

仁濟醫院門診時間表

103年11月份

請多加利用網路掛號服務：<http://www.tjci-tp.org.tw> 電話預約專線：02-2302-1133

語音掛號請按1、人工掛號請按9

※掛號須知：1. 現場掛號時間：上午診08:00-11:30，下午診11:00-16:30 電話掛號時間：上午診08:30起

2. 診療時間：上午09:00起，下午13:30起

| 科別 | 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 | |
| 五樓 | | | | | | | | | | | | |
| 內科 | 糖尿代謝 | | 戴東原0219 | | | | | | 戴東原0219 | | | |
| | 神經內科 | | 張英明0233 | | | 張英明0233 | | | | 張英明0233 | 張英明0233 | |
| | 腎臟 | 楊英芳0213 | 楊英芳0213 | 楊英芳0213 | 李孟鴻0222 | 李孟鴻0222 | 楊英芳0213 | 楊英芳0213 | | 楊英芳0213 | | 楊英芳0213(11/1,15看診) |
| | 糖尿血脂 甲狀腺 | 林俊彥0202 | | 林俊彥0202 | 林俊彥0202 | | | | 林俊彥0202 | 林俊彥0202 | 林俊彥0202 | 林俊彥0202(11/8,22看診) |
| | 老人專科 | | | | 吳樹民0203 | | | | | 吳樹民0203 | | |
| | 胸腔 | | | 葉仁和0224 | | | | | 葉仁和0224 | | | |
| | 心臟內科 | | | | 柯景塘0251 | 范齊賢0237 | | | 柯景塘0251 | | 范齊賢0237 | |
| | 胃腸科 | | | | | | 姜良忠1105 | | 姜良忠1105 | | | |
| 腸胃外科 | | | | 李孟達0325 | | | | | 李孟達0325 | | | |
| 十樓 | | | | | | | | | | | | |
| 內科 | 腎臟 | | | | | | | 李孟鴻0222 | | 何書蓉0252 | 何書蓉0252 | |
| 三樓 | | | | | | | | | | | | |
| 骨科 | 蕭國川0322 | | | 李紹立0313 | 蕭國川0322 | 蕭國川0322 | | 周德財0312 | 蕭國川0322 | 蕭國川0322 | | 周禮智0326(11/1,8,15,22看診) |
| 外科 | 徐榮辰0304 | 徐榮辰0304 (乳房檢查診) | | | | 徐榮辰0304 | 徐榮辰0304 | | | 徐榮辰0304 | 徐榮辰0304 (乳房檢查診) | |
| 泌尿科 | | | | 蔡伊達0324 | | 李銘展0319 | | | | 洪佳宏0323 | | |
| 七樓 | | | | | | | | | | | | |
| 婦產科 | 董光世0501 | 董光世0501 | 蔡三元0507 | | | | 董光世0501 | 蔡三元0507 | | | 董光世0501 | |
| 子宮頸抹片 快速通關 | 董光世0501 | 董光世0501 | 蔡三元0507 | 蔡三元0507 | 蔡三元0507 (子宮頸癌檢查診) | 董光世0501 (子宮頸癌檢查診) | 蔡三元0507 | 蔡三元0507 | 蔡三元0507 | 蔡三元0507 | 董光世0501 | 蔡三元0507 |
| 家庭醫學科 | 蔡三元0507 | 洪攷幸0246 | | | 蔡三元0507 | 蔡三元0507 洪攷幸0246 (健診) | 洪攷幸0246 | 蔡三元0507 | 蔡三元0507 | 洪攷幸0246 (健診) | 蔡三元0507 | 蔡三元0507 |
| 健康管理中心 戒菸門診 | 由家庭醫學科醫師於門診時段為您服務，請洽7樓健康管理中心 | | | | | | | | | | | |
| 二樓 | | | | | | | | | | | | |
| 眼科 | 黃瑞冰1001 | 黃瑞冰1001 | 吳金玉1004 | 吳金玉1004 | 黃瑞冰1001 | 黃瑞冰1001 | 吳金玉1004 | 吳金玉1004 | 陳慕師1005 | 黃瑞冰1001(11/7,21看診) | 黃瑞冰1001(11/8,22看診) | |
| | | | | | | | | | | 吳金玉1004(11/14,28看診) | 吳金玉1004(11/1,15,29看診) | |
| 耳鼻喉科 | | 林松村0908 | 林松村0908 | | | 林松村0908 | 林松村0908 | | 林松村0908 (口腔癌檢查診) | 林松村0908 | | |
| 皮膚科 | 溫素瑩1115 | | | | | 范文峰1101 | | | 溫素瑩1115 | | | |
| 身心科 | | | | | | 褚得利0231 | | | | 張永龍0232 | 張永龍0232(11/8,22看診) 褚得利0231(11/1,15,29看診) | |
| 對面一樓 | | | | | | | | | | | | |
| 復建科 | 洪茂桓1409 | | | 卓薪1412 | 洪茂桓1409 | | | 林峰正1411 | 洪茂桓1409 | 卓薪1412 (下午2:30開始看診) | | |
| 牙科 | 門診 | 葉江林 | | 簡肇欽 (口腔癌檢查診) | 簡肇欽 | 葉江林 (口腔癌檢查診) | 葉江林 | 吳國雄 | 吳國雄 | 吳國雄 | 葉江林 (口腔癌檢查診) | 葉江林 |
| | 約診 | 簡肇欽 | | 葉江林 | 葉江林 | | | 葉江林 | 簡肇欽 | 簡肇欽 | 簡肇欽 | 簡肇欽 |
| 抗老美容 | 蕭國川0322 (骨質疏鬆症) | 徐榮辰0304 (抽脂瘦身) | | | 林俊彥0202 (減重過敏) | 黃瑞冰1001 (雙眼皮) | 董光世0501 (停經症候群) | 蔡三元0507 (停經症候群) | | | | |



新莊仁濟醫院門診時間表(原名稱仁濟療養院)

院址：新北市新莊區中環路一段28號 預約專線：02-2201-5222；網路掛號：www.tjci-sj.org.tw

| | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 | 星期六 |
|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 上午 | 施至 | 莊曄嫩 | 羅家駒 | 施至 | 褚得利 | 羅家駒 |
| 下午 | 施至 | 莊曄嫩 | 羅家駒 | 施至 | 莊曄嫩 | 休診 |

情緒困擾您嗎？壓力無處紓解嗎？

專業的精神醫療機構 **新莊仁濟醫院**

我們有優秀的醫療團隊--專業醫師群、專業心理師、藥師、專業的職能、社工、護理人員，亦設有「日間照護中心」及「社區復健中心」

若您需要定期收到本刊物或有任何建議，請與仁濟院蔡小姐聯絡 電話：(02)2302-1133轉5101



仁濟安老所

歡迎進住成為一家人

本安老所擁有景觀優雅的居住環境及耐心服務的工作人員，結合護理及完善醫療支援服務，給長者一個安全又溫馨的家。床位有限敬請把握，詳洽：仁濟安老所社工組。

住址：新北市淡水區中正東路二段153號
電話：02-28095600 02-28092131

財團法人台灣省私立台北仁濟院

仁濟通訊

戴東原

中華民國九十五年元月創刊 地址：台北市廣州街200號
網址：//www.tjci.org.tw 電話：02-23021133

仁濟醫院

地址：台北市萬華區廣州街243號
電話：02-23021133
傳真：02-23062560
網址：www.tjci-tp.org.tw

新莊仁濟醫院(原名稱仁濟療養院)

地址：新北市新莊區中環路一段28號
電話：02-22015222
傳真：02-22056987
網址：www.tjci-sj.org.tw

仁濟安老所

地址：新北市淡水區中正東路二段153號
電話：02-28095600・28092131
傳真：02-28091132
網址：www.tjci-ts.org.tw

11
月號

發行人：戴東原 總編輯：蔡佩玲 副總編輯：王翊瑩 執行編輯：蔡妮娜 編輯群：郭怡伶、林素珍、林建成、何桂英、楊翠萍、張帥心、蔡孟君、李君婷

★台北仁濟院社會服務室 杜柏琴 社工師

103年重陽敬老餐會

花漾爺奶樂活長青

台北仁濟院一直以來致力於照顧與關懷弱勢與長者，近年來更是積極與萬華社福中心和大同社福中心合作，以電話關懷與居家訪視的方式，希望將社會的關心與溫暖傳遞給獨居長者。因此，在重陽節前夕，特別邀請大同區與萬華區獨居或是經濟弱勢的長者一同參與敬老餐會，更是本院行之多年的盛會，除了祝賀長者們健康長壽，也希望喚起一般民衆對年長者的關懷意識與重視。

今年餐會主題是「花漾爺奶，樂活長青」，以小旅行的概念，帶著長者離開平日熟悉的住家、醫院等環境，像旅行一樣到平日不會去的地方，體驗不同往常的經驗。另外，為讓長者有機會能多接觸自然、感受綠意，故餐會會場特意選在鄰近台北的「台北花卉村」，讓長者可以不必爬山，就能輕鬆悠遊於綠意盎然的植栽中，享受充滿清新香味的芬多精。會場中另設有趣味遊戲(如釣酒瓶、投球、套圈圈)、香草體驗、精油DIY區、拉麵DIY、盆栽自由選等活動，增加玩興。之後美味豐盛的餐點正式上桌，搭配精彩的啦啦隊勁舞與康康舞、逗趣滿分的主持人與對口相聲，以及令人懷念的老歌演唱。最後致贈心意滿滿的敬老紅包與餐會伴手禮，期望讓每位長者的身心都有豐富收穫，滿載而歸。

當天，在會場中的每一處都有驚喜，活動的每一刻都充滿歡樂，在遊戲區可以看到有爺爺目不轉睛、屏氣凝神將手中的圈圈丟出去；有奶奶一臉決心、認真無比的與酒瓶搏鬥。在香草體驗區，可觀察到長者聞到自己親手搓揉植物後手上存留的香味時，臉上表現出的驚喜。在盆栽區，長者拿出上菜場的功力，仔細挑選出自己心儀的盆栽。在拉麵DIY區時，長者認真盯著鍋中或是碗中的麵條，眼中透出期待。用餐時邊吃邊被台上表演逗得哈哈笑，看到帥哥、美女就眼睛發亮、直盯不放，以及得到紅包與伴手禮時的滿足喜悅，每位長者都充滿活力與笑意，不管彼此認不認識都相處的很融洽，更有長者在餐會中認識後，一起訂下明年再見的約定。

台北仁濟院重視人與人之間的關懷與互動，期望能藉由餐會，讓平時孤單的長者感到社會的溫暖、得到歡樂美好的回憶，並能牽起彼此間相互相識的機會與緣分。



重陽餐會看表演

我是神釣手

我也會煮拉麵喔!

讓我聞一下!

不要吵!我在套圈圈

健康諮詢站

香草體驗 搓一搓

預防

耳道感染，從正確清理開始

★仁濟醫院耳鼻喉科主任 林松村醫師



一、耳朵的基本構造：

人的耳朵可以分成三個部分：外耳、中耳、內耳

- (1)外耳：由耳廓、外耳道組成，耳廓的形狀可以負責收集聲波，外耳道可以傳遞聲波。
- (2)中耳：位於外耳與內耳之間，有鼓膜、三聽小骨卵圓窗及耳咽管等，鼓膜將外耳道和中耳分開，主要功能是傳導外界的聲波震動到三聽小骨，而三聽小骨作用是將聲波轉換成內耳耳蝸內的外淋巴液的液體波，耳咽管則是連結中耳至喉嚨的管道以平衡鼓膜內外的壓力。
- (3)內耳：包含耳蝸、前庭和半規管，內耳包括聽覺器官(耳蝸)和感覺器官(半規管或前庭器官)兩部分。

二、耳道的感染：

預防耳道感染，首先我們要分類耳道兩種感染：

外耳疾病常見有：

1.外耳道炎：

- (1)急性瀰漫性外耳道炎(acute diffuse otitis externa)：最常見潮濕，溫暖的地區發生，也是耳鼻喉科門診常見疾病，又名游泳耳。常在游泳池游泳後或用不潔棉花棒或學生用筆套挖耳朵後引起外耳道感染。病人因耳痛找醫師，耳痛會因拉動耳廓或咬嚼食物時加劇，較嚴重的病人會有耳分泌物，聽力變差的現象。細菌培養最常見的是革蘭氏陰性菌如綠膿桿菌。

治療：抗生素耳滴劑使用。

預防方法：外耳道避免外傷。

- (2)急性侷限性外耳道炎(acute localized otitis externa)即急性耳癬侷限性外耳道炎，常因外耳道外側三分之一處，受革蘭氏陽性菌如金黃色葡萄球菌感染導致毛囊發炎，病人會有厲害的耳痛，咬合或拉動耳廓時耳痛加劇。

治療：用抗生素藥膏。

預防方法：不宜用不潔器械挖耳道

- (3)濕疹性外耳道炎(eczematous otitis externa)過敏或長期挖外耳道導致外耳道非常癢。症狀外耳有脫屑、分泌物。

治療：用類固醇藥膏擦耳道。

預防方法：避免常挖耳道且保持外耳的衛生習慣。

- (4)耳黴菌炎(otomycosis)台灣的耳黴菌以aspergillus terreus最常見。症狀以多量耳垢搔癢感，耳閉塞感，聽覺變差等。

治療：局部塗抹抗黴菌藥膏。

預防方法保持耳道乾燥、通風。

- (5)病毒性外耳道炎(viral otitis externa)常見在外耳道的內側或耳膜附近有些小水泡，一般自己會好。

預防方法：規律運動，充足睡眠，提高免疫力。

2.中耳感染：

- (1)急性中耳炎(acute otitis media)易發於六個月至三歲的幼兒及孩童，感染途徑從鼻咽腔經耳咽管上傳至鼓室，是上呼吸道感染最常見併發症，病原體最常見為肺炎鏈球菌(Streptococcus pneumoniae)，流行性感嗜血桿菌(hemophilus influenzae)治療：主要以抗生素治療。

預防保健：

- ①預防性治療：小於三歲幼兒屢發性中耳炎，施予預防性抗生素治療

- ②流感與肺炎鏈球菌疫苗：因為流感與肺炎鏈球菌疫苗兩者可降低急性中耳炎發生率

- ③環境生活注意事項：家長不要抽煙，避免居住環境擁擠，另增進營養狀況。

- (2)慢性化膿性中耳炎(Chronic suppurative otitis media, COM)：病因多數是兒童時期反復中耳炎後遺症導致鼓膜有破洞，簡稱慢性中耳炎。

治療：分為內科與外科療法，內科療法是抗生素耳滴劑。外科療法是重建鼓室成形術(tympanoplasty)

預防方法：有耳膜穿孔時，特別要防止不潔水經外耳道進入中耳腔(例如：洗頭，游泳等)而耳膜完整的人，擤鼻涕不可太用力，另外適當運動有助於鼻道耳咽管暢通，維持中耳的通氣循環良好。

三、正確的耳朵保養

- (1)保持良好的衛生習慣，洗完頭用乾淨的毛巾將耳廓擦拭乾淨。

- (2)外耳道分泌的耳垢目的是預防細菌感染及保持溼度，若過度的清潔耳道會增加感染。耳垢會隨著人們日常生活的動作脫落至外耳道。

- (3)適當運動與睡眠，讓自體免疫力來保護。

最後，除非是先天體質會分泌較易阻塞耳道的油性耳垢之外，最好的耳朵保養之道就是：不去管他。



嬰幼兒耳道保養

★仁濟醫院耳鼻喉科 許秋照護理師

1、寶寶耳朵構造：

寶寶的耳朵分為外耳、中耳、內耳三部分，其中中耳為一相對密封的氣腔，在前壁有一個小管與鼻咽部相連，叫作咽鼓管。平時，咽鼓管在鼻咽部的出口受周圍組織擠壓而呈密閉狀態。

2、注意餵奶姿勢：

由於小寶寶的耳部尚未發育完善，咽鼓管還比較短，而且位置低而平直，如果你橫抱著寶寶餵奶、讓他平躺著吃奶、奶瓶口開得過大、奶瓶豎得過直等等，都容易造成寶寶嗆奶，使乳汁沿著咽鼓管流入中耳，誘發中耳炎。

3、讓寶寶呈半坐：

如果是坐著餵奶，應將寶寶斜抱在懷中，讓寶寶呈半坐位，寶寶上半身靠著的那一條腿可以用小凳子墊高些；如果是側躺著餵奶，媽媽要用手臂將寶寶的上身和頭部支起，以取得一個最適宜的角度。

4、小心清理耳垢：

前面我們說道，如果耳垢比較少的話，不需要清理。但是，如果耳垢已經比較多了，形成了團狀，像個塞子一樣塞在耳朵裡面，就需要帶寶寶到醫院，請醫生幫助清理。

5、要關注中耳炎：

當孩子患呼吸道感染時，致病菌非常容易通過咽鼓管進入到中耳，引起中耳炎。不過，這種急性中耳炎一般是在感冒以後7~10天才會發作，因此很容易被父母忽視。

6、盡量不要搭機：

在孩子身體狀態很好，乘坐飛機一般不會有太大問題。寶寶患有感冒和中耳炎時候，最好不要坐飛機。因為這時候咽鼓管處於一種水腫的狀態，會加重對耳部的壓迫。

7、勿長時戴耳機：

耳機的耳塞直接被塞到耳朵裡面，聲音直接刺激鼓膜，然後通過鼓膜來傳導，時間長了，鼓膜很容易疲勞，也容易造成聽力下降。讓寶寶聽音樂最好還是採用外放方式。



台北仁濟院社區服務報導

好 康 逗 相 報

大同區、萬華區長者送餐服務

送餐對象：實際居住台北市大同區、萬華區滿65歲以上之長者；無法自行煮食，經評估有送餐需求的長者。

服務範圍：台北市大同區、萬華區

服務時間：大同區 週一-週五 中餐
萬華區 週一-週五 中餐、晚餐

收費標準：1.中低(低)收入戶或清寒，經評估經濟困難者：免費
2.一般戶：每餐自付50元

聯絡方式：2302-1133轉5601紀小姐(大同區)、5605陳小姐(萬華區)

台北仁濟院自99年起，辦理大同區長者送餐服務，隔年萬華區也跟進，目前送餐服務即將邁入第六年。在送餐的過程中，我們發現有長輩將等送餐志工來訪當作每天期待的事情之一，也有長輩每天會和送餐志工分享心情聊聊天，志工與長輩間有了良好的互動關係，使送餐這件事有了不同的意義。因此送餐服務不僅是將熱騰騰的便當親自送到長者手中外，更透過每天的問候關心，關懷長輩的生活起居，了解需求。如果您發現身邊有符合台北仁濟院送餐的長者，期盼您能與我們聯繫，共同增添社區的溫暖與關懷。



仁濟院 社區戒菸班成果發表

於2014年國際性會議

★仁濟醫院戒菸衛教師 郭千惠藥師

吸菸不只對自身有害，對周遭的人健康也造成極大影響，為推動菸害防制，加強社區戒菸衛教宣導，仁濟院社區健康營造小組暨附設仁濟醫院，於103年5月至8月在福音里開辦社區清心活力戒菸班，三次共12小時半客製化的內容與生動的課程，幫助想戒菸的社區民眾了解菸害與戒菸技巧，呼吸復健、打破戒菸會胖的迷思等，並藉由團體活動讓學員們經驗分享，彼此互相鼓勵；輔以戒菸衛教師，每週電話關懷；幫助學員們度過戒斷難受的症狀，成功迎向無菸人生。全部學員戒菸期間體重增加不超過5%，且完成三次課程者，高達七成三的學員可於一個月後成功戒菸。相關成果由總院戴東原院長、醫院張英明院長、董光世顧問、陳穎叡主任、洪攷幸主任、郭千惠藥師、與趙燕琪護理師於10月10日共同發表於2014 International Health Evaluation and Promotion Association 大會海報論文。本活動並獲台北市衛生局補助。

最後深深感謝仁濟院社區健康營造小組，認真參與的每一位學員，以及台北市政府衛生局，里辦公室和萬華區健康中心協助才能讓戒菸班順利圓滿推展。



【仁濟一隅】— 七里香

台北仁濟院的中庭有一棵七里香，從民國39年起她就在了，是七里香中難見的老株。枝幹挺立呈現的力與美、翠綠的葉片欣欣向榮，讓人不禁讚嘆植物的生命力。
(照片：仁濟醫院檢驗室 廖惠珍檢驗師拍攝)

我們竭誠的歡迎您!!

您是否想要更了解糖尿病?

這難得的機會，請您一定要來參加!
日期：11月22日(六)上午9:00至11:00
地點：仁濟醫院11樓會議室
主題：如何抗糖化緩老化
主講：仁濟醫院 翁碧媛護理長
指導：台北仁濟院 戴東原院長
如果您想參加此次活動，請於11月15日前電話報名
電話：2302-1133轉2500
聯絡人：仁濟醫院林憶娟護理師

