

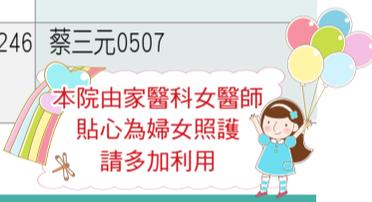
仁濟醫院門診時間表

102年12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(12/14看診)
	糖尿血脂	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(12/7,21看診)	
	甲狀腺											
	老人專科				吳樹民0203					吳樹民0203		
	胸腔			葉仁和0224								
	心臟內科					范齊賢0237				范齊賢0237		
胃腸科	劉代鵬0245 (結直腸癌檢查診)	黃仁炤0250	黃仁炤0250		黃仁炤0250	姜良忠1105	黃仁炤0250	姜良忠1105	劉代鵬0245 (結直腸癌檢查診)	黃仁炤0250	黃仁炤0250	
十 樓												
內科	腎臟							李孟鴻0222				
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			
外科	徐榮辰0304	徐榮辰0304 (乳癌檢查診)				徐榮辰0304	徐榮辰0304			徐榮辰0304	徐榮辰0304 (乳癌檢查診)	
泌尿科					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	蔡三元0507	蔡三元0507	蔡三元0507	蔡三元0507	董光世0501 (子宮頸癌檢查診)	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	洪攷幸0246	蔡三元0507	蔡三元0507	洪攷幸0246 (健診)	洪攷幸0246 (五樓)	蔡三元0507	蔡三元0507	洪攷幸0246	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(12/13,27看診)	黃瑞冰1001(12/14,28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				施至0240 (焦慮、失眠) (西藥、藥癮)		褚得利0231				張永龍0232	張永龍0232(12/7,21看診) 褚得利0231(12/14,28看診)	
對面一樓												
復健科	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			吳國雄	
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)	董光世0501 (停經症候群)	黃瑞冰1001 (雙眼皮)				蔡三元0507 (停經症候群)		



仁濟療養院門診時間表

院址：新北市新莊區瓊林路100巷27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？

介紹您專業的精神醫療機構 **仁濟療養院**

我們有優秀的醫療團隊--專業醫師群、專業心理師、藥師
還有專業的職能、社工、護理人員，亦設有「日間照護中心」及「社區復健中心」
提供您「溫馨、精緻、人性化之全人服務。」

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

仁濟療養院

地址：新北市新莊區瓊林路100巷27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

12
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、洪孜幸、張瑞華、王群雅、楊翠萍、張帥心、蔡孟君、李君婷

★仁濟安老所 李君婷護理師

長者居住安全 『愛住意』

一般人普遍認為對老人家而言，『家』是最安全的環境，其實並不然，是居家安全最容易被忽略的一環；在台灣，65歲以上長者的第二死亡原因是跌倒。

國外研究指出，老年人每十次跌倒就有一次會造成嚴重傷害，如骨折、外傷性出血等，部分長者會因為害怕再次跌倒，而減少社交或外出活動，使長者的身體及心理功能加速退化。

當長者漸漸失去獨立自主的能力時，往往造成家人生活上的負擔，所以長者有個安全、舒適住所是值得正視的問題。以下提供幾個降低跌倒發生的預防事項供大家參考：

一、足量的光源：注意每一盞電燈『亮起』的時間，尤其是廁所、走廊、房間，避免電燈亮起的時間太慢，使長者等不及而發生意外，電燈開關處需有反光貼紙，可避免在黑暗中找不到開關的窘境。

二、防滑地板：在長者動線中，容易產生濕滑的環境地板，都應增加防滑功能，使用粗糙面的塑膠地磚、貼止滑條或使用防滑劑，以增加地板的防滑系數；若是使用拼裝式防滑塑膠地墊，則應鋪滿整個房室，避免零散或不固定，這樣反而更容易增加跌倒的危險。

三、穩固扶手：浴室及樓梯應有穩固的扶手設計，讓長者在移動時，隨手都有扶手能支撐。

四、去除障礙：了解長者的日常作息並簡化環境的佈置，在日常的活動範圍內，若有障礙物應該隨時清除，如玩具、門坎等，避免任何可能絆倒的機會。

五、適合的家具：因長者起立、坐下及反應的動作都較為費力及困難，所以不宜選用太低、太軟、尖銳的家具；最好使用有扶手、有防撞護條的家具。

六、合身的衣著：不要穿著寬大及過長的衣物，鞋子一定要有防滑功能，並且隨時注意的這些衣褲、鞋子的磨損情形，一旦有缺損即需更換。

七、持之以恆的運動：運動能增加及維持肌肉力量，能有效的預防跌倒，同時也能保持身心的健康。

八、小心用藥：就醫時應告知醫師目前用藥情形，讓醫師斟酌用藥，以避免重覆或副作用的產生，並且謹記服藥的注意事項。

九、緊急求救：長者身體不適時通常不想麻煩家人而絕口不提，這往往會在發生危險時，錯失第一時間的救援先機，為避免這樣的憾事，應在活動空間內設置適當的求救鈴、設定手機快撥鍵。

當家裡有長者時，應隨時注意生活上的細節、掌握長者的動向；最重要的是『時時關心、事事關懷、處處小心』，讓長者的生活環境更加舒適、安全。



Residential
Security

★仁濟安老所 蔡孟君社工員

Protection of the elderly 老人保護

談到老人保護的內容，以目前老人保護的個案統計，女性受虐者多於男性，分析其中原因主要有三點：一、台灣女性平均餘命較長，二、女性需接受照顧協助的部分較高，三、現在老年女性自主自立的能力較低；而受虐的幾種情況包括：遺棄、身體虐待、心理虐待、照顧者疏忽、失依陷困、財產保護、其他（性侵害、性虐待、社會剝削）等（資料來源：老人保護資訊平台），其中可以討論能有較多改善機會的部分是照顧者疏忽，因為會有這種情況的產生主要是『三不』的照顧原因，包括「不會」、「不能」、「不要」，不會是因為照顧知識上的不足，不能是因為老老或老殘照顧或是經濟上等其他困境，實務上真正不要照顧也就是刻意或惡質的疏忽是佔極少數的情況，所以如果透過教育與資源的介入，即能減緩受虐產生的機會。

面對老化的社會環境，老年人需要我們共同的關心，讓他們免於安全的擔憂，能擁有一個健康有尊嚴的生活。

台灣已在民國82年邁入高齡化社會，因應這樣的趨勢在針對老人保護的範疇上，老人福利法在民國86年增訂老人保護專章，而所謂老人保護工作就是無論老人的性別、年齡、教育程度、健康狀況等不同，都要維護其權益，使其均能享有安穩、無懼與尊嚴的生活。

精神科的服務範疇簡介!

★仁濟療養院 施至醫師

一般人一聽到“精神病”三個字就唯恐避之不及，深怕和自己扯上關係，而遭到別人異樣的眼光；一旦真的有可能需要精神科的協助與治療，那更是百般否認與抗拒，直到症狀惡化，造成自己或他人極度的困擾，甚至登上社會新聞的版面，才不得被迫接受治療。

事實上，精神病不會傳染，絕大部份的疾病也不是患者自己造成，更不是被詛咒或懲罰；病患若及早接受治療，並按照醫囑服藥或修正行為與作息，大多數的個案都能獲得令人滿意的改善，甚至完全痊癒，因此大家實在不應該用一種好像自己是行為不檢而罹患性病一般遮遮掩掩，一再拖延治療。

目前許多醫院為了讓病人坦然就醫，克服心理障礙，紛紛將精神科改名換姓，像是身心內科、心靈休息站或是心理健康衛生中心等，其實就是精神科的醫師和團隊在診斷與治療疾病，這裡就來簡單介紹一下，哪些疾病是精神科的服務範疇：

1. 重大精神疾病~精神分裂症，躁鬱症(含躁症與憂鬱症)、妄想症、器質性精神病(因意外傷害、腦部手術或顱內疾病造成的精神症狀)。
2. 精神官能症~焦慮症、恐慌症、畏懼症(社交畏懼或其他特定事物之畏懼)、強迫症、創傷後壓力症候群。
3. 物質濫用~戒毒、戒酒、戒煙、戒藥。
4. 兒童及青少年精神與行為問題、老人失智與譫妄。
5. 失眠、情緒困擾、壓力適應障礙、心理因素導致的身體疾病、暴食厭食、解離狀態(歇斯底里)、人格障礙、衝動控制不良、其他。

仁濟醫院糖尿病照護網
優質及親切的服務不僅廣獲病友好評
更連續兩年榮獲台北市衛生局頒發

醫療照護
品質績優院所
品質獎



★台北仁濟院 社會服務室 詹尹州社工員

嶄新的蛻變

全院一心的志願服務精神

賀!

本院榮獲
臺北市社會福利類
志願服務運用單位評鑑
績優單位!



本院陳穎叡主任(右)代表受獎，左為社會局江綺雯局長

全臺北市共有202個志工運用單位，經由市政府分別由政策面、法制面、管理面、績效面等指標評核，選出5個績優單位，本院志工團隊首次參與便獲此殊榮，萬分喜悅與全體志工一同分享!

台北仁濟院社區服務報導

音樂會友 樂活社區

★仁濟安老所 張貽安社工員

今年九月接到社會人文課的邀請參與10月12日社區合唱觀摩會的表演活動，此次受邀的淡水一信、埔頂、山水佳音及仁濟銀髮等合唱團，本所合唱團是淡水社區各合唱團中平均年齡最高的。本所合唱團成立於民國97年，創立的起緣是當時有幾位樂愛唱歌的長輩，在多次私下提到希望組團及固定時間練習等等，遂引發成立念頭。還有一個動機來自一部外國的紀錄片「搖滾吧！爺奶。」社工被片中的那群80~90多歲長輩與指導的音樂老師深深感動，這群長輩有的是天生愛唱歌、有的是現在才開始接觸而喜歡，他們都是透過這團體一圓自己站上舞台的梦想，也將音樂的溫暖傳遞給監牢的囚犯與社會弱勢者。因為這種種機緣，及透過教會引薦王淑娟老師來所指導，而成就了今日的「仁濟銀髮合唱團」。

為使長者有表演的舞台，除開始是在所內各活動中表演外，在98、99年更參加內政部委託弘道老人基金會舉辦全國阿公阿嬤活力秀比賽，都獲得佳績。100年更營造社區公益舞台，讓本所這群有朝氣與好

歌喉的長者可以在社區中發光發熱，展現「老而彌堅、樂活健康」的一面。

這次觀摩，長者們不但躍躍欲試，希望展現每周辛苦訓練成果外，也期待與社區團體相互觀摩學習。音樂可以撫慰人心、陶冶性情，這些都印證在我們的長輩身上，就如那部紀錄片「搖滾吧！爺奶」片中那位癌末的爺爺到最後一刻都努力學習，而其告別式中家屬表達爺爺最期待、最快樂的音樂學習時光就是參加合唱表演…。片中的友情、師生感情與必須克服各自的體能、病痛與學習認知等等艱難狀況，但到舞台上那一刻，從每個成員及家屬們驕傲、光榮的神情，得到最大的慰藉，這種種情境5-6年來，在本團體中歷歷可見，安老所會持續秉持初衷陪伴長輩「音樂會友、樂活社區」。



安老所長者大合唱表演



安老所情境表演一天黑黑

台北仁濟院
2013 世界糖尿病日
World Diabetes Day

抗糖就要趁現在
健康生活新型態

宣導活動實況報導

★台北仁濟院 社會服務室 詹尹州社工員

糖尿病已為我國第五大死因，而且由於現代人吃的多、動的少，糖尿病的年齡也越來越低，因此世界糖尿病聯盟也在今年呼籲要保護我們的下一代，從在年輕的時候就要關心與重視糖尿病。台北仁濟院響應世界糖尿病日，與糖尿病關懷基金會、台北市萬華健康中心，於11月9日假西門電影街聯合舉辦「抗糖就要趁現在，健康生活新型態」宣導活動，以攤位闖關方式，供民眾學習預防糖尿病和心血管疾病常識。並由醫師、營養師、復健師、檢驗師等專業人員，解說糖尿病患者常見的心血管疾病，及預防、檢查的方法，並提供血糖檢測，營養、藥物等衛教諮詢，糖尿病食品、運動保健操等訊息，幫助民眾認識糖尿病。

活動的重頭戲之一健康講座，邀請到仁濟醫院家醫科主任洪攷幸醫師為民眾講授「青少年糖尿病--你不可不知的十件事」，希望傳達給所有民眾，別以為糖尿病是老年人的專利，肥胖與失衡的生活型態都有可能讓你暴露在糖尿病的風險之中，需特別注意。

另外本次特別由糖尿病友、護理師及志工所組成舞蹈團體，表演創意舞蹈--胰島曼波，藉由輕鬆的舞蹈與好記的歌詞，宣導正確的糖尿病觀念給病友，同時和病友溝通使用胰島素治療的重要性，並鼓勵大家飲食控制、適時運動、積極面對胰島素治療，更能有效控制血糖，延緩併發症與合併症的發生，維護健康。此次特別在活動中安排了資深糖友的頒獎，他們雖然罹患糖尿病多年，但在與醫療團隊良好的配合，及自我的控制之下，都能享有良好的生活品質，也維持身體的健康，希望能將他們的經驗傳達給更多病友，共同勉勵。



本院戴東原院長(中)與資深糖友合影



洪攷幸醫師帶來精彩的健康講座



檢驗師為民眾測量血糖

家庭照顧者支持團體講座

您有為照顧家人而煩惱嗎？本院為體恤在家庭中終日辛勞的您，特舉辦家庭照顧者支持團體活動，透過此活動提供您對慢性疾病居家照顧技巧並給予抒解壓力管道及更多支持的力量，進而讓您與家庭的生活更趨健康與信心。

活動日期：102/12/14(六)
活動時間：上午8點30分--11點30分
活動地點：仁濟醫院十一樓大會議室
(臺北市廣州街243號)

免費參加，還有贈送小禮物喔！
名額有限，請儘速報名。
報名截止時間：102年12月7日

時間	內容	講師
08:30~09:00	報到、領取資料	居家護理工作人員
09:00~10:10	居家緊急意外事件處理及CPR技術操作	張麗霞 護理長
10:10~10:20	休息(茶點)	
10:20~11:30	園藝栽培~室內盆栽DIY	郭怡伶 老師

報名請洽：
地址：台北市萬華區廣州街243號一樓志工服務台
電話：23021133轉2850 居家護理所