存在的 (patient-centeredness)；適時地提供服務 (timeliness)；一視同仁對待病人 (equity)

本院為非營利的公益醫療機構

改造病人的生命：

辜公亮基金會和信治癌中心醫院是一所非營利的公益醫療機構，我們的終極目標不是「利潤」，而是「改造的生命」(changed human life)。醫學是最貼近生命的實用科學，癌症是目前對人類生命最具威脅的疾病。我們以不苟的治學態度、在團隊合作的醫療運作下，親切如家地照護對待病人。我們的病人與家屬，都在面臨一生最險惡的關卡上與我們相會的，希望和信醫院為他們所做的一切努力，使他們出院之後，將這份善念循環下去。

病人的權利與義務

我們對於病人的苦痛隨時保持高度的敏感；鉅細靡遺地為病人解釋病情，巧譬善喻，期使病人得以完全的理解；不憚其煩地回答病人的疑慮；適時地施予健康教育。對於固執的病人及家屬，我們從不退縮，而願意誠實、主動地與他們再三溝通，以建立互信的基石。

●病人的權利：

- ◎病人必須被告知所有與他疾病有關的醫療資訊以及確實的病情。
- ◎病人有權確實知道是誰在為他服務；包括醫師、護理人員及行政人員。
- ◎在醫療過程中，病人必須被尊重，接受人性化的服務。
- ◎參與醫療決策，為自己決定治療計畫是病人的權利。
- ◎病人個人身分及病情的隱私必須受到保護。

●病人的義務：

- ◎病人必須不隱瞞地提供與自己病情相關的全部資訊。
- ◎在參與討論後，病人要遵從醫師的囑咐和治療計畫；治療中如同時服用非醫囑的藥物，或進行非醫囑的醫療活動，必須和醫師討論。
- ◎病人應尊重醫院工作人員，並體諒他們的辛苦。
- ◎病人及家屬有義務償付該繳的醫療費用。

病人自主權之尊重與維護

本院以極慎重之態度，告知每一位住院病人各項您應有的權益。我們更樂意與您說明及討論各項指示書之運用時機與內容。如果想要進一步了解或討論，請聯絡癌症關懷照顧團隊 (3319)

本院為推廣以病人的福祉為中心之宗旨，實行全人、全家、全程、全隊之照顧，將以病人權益為依歸，其中病人自主權之尊重與維護，是本院依國內外醫療及社會發展趨勢，將進一步推展之工作。

病人罹患疾病，需要住院檢查治療，無非期待早日康復。但是人生無常，醫療照顧也有其限度，不能治癒所有的疾病，也不能無限延長人類的生命。因此，在住院時期鼓勵病人，對個人生命做長遠的思考與計劃，亦包括對疾病末期及病危時之醫療預先做明確的決定；醫護人員必須遵照病人的指示提供醫療照顧。這是病人的權利，也是醫護人員應盡的責任。

歐美國家已全力推行此項工作。以美國為例，1990年起規定所有接受國家醫療給付 (Medicare 與 Medicaid) 之醫院，病人不論因任何理由住院時，在住院須知中一定要包含『預立醫療指示書』(Advance Directives) 之資料，讓病人有機會去了解，並決定是否要簽署此等文件。我國也於2000年制定相的醫療法規，內容包括：

一、預立不施行心肺復甦術意願書：

病人可以預先設定於嚴重傷病時，醫師診斷為不可治癒，且病程進展至死亡已屬不可避免的情況下，如果心跳或呼吸停止，就不施行心肺復甦術之急救。

二、預立醫療委任代理人委任書

病人可以預先設定，在第一項所敘述的情況下，而本人無法表達意願時，指定代理人代為簽署「不施行心肺復甦術意願書」或「病理解剖研究同意書」。

本院以極慎重之態度，告知每一位住院病人上述各項您應有的權益。我們更樂意與您說明及討論各項指示書之運用時機與內容。如果想要進一步了解或討論，請聯絡癌症關懷照顧團隊 (3319)，我們會安排時間與您討論說明。

給病人及家屬的一封信

各位病人及家屬大家好：

歡迎您來和信治癌中心醫院。

今年和信醫院將進入新的里程碑。與本院比鄰的新建築「教育研究大樓」，今年就要落成啟用了。現有的醫療大樓將逐步規劃成完全屬於病人、家屬及訪客的空間；也使醫師看診與病人交談的環境更加舒適。「教育研究大樓」除了舉辦國際醫學會議，邀請先進國家的醫學菁英來院講學及實地訓練本院同仁，也將提供本院的醫護及行政人員密集交流接觸以及高效率的工作空間，大家一起想辦法來為病人及家屬創造一個更加親切、如家、體貼的就醫環境，以及提供高品質的醫療服務。

新大樓地下一樓，我們正在籌建「臺灣癌症博物館」，透過醫學及藝術的結合，以多媒體傳播最新、實證的癌症知識，尤其是癌症預防醫學知識；同時，我們特別關懷正在病苦中的人，包括病人家屬，療癒他們心中癌症陰影及心靈缺口；經由病中對人生的體悟，以及生命故事的形塑，使人生的下半場活得更加圓融與滿足。

我們預期，新舊大樓的結合，在病人及醫護、同事與同事互動空間增加，新的動線將使來到和信醫院的人，無論是就醫、陪伴或來工作，都可以在原有的互信基礎上，創造出另一種更理想的多功能又高效率的醫療及教學研究環境。

前年八仙塵爆事件，因為有人惡意中傷，而給醫院帶來巨大的困擾。然而，塞翁失馬、焉知非福，衛福部終於在 2016 年 4 月為專科醫院立法，確定專科醫院的急診只接受該專科的緊急病人。為了此事件，有很長一段時間，我們與衛福部密切地接觸，言談中，衛福部的官員都非常肯定我們醫院在臺灣醫界所做的貢獻。

隨著專科醫院的立法，未來臺灣將會有更多癌症醫院的設立，不可避免的，更加劇烈的競爭，將是我們務必面對的挑戰。因此，我們將藉著過去 29 年來實踐以病人為中心的理念，落實團隊醫療，提供病人全人全程全方位的照護，所建立起來的聲譽與優勢為基礎，更進一步地，設法讓更多病人能夠來我們醫院接受治療，而獲得更高的治癒機會。

根據健保署的統計資料，在我們醫院接受照護的病人，其醫療成效遠高於醫學中心的平均，而且，根據問卷調查，絕大多數病人對於我們醫護人員的照護感到滿意。我們期待您在就醫的每一個細節上感受到我們醫院的價值，並且信任我們必能及時提供最正確、最符合病人需求的醫療。我們非常願意接受所有希望接受我們治療的病人。

不難想像，癌症病人大多帶著驚慌與焦慮來到我們醫院，我特別請求同仁們發揮互助合作的精神，讓病人能夠盡速排入照護的流程，避免病人因為焦急而離開。譬如，外科醫師如能在術後儘早將病人轉出給一般內科醫師追蹤，則外科醫師就能接受更多疑似癌症的初診病人，為他們完成初步的確診，進一步安排治療，讓醫療流程更方便、更順暢、更具效益。

因為病人及臺灣民眾對本院的肯定、感謝及信任，去年一年，我們總共收到超過一億元的捐款，其中小額捐款近千萬元。本院對於每一分收入，都非常謹慎直接間接投資在提升醫療品質的細節上，我們的

護理人力充足，護病比是全國最高的，我們極為重視感染管制，期能使大家在和信醫院受到最多時間、最安全的照護。因此，大家的捐款對本院十分重要，我們除了利用這些善款，幫助經濟不足的病人得到更好的醫療，可以安心養病；也利用這些捐款選派醫師及醫學生到先進國家受訓，以及進階持續教育我們的醫師、藥師、護理、醫技以及行政同仁們。

維持現狀就是落伍，因此，醫療機構尤其必須不斷地求進步、不斷地創新，才能夠持續贏得病人、家屬及民眾的信任及尊敬。我期許同仁們每天工作之餘，都能夠用充裕的時間思考如何更有效率地把病人照顧得更好。您的督促就是我們進步的力量，歡迎您寫信或在意見反映表上，把您在醫院的觀察以及期待告訴我們，在照護您的健康的使命上，您我是生命共同體。我們隨時期待聽到您心裡的話。

新春伊始，謹以此與病人、家屬、訪客及同仁們共勉！

院長  敬上 2017/2/21

1. 劃撥 / 轉帳 / 支票捐款：

- 帳戶全名：醫療財團法人辜公亮基金會和信治癌中心醫院
郵政劃撥帳號：14403483
- 銀行帳號：中國信託商業銀行 (822)
中山分行 (141-53-27186-93)
- 金融卡轉帳 (自動櫃員機 ATM 的「繳款」功能)：
【帳號：310+ 繳款人身分證字號 (英文字母為兩碼 A=01... 以此類推), 共 14 碼】，或持任一金融卡於 7-11 ATM 點選和信醫院，即可進行轉帳捐款，交易成功後還可任選一張好康優惠券。
- 支票捐款：支票抬頭【醫療財團法人辜公亮基金會和信治癌中心醫院】

2. 「中國信託信用卡紅利積點」捐款，紅利積點每 10 點為一單位 (例如一萬點可捐贈金額為 1,000 元)：

- 地下一樓中央櫃台辦理 (當場開立捐贈收據)
- 中信銀語音專線 (02)2745-7575 (次月郵寄捐贈收據) 捐款步驟：2 → 卡號 → 生日 → 4
如蒙惠賜捐款，敬請來電財務部 (02)2897-0011 轉 3906，以呈寄收據謝函。

3. 現場捐款：

- 服務時間：週一 ~ 週五上午 8:30 ~ 下午 17:00
週六上午 8:30 ~ 上午 12:00
- 服務地點：本院各門診服務櫃台

4. 定期定額捐款：

信用卡傳真捐款授權書
[信用卡捐款授權書, PDF /64KB];
傳真號碼 (02)2897-4141

5. 網路捐款：請上網址：

<https://www.kfsyscc.org/donate/donate.aspx>



為什麼要捐款給和信醫院？

經過二十九年辛勤的耕耘，和信治癌中心醫院在台灣癌症醫療方面所做的努力，已經在國內外建立良好的聲譽，也贏得了不少病人與家屬的信任，因而，除了新病人外，本院亦累積了治癒後仍持續回來本院追蹤的病人群。雖然目前醫院這座建築的啟用還不到二十年的歷史，但是，隨著病人數目的增加，醫院功能的擴展，現有的空間顯得越來越擁擠而逐漸不敷使用了。醫院想要增加新的服務項目就更受到限制。

本院在過去二十七年，致力於照顧好病人的臨床工作，同時，一方面建立合作分工的醫療團隊與作業模式，一方面培養以病人的福祉為優先考量的機構文化。下一個二十七年則將進一步培育更多專業更精進的人才，還要加緊腳步分析、研究本院過去二十七年所累積寶貴的臨床經驗與腫瘤庫及臨床資料，進而發展出新的藥物或治療方法來造福更多的癌症病人。

所以，最近本院正在積極籌建一棟「教育研究大樓」。我們計劃將非直接照護病人的機能，如教育、研究、行政等部門全部搬移到新的「教育研究大樓」。將現有的大樓空間完全用在病人的照護上，以便讓病人有更舒適、更方便且更完善的就醫空間。

即使在醫療資源豐富的美國，醫療機構也無法依賴醫療收入來支持機構的發展，不論是在硬體的建設或軟體的提升，都須藉助善心人士的捐款。在台灣健保給付極為有限的情形下，和信醫院未來的發展，顯然，更須要社會人士的支持與協助。

我們在此鄭重地向您承諾，如果承蒙您慷慨解囊，我們將會善用您的捐款。我們更願意尊重您的意願，將您的捐款使用於您指定的目的地；譬如，用於促進醫學教育及醫療品質的提升、清寒病人的補助、安寧照護的推廣與發展、員工的進修、新大樓的硬體建設或新儀器的購置等，不論您的選擇為何，最終都會回歸到提供給台灣癌症病人最貼心、最周延、最有效、治癒率最高的癌症醫療。以降低癌症對台灣社會所造成的負擔，減少癌症對許多家庭所造成的衝擊與傷害。

根據最近美國癌症學會的研究發現，癌症已是全球頭號的「經濟殺手」。它在生產力與生命的折損上，癌症都更甚於愛滋病、瘧疾、流感等傳染病。而二十多年來，癌症更一直是台灣死因之首位，我相信您會同意，克服癌症人人有責。

和信醫院期待您的捐款支持，是邀請您一起來為台灣圓一個夢。在這個夢裡，有我們的一份，也有您的一份，有一天歷史會看到我們一起織夢的結果。願以此與您共勉，並祝福您心想事成。

捐款相關事宜請聯絡

公共事務部曾裕娟主任

電話：(02)28970011 分機 2745

手機：0938-660-266

和信治癌中心醫院從未委託任何團體或私人在院外募款，如蒙捐款請直洽本院

郵政劃撥儲金存款單

帳號	1 4 4 0 3 4 8 3	金額	仟 佰 拾 萬 仟 佰 拾 元
通訊欄 (限與本次存款有關事項)	戶名	金額	
敬請註記勾選 ◎列示芳名錄 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 不可	醫療財團法人辜公亮基金會 和信治癌中心醫院	新台幣 (小寫)	
	寄款人		
	姓名		
	通訊處	□□□-□□	
	電話		經辦局收款戳

◎寄款人請注意背面說明
◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號戶名	
存款金額	
電腦紀錄	
經辦局收款戳	

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

掛號、就醫及探病須知

1. 初、複診電話預約掛號：週一至五 8:00-17:00，週六 8:00-12:00。網路全天候可預約掛號。
2. 取消掛號：請於就診前二日電話或網路取消，以維持自身權益並避免影響他人看診。
3. 初診就醫：請攜帶國民身份證或其它有效身份證明正本（兒童請攜帶戶口名簿及兒童健康手冊），至一樓初診服務填寫基本資料，完成報到手續。【本院為確保正確醫療及診斷，病人本人未到時，不予受理門診】
4. 複診就醫：複診病人直接到各診區辦理報到及候診，病人若未親自到場，需全額自費。
5. 健保就醫所需證件：請攜帶健保卡、預約卡及相關健保減免部份負擔證明。

由於本院是一所癌症專科醫院，我們所有的專業人力的編制以及儀器設備，都是針對癌症醫療的需求而配置，不具處理車禍、創傷、中風、心臟病發作、接生、流產、難產、一般小兒科急診等急救人力與設備。

6. 如果您是在本院接受診治的癌症病人，當有緊急症狀發生時，請直接至本院急診室，急診室提供 24 小時病人緊急就醫之服務。若有緊急病情可能危及生命（例如：呼吸困難、呼吸道阻塞、大量出血、突發昏迷）或住居距離較遠之考量，則請務必就近儘速就醫，必要時，請聯絡主治醫師提供必要的資訊，待病情處置穩定後再轉回本院。
7. 轉診服務：請攜帶轉診單及其相關之檢查（驗）報告前來就診，可讓醫師儘速了解病況，避免浪費診查時間及醫療資源。
8. 基本資料變更：為維護病人本身之權益，就醫時倘若您個人基本資料有所更動，如姓名、通訊電話及地址…，請告知櫃台人員。
9. 慢性病連續處方箋：新開單者，病人本人須到，病人未到時，需全額自費。
10. 重大傷病卡申請服務：請攜帶身份證、健保卡、重大傷病卡申請單至地下一樓醫療文書櫃檯辦理。
11. 保護住院病人隱私：為尊重病人權益，保護病人隱私，本院不向來賓透露住院病人的姓名、病房號碼等個人資料。
12. 探訪住院病人時間：早上 11:00-13:00，晚上 18:00-20:00。

交通指南

一、捷運：淡水線捷運

忠義站下車：5-10 分鐘步行即到醫院。

關渡站下車：免費接駁車每 20 分鐘行駛一班次。

◎接駁車站牌在和信醫院正門口及關渡捷運站 1 號出口站牌處。

◎週六下午及醫院休診日不行駛。

◎車次時間表如下：

上午			下午（周六下午停駛）		
班次	關渡捷運站	和信醫院	班次	關渡捷運站	和信醫院
1	08:20	08:30	16	駐站休息	13:30
2	08:35	08:50	17	13:35	13:45
3	08:55	09:10	18	13:50	14:00
4	09:15	09:30	19	14:05	14:15
5	09:35	09:50	20	14:20	14:30
6	09:55	10:10	21	14:35	14:45
7	10:15	10:30	22	14:50	15:00
8	10:35	10:45	23	15:05	15:15
9	10:50	11:00	24	15:20	15:30
10	11:05	11:15	25	15:35	15:45
11	11:20	11:30	26	15:50	16:00
12	11:35	11:45	27	16:05	16:15
13	11:50	12:00	28	16:20	16:30
14	12:05	12:15	29	16:35	16:45
15	12:20	12:30	30	16:50	17:00
	12:35	駐站休息	31	17:05	17:15
			32	17:20	17:30
			33	17:35	17:45
			34	17:50	18:00

中午
休息
時間
停駛

二、公車：

公車如走中央北路則在 [和信醫院] 站牌下車；公車如走大度路則在 [大度立德路口] 站牌下車。

◎大南客運：223、302、小 23

◎指南客運：308（竹圍-台北車站）、淡大-北門、淡海-北門

◎淡水客運：632（八里-北投）、三芝-台北



郵政劃撥存款收據

注意事項

- 一、本收據請詳加核對並妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收花章者無效。

請寄款人注意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名通訊處各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、每筆存款至少須在新台幣十五元以上，且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿摺疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
- 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣（市）以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號：0501、0502現金存款 0503票據存款 2212劃撥票據託收

本聯由備區處存查 210 × 110mm (80g/ 吋模) 保管五年

樓層	科別	診區	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五		星期六
			上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午
地下一樓	泌尿外科	3	許志魁 (9/17休) ▲林育鴻	張樹人	楊聯炎	許志魁 (9/18休)	張樹人	▲林育鴻 (9/26休)	楊聯炎	許志魁 (9/20休) ▲林育鴻 (9/27休)	張樹人	楊聯炎	第一週：楊聯炎 第二週：林育鴻 第三週：林育鴻 第四週：許志魁 第五週：許志魁
	直腸外科	4	黃一平	朱俊合	▲陳建志	▲陳建志 ▲賴依伶	黃一平	▲賴依伶	▲陳建志	朱俊合	▲賴依伶	黃一平	賴依伶 (9/1, 8, 22, 29休)
	胸腔外科	5	▲施志勳 (9/3休)			劉家全	▲施志勳 (9/5休)		劉家全				
	耳鼻喉頭頸外科	5	(含戒癮門診) 滕宣德	林芳瑩	▲林敬原		(含戒癮門診) ▲滕宣德	★(治療約診) 滕宣德 黃馨儀	許信德	林芳瑩	林敬原 (9/28休)	林敬原 (9/28休) 黃馨儀	
	骨 科	5				黃麟智			黃麟智		黃麟智		雙週 黃麟智
	復健科	5		王郁苓	王郁苓			彭蕙雯 (9/19, 26休)					
	身心科 (限本院癌症病人)	門治療診室	林帛賢	莊永毓 (9/10休)	鄭致道 莊永毓 (9/11休)			林帛賢 (9/26休)		★王金龍	莊永毓 (9/7, 14休)	鄭致道	林帛賢 (9/1, 29休)
	緩和醫療科	4				(第三診區) 吳柏澍		張志偉		吳柏澍		(一般醫學門診) 張志偉	
	營養諮詢	3										王麗民	
	癌症疼痛門診	3			(限複診) 彭文玲 (9/18休)								
	婦 科	婦女疾病整合門診(限女性)	王宗德	王宗德	林德熙 (9/18休)	洪啟峰	王宗德 吳依誠	洪啟峰 林德熙 (9/13, 20休)	林德熙 (9/13, 20休)	洪啟峰 林德熙 (9/14, 21休)	★洪啟峰	★王宗德 (9/22休)	
	一般外科 (乳房外科)		▲余本隆	蔡紫蓉 (9/3, 10休) 陳瑩盈	★陳啟明 (9/11休)	李直隼	李直隼	余本隆	陳啟明	▲林忠葦 (9/6休)	余本隆		
乳 癌 追蹤門診	朱晨昕		陳詩蘋	朱晨昕 陳璇瑜		陳詩蘋	朱晨昕	蔡淑怡 詹于慧	王 詠 陳璇瑜	陳詩蘋	陳璇瑜	第一週：蔡淑怡 第二週：陳詩蘋 第三週：王 詠 第四週：朱晨昕 第五週：陳璇瑜	
乳 房 篩檢門診	陳璇瑜				毛蓓頌	鄧秀琴 (9/26休)		王郁苓			王郁苓		
血液與 腫瘤內科	鍾奇峰			褚乃銘		鄭小湘			陳鵬宇 (9/6休)				
整形外科						★(乳房重建) 林秀峰		▲陳呈峰 (9/6休)					
地下二樓	放 射 腫 瘤 科	B2	鍾邑林	簡哲民 吳佳興	▲鄭鴻鈞 吳佳興	▲鄭鴻鈞 劉名浚	▲蔡玉真 鍾邑林	▲蔡玉真 劉名浚	▲鄭鴻鈞 簡哲民	吳佳興 簡哲民	▲蔡玉真 劉名浚	鍾邑林 第一週：蔡玉真 (9/8休)	

註 本表符號說明：★限由醫師約診 ✓需自費診療 ◎身心科教學門診 ▲外科教學門診 ●內科部教學門診 ❄放射治療門診 ■放腫科教學門診

註 失智症困擾請掛身心科、神經內科門診。

註 本院之「外科教學門診」、「身心科教學門診」是由主治醫師負責照顧病人，實習醫學生在旁學習。

註 本院之「內科部教學門診」、「放腫科教學門診」是由主治醫師專責照顧病人，其看診的程序為：
住院 專研醫師先為病人進行問診與檢查，然後住院 專研醫師在主治醫師指導之下，參與病人的評估與治療的決定。

註 本院之「放射治療門診」，看診順序會配合病人治療時段安排，非治療中病人請儘量安排醫師其它門診時段。

