

# 仁濟醫院門診時間表

103年1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	
<b>五樓</b>												
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	楊英芳0213(1/11,25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(1/4,18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	
<b>十樓</b>												
內科	腎臟							李孟鴻0222				
<b>三樓</b>												
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			
<b>七樓</b>												
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 (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	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	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											
<b>二樓</b>												
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(1/10,24看診)	黃瑞冰1001(1/11,25看診)	
										吳金玉1004(1/3,17看診)	吳金玉1001(1/4,18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) (酒癮、藥癮)		褚得利0231				張永龍0232	張永龍0232(1/4,18看診) 褚得利0231(1/11,25看診)	
<b>對面一樓</b>												
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			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)	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28號 預約專線：02-2201-5222；網路掛號：[www.tjci-sj.org.tw](http://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	莊曄媿	羅家駒	施 至	褚得利	羅家駒
下午	施 至	莊曄媿	羅家駒	施 至	莊曄媿	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

1  
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

★仁濟醫院院長神經內科 張英明醫師



## "頭痛"知多少!

大部份人的頭痛都是由於感冒、熬夜、生氣、情緒緊張等等原因所引起的，當這些令人頭痛的原因消失時，頭痛也會立刻好轉，因此這類的頭痛對我們日常生活不會有影響。

陳小姐是上班族，每天坐在辦公室電腦前打字接電話，患有深度近視的她，還三不五時當「低頭族」滑手機。最近覺得下午經常頭痛，每週有3、4天的頭痛發作，影響工作品質，每次都覺得兩邊太陽穴及後頸部痠痛難忍，甚至有如綁上頭箍般，持續數小時，要到下班後或經一夜好睡後才能疏解頭痛。

李太太是家庭主婦，從少女時代每隔幾個月就遭逢一次可怕的頭痛，先是一邊的太陽穴感覺脈搏跳動般的疼痛，繼而波及兩邊太陽穴，有時疼痛眼睛痛到閃光，有時沒有，但均伴有噁心、怕光及嘔吐的症狀，會持續幾小時，甚至一整天。

她們兩位來神經科門診求診，經由詳細的問診及神經學檢查，我診斷陳小姐是「緊縮型頭痛」，而李太太則是「偏頭痛」，經治療後發作次數已減少很多。

### ● 為什麼會頭痛？

我們的頭部有很多對「痛」敏感的神經纖維存在，當受到刺激時，我們就會覺得痛。例如：當頭顱內部血管周圍的神經纖維受到牽引、移位、擴張時就會感到疼痛。另外，頭蓋骨內部的骨膜、外部的血管受到刺激，牽引時也都會引起頭痛。而最常見的頭痛還是來自頭及頸部肌肉收縮及牽引所造成。此外如鼻竇、眼睛、牙齒、耳朵及頸椎有病變時都會導致頭痛。

### ● 頭痛是常見的疾病嗎？

根據調查，約百分之九十五的人都有頭痛的經驗(另外即百分之五的人，可能無法形容頭痛的感覺)，大部份人的頭痛都是由於感冒、熬夜、生氣、情緒緊張等

等原因所引起的，受這些頭痛的原因消失，頭痛也會立刻好轉，因此這類的頭痛對我們日常生活不會有影響。可是尚有一些人遭受經年累月、反覆發作的頭痛所困擾，這類病人占所有頭痛病人的三分之一，上述的陳小姐及李太太就是最常見的例子。

### ● 你的頭痛屬於那一種呢？

頭痛的分類很複雜，除上述的「緊縮型頭痛」及「偏頭痛」外，尚有「混合性頭痛」、「過敏性鼻病引起的頭痛」、「其他原因引起的血管性頭痛」、「牽引性頭痛」、「顱內炎症引起的頭痛」、「眼疾引起的頭痛」、「顱神經發炎及異常引起的頭痛」、「顱骨、頸椎及周圍神經病變引起之頭痛」、「精神疾病患者之頭痛」等。一般民眾很難知道自己是屬於那一類的頭痛，應該如何處置，最好的方法還是透過神經科專科醫師的診斷才能找到最適當的治療方式。

### ● 頭痛的病人一定要作「電腦斷層檢查」或「核磁共振檢查」嗎？

其實，大部份的頭痛病人經詳細的病史問診、理學檢查、神經學檢查，就可以得到正確的診斷及治療。某些病人則需藉助放射線檢查及科際間(耳鼻喉科、眼科、牙科、精神科)之會診共同治療。神經科的腦電波檢查可用以篩檢腦病變(腦瘤、腦血管疾病、代謝性腦症)的病例。而僅有少數的頭痛病人因懷疑是腦內實質病變(如腦瘤、腦內血腫)才需要「電腦斷層」及「核磁共振」檢查。

How to  
tell the  
doctor

★仁濟醫院門診 辜秀鶴護理師

# 如何告訴醫師 關於您的頭痛與日常生活須知!

頭痛是多數人常見的病痛之一，頭痛有很多類型，造成的原因有時也很複雜。除了儀器的檢查結果之外，就醫時在門診有限的時間內，如何與醫師作迅速及有效的溝通。患者對自身頭痛的描述即成為醫師在診斷時的重要依據。最好接受神經科專科醫師的確定診斷才能給予適當的治療。

## ● 到了門診，醫師可能會問的問題有：

1. 目的：為什麼來看門診？應先想清楚來看病的目的。
2. 時間：頭痛多久了？多久發生一次？通常在何時發作？每次頭痛是在什麼情況下發生的？
3. 頭痛的部位在那裡？是單側？雙側？或是漫延整個頭部？如果好幾處痛，哪一個部位最痛？
4. 有何因素會導致頭痛發生？如：天氣變化、食物、運動等。是否和季節、月經有關？
5. 頭痛的性質為何？是持續性的、鈍痛、針刺痛、脹痛、頭重重的感覺…等。
6. 藥物史：曾經或正在服用哪些頭痛藥物，吃了多久？效果如何？對藥物有無過敏？
8. 過去病史：有在別的地方求診過嗎？做過什麼檢查或治療呢？
9. 家族史：家中成員有人也有類似症狀嗎？
10. 如何描述頭痛的程度：若更進一步區分自己的頭痛為十級，即1至10分，我的頭痛約為幾分？比如說，您可以告訴醫師：「我現在頭痛約5-6分左右。」1到3分表示「輕度」，4到6分表「中度」，7到9分表「重度」，而10分表示「極重度」。

醫療來源：台灣頭痛學會

## ● 頭痛可從生活上注意的有：

1. 避免抽煙、喝酒。
2. 遵照醫囑服用止痛藥物。請勿自行服用市售成藥。
3. 放鬆心情、保持樂觀的態度，避免情緒激動、焦慮、緊張、不安。
4. 生活作息要正常，勿熬夜，睡眠不足或過多皆易導致頭痛。
5. 避免過長時間工作、看電視、打電腦。
6. 規律進食，三餐定食定量，試著找出可能引起自己頭痛的食物。通常這些食物包括：油炸及油膩多脂的食物、咖啡、茶、巧克力、乳酪製品、人工色素或香料等。減少鹽和味素的攝取。
7. 定期而持續的運動，可以減少頭痛的發作及緩解工作或心理之壓力。
8. 養成正常排泄習慣：便秘及用力排便會使血壓快速上，引起頭痛。
9. 可記錄自我頭痛日記，填寫可能與頭痛發作有關的生活方式與事物，瞭解影響頭痛發生的因素，並避免之，亦可提供醫師作為診療的參考。
10. 當有突然發生的劇烈頭痛或頸部僵硬疼痛，或頭痛又伴隨下列症狀，如：(1)視力模糊 (2)肢體無力，步態不穩，麻木感(3)意識混亂，嗜睡，認知功能減退 (4)倦怠 (5)發燒；抽痙，嘔吐 (6)在出力咳嗽或用力運動時發生的頭痛。請即刻送醫勿延誤。



2013

## 減重顧健康，艋舺動起來

★台北仁濟院社區健康營造小組總幹事 洪攷幸醫師

肥胖儼然成為現代文明病，高油高糖的飲食習慣與缺乏運動的不良生活型態，不僅使國人肥胖人口比率逐年增加，也增加慢性病風險，國人十大死亡原因中，就有8項與肥胖有關。目前我國成年男性體重過重或肥胖者已達51%，女性亦達36%；另國小學童體重過重或肥胖之比率，男童為29%、女童為21.0%，換句話說，已經到了四個孩子一個胖的程度，影響健康甚鉅。

為此，由戴院長擔任召集人之仁濟院社區健康營造小組，累積本院前二年辦理體重控制班的經驗，今年特別結合了社區服務資源及附設仁濟醫院的醫療資源，萬華健康服務中心、以及萬華區運動中心等十位社區夥伴單位，擴大辦理國民健康署所提倡「健康吃、快樂動」的健康減重系列活動，歷時四個月三階段，與643名參與者一同透過健康講座、運動示範、衛教諮詢、摸彩獎勵等介入方式，共計減重713公斤。最大的收穫是參與者減重後給予工作夥伴的回饋與笑容，而且過程中，本著仁濟百年守護艋舺的精神，藉著尊重在地社區夥伴的不同需求，提供協助，經評選後獲北市衛生局頒發「健康社區卓越獎」及「健康減重績優社區獎」。期待未來每一步，能與關心這塊土地的社區夥伴們一同永續耕耘，結出健康的豐碩果實。

台北仁濟院參加社區健康生活方式方案成績卓越，領取多項獎牌及獎狀。(左起社區健康營造小組總幹事洪攷幸主任、副召集人董光世顧問醫師、社區健康生活方式方案副承辦人蔡佳芸小姐、社區健康生活方式方案承辦人郭珊青小姐)



台北仁濟院參加社區健康生活方式方案成績卓越，領取多項獎牌及獎狀。(左起社區健康營造小組總幹事洪攷幸主任、副召集人董光世顧問醫師、社區健康生活方式方案副承辦人蔡佳芸小姐、社區健康生活方式方案承辦人郭珊青小姐)



102.05.11 「減重顧健康」誓師大會，仁濟醫院張英明院長與社區夥伴象徵共同打擊肥胖（由左至右為萬大社區發展協會鄭麟哲理事長、張英明院長、錦德里洪秀枝里長、萬華區健康服務中心吳俊良主任、糖廊里李平順里長）。

仁濟 邀您一起為健康加油!

台北仁濟院社區服務報導



醒獅團表演帶來吉祥與福氣



本院戴東原院長問候長輩



學生志工與長者互動

# 九九來逗陣，健康呷百二！

★台北仁濟院社會服務室 陳冷霖社工員

「重陽節」一直是本院相當重視的節日，自民國94年起，已連續9年在重陽節慶之時舉辦敬老活動，從早期以園遊會方式邀請社區長者同樂，近幾年來逐漸將重心轉為特別需要關心的獨居弱勢長者。102年10月我們舉辦重陽慶祝餐會，邀請萬華及大同區獨居長者近300位參與，這些長輩每位都在65歲以上，更有一位高齡101歲的陳爺爺，陳爺爺平時笑口常開，喜歡參與活動與人接觸。87歲的華爺爺和藹可親，還擁有一身的好舞藝，華爾滋、倫巴、恰恰都難不倒。78歲的蕭爺爺更在餐會當天，穿了一套「白帥帥」的潔白西裝，並自己創意編曲唱了一首歌獻給大家。這些長者，各自展現了生命的活力，唐朝時有云「人生七十古來稀」，而現今「人生七十才開始」，在他們身上展露無遺。

而整場餐會除了有美食之外，精采表演也不可少，邀請到紅極一時中午必看的天天開心主持人高群與婷婷，還有大誠高中醒獅團、國民大戲班、魔術秀、國標舞等表演，另外中視《超級模王大道2》模仿鳳飛飛的方寧、資深藝人向娃也到場獻唱經典老歌，讓長者回味無窮。

另外我們也結合傳統廟宇文化，安排長輩到廟中進香祈福，也因適逢60年一次的神像整修敷金，十分難得一見。本次餐會的舉辦，除了由戴東原院長帶領的仁濟院工作人員及志工120位為長輩服務外，還有九和扶輪社、德霖技術學院、大同區社會福利服務中心、萬華區社會福利服務中心、龍山老人服務中心及中正國宅銀髮族服務中心等各單位齊力合作，讓每位長輩都能安全快樂的參與餐會，度過快樂充實的一天。

傳承藝術作品成果展

★台北仁濟院社會服務室 王翊螢 股長

## 打開回憶的時光寶盒 -- 傳承藝術作品展紀實

傳承藝術作品成果展-「時光寶盒-在地生活的回憶統整與重生」，於102年12月6日-15日假臺北市鄉土教育中心2樓特展室展出，民眾看到這麼多的長者故事及作品的呈現，都覺得相當新鮮，也十分感動，還有學校老師及家長帶著小朋友們一起欣賞作品，展覽期間共計吸引600多人次參觀。

時光寶盒特展主要呈現100-102年間，曾參與本院舉辦的傳承藝術課程長者，其獨特的人生故事及作品。特別介紹本次特展主視覺-『夢想的微笑』，這是85歲的曾奶奶泡泡畫作品，曾奶奶患有失智症及重聽，多年來與外勞同住，生活十分單調，在弟弟的報名下參與了傳承藝術，在課程中回憶起數十年來不曾想起的童年記憶，包括小學時代受日本教育，最愛跳日本舞、幼年時住過台南、去過日本旅遊等，這項作品是在談論『夢想』的主題時所創作的，長輩一直希望能再到東京旅行，因此與夥伴齊力描繪出一個甜甜的笑臉，給自己加油鼓勵，期待有一天能實現願望。

而曾奶奶亦於12月7日展覽開幕日親臨現場，表達支持之意，同時還有多位參與課程的長輩也不畏寒冬來到現場，感謝多位嘉賓的蒞臨並給予鼓勵，包括萬華區黃國彥區長、愛愛院施武靖院長、老松國小簡邑容校長、台灣大學楊培珊教授等。台北仁濟院期待透過本次的展覽，將蘊含長者人生故事的獨特作品，與所有民眾一起分享，也期盼長者不僅回溯過往，更能勇敢朝未來邁進。



傳承藝術作品展開幕儀式，多位貴賓蒞臨



創作人：85歲的曾奶奶



充滿長者智慧的生命故事書



康思云老師作品導覽

# 2014

## 活力健康·商業繁盛

艋舺 踩街 歲末祝福

1/18 (六) 13:00-17:00

活動地點：402號公園  
(台北市艋舺大道與西園路交叉口)

社會福利團體、社團、社區、店家一年一度全體總動員，  
讓您看見萬華食衣住行的繁榮樣貌，還有活力有勁的社區力量，  
歡迎大家一起來結緣，讓愛的力量全部展現!

**踩街一起來~**  
歡迎民眾一起來踩街，通年都幸福！線上報名請搜尋關鍵字『踩街專區』。

**福利博覽會~**  
402號公園設有「健康站、福利站、生活資訊站」，另有精彩表演及好禮大方送!