



北醫附醫 榮獲
衛生福利部國民健康署
健康職場認證



- ✓ 健康啟動標章
- ✓ 健康促進標章

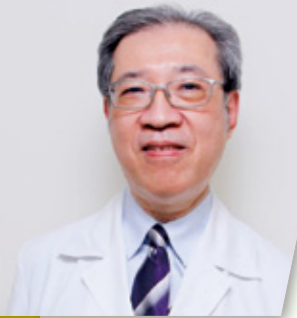


Facebook



YouTube

新任醫師介紹



血液腫瘤科主任
陳盛鈺

現職

- 臺北醫學大學附設醫院
血液腫瘤科主任暨專任主治醫師

學歷

- 臺北醫學大學醫學士

專長

- 頭頸癌、鼻咽癌、食道癌、肺癌
- 癌症化學治療、標靶治療免疫治療
- 乳癌、大腸癌、攝護腺癌、肛門癌

門診時間：週一下午、週二上午、週三上午



病理科主治醫師
高郁茜

現職

- 臺北醫學大學附設醫院病理科
專任主治醫師
- 臺北醫學大學病理學科助理教授

學歷

- 臺北醫學大學醫學系醫學士

專長

- 病理學
- 骨與軟組織腫瘤病理

經歷

- 臺北榮民總醫院腫瘤醫學部
藥物治療科主治醫師
- 美國洛杉磯希望城醫學中心腫瘤科
進修 (City of Hope National
Medical Center)
- 國立陽明大學醫學系講師
- 臺北榮民總醫院內科部血液科總醫師
- 林口長庚紀念醫院內科住院醫師

北醫附醫 4 月 健康報

APR. / 2022

宗旨 Mission

以創新、卓越、尊重生命的理念，達成
大學附設醫院教學、研究、服務之使命

願景 Vision

成為國際一流的大學醫學中心

核心價值 Values

以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

目標 Goal

建構智慧醫院及健康照護生活圈，提供
五全的醫療照護

※ 五全：全人、全家、全隊、全程、全社區

發行人：邱仲峯

總編輯：張君照 蕭淑代

張承仁 (執行總編輯)

編輯顧問：曾頌惠 蔣永孝 魏柏立

吳玉琮 張詩鑫 王偉

編輯委員：周百謙 蘇秀悅 黎書亮

林子閔 黃姚儒 林麗卿

李山任 陳文倩 游凱宇

蔡昇峰 蘇柏璇 林冠伶

執行編輯：黃仲毅 吳雅真 尤櫻儒

林相美 蔡易庭 張淑慧

攝影：曾光洵



健康報電子版



健康報問卷調查



院址：110301 臺北市信義區吳興街252號

電話：(02)2737-2181

官網：http://www.tmu.org.tw

版權所有，非經本刊及作者同意
請勿做任何形式之轉載

目錄 | CONTENTS

2

附醫新訊

- 2 北醫附醫榮獲健康職場認證 蘇千田、尹雪歡
- 4 全面提升照護品質 冠心病、糖尿病 陳志維、翁瑄甫
團隊通過醫策會疾病照護品質認證

6

全人關懷

- 6 做，就對了 疫情中的溫暖 張建中

8

院級中心

- 8 兒童腫瘤中心 劉彥麟、何宛玲
精準 創新 追求最高治癒率

10

節日專題—兒童節 / 世界帕金森日

- 10 拒絕肥胖 從小開始 黃映齊
改變致胖環境 維持健康體重
- 12 解決孩童尿床問題 父母必知的觀念 劉采苓
- 14 多做戶外活動 守護孩子靈魂之窗 薛群美
- 16 深部腦刺激術 戴瑞億、葉篤學
助帕金森氏症 病友迎新生
- 18 請緊握曾經顫抖的雙手 李 芸
帕金森氏症藥物常用藥物介紹

20

健康保健

- 20 精準醫療時代 淺談兒童腦瘤的遺傳性 廖敏華

21

健康報報

- 21 戴口罩悶壞皮膚 保養秘訣大公開 美容醫學中心
- 22 儲值健康 重啟新活力 健康管理中心
- 23 健康減重 快樂享“瘦”溫馨園地 體重管理中心

24

活動快訊

- 24 四月活動講座
- 25 捐款芳名錄 / 社工基金補助徵信錄

空間再造 友善職場 員工關懷 攜手共好

北醫附醫榮獲健康職場認證

文 / 北醫附設醫院

職業醫學科主任 **蘇千田**
職業醫學科勞工健康服務護理師 **尹雪歡**

「一間珍惜每個生命的醫院」是本院的核心價值，在此觀念下，我們不停思考並改善、打造一間有溫度的醫院，期望帶給員工健康的職場環境，因為我們知道，只有快樂的員工，才能發揮出最大的能力。

北醫附醫全新打造員工專屬空中花園、主治醫師辦公室、幸福空間等環境，提供同仁在工作之餘，也能充分紓壓休憩的環境。

從加入北醫前的新人體檢、疫苗施打，工作時的過負荷預防、母性健康保護、人因性危害改善，休假時的員工旅遊、藝文欣賞，到設立無菸環境、自遊空間等健康支持性環境，我們致力於提升職場健康促進，並成功在109年通過衛生福利部健康「啟動」職場認證。

110年COVID-19疫情爆發，原訂舉辦之健康促進活動全數取消，身為重度急救責任醫院的北醫，在高強度壓力之下，全院同仁勇敢承擔起應負的責任，齊心抗疫。在這之中，我們看到了員工的痛苦，高強度的工作造成身體疲憊、高風險的環境造成心靈壓迫，在社會活動近乎停擺的情況下，想要外出放鬆都會擔憂自己成為防疫破口。因此，員工健康服務團隊和員工社心靈關懷團隊啟動了，以物理治療、職能治療、音樂治療、營養及運動健身等方式促進員工的復原力及自主壓力抒發，和員工一起努力走進了後疫情時代。而這些應變措施也再次得到了衛福部的肯定，獲得110年健康「促進」職場進階認證。

改善職場環境、創造友善職場是我們永遠的課題，未來，團隊將持續於第一線活動，以成為員工背後的支持力量，Your health, We care !



▲北醫附醫定期舉辦運動課程，協助員工養成運動的習慣。



▲北醫附醫榮獲衛生福利部國民健康署健康職場認證—健康啟動及促進標章。

全面提升照護品質 冠心病、糖尿病團隊 通過醫策會疾病照護品質認證

文 / 北醫附設醫院

心臟內科主治醫師 **陳志維**
新陳代謝科主任 **翁瑄甫**

臺北醫學大學附設醫院冠心病照護團隊、糖尿病照護團隊分別通過冠狀動脈疾病、糖尿病照護品質認證的肯定，持續邁向建構智慧醫院及健康照護生活圈、提供五全的醫療照護的發展目標。

北醫附醫自107年起通過9項醫策會疾病照護品質認證，透過跨域整合、團隊協作，持續發展團隊特色並提升醫療品質。

冠心病團隊結合遠距醫療，高風險心血管患者快意人生，不揪心

北醫附醫冠心病團隊繼107年通過醫策會急性冠心病疾病照護品質認證及109年獲得國家品質標章（SNQ）肯定後，今年（110年）又通過

醫策會冠狀動脈疾病照護品質認證。

北醫附醫心臟內科主治醫師陳志維表示，心血管疾病長期占據國人十大死因第二位，心肌梗塞等冠狀動脈疾病更是令國人聞之色變；冠心病團隊結合心臟內外科、重症醫學、急診醫學、復健醫學、社區戒菸、護理、藥劑、營養、遠距醫療及醫療品質等部門組成跨科部團隊，提供高品質整合性冠心病照護。

團隊透過SDM（Shared Decision Making，醫病共享決策）提供冠心病病人個人化治療方針，由病人與醫師共同決定治療方向，不論是心導管支架治療、外科繞道手術或是藥物治療都能達到以病人為中心照護過程。

陳志維醫師指出，團隊更與遠距醫療合作，透過穿戴裝置及遠距儀器提供嚴重冠狀動脈疾病或心肌梗塞等高風險病人居家心律及血壓等數值監測，監測結果更能及時通知醫療團隊調整治療回饋病人，使本院急性冠心症患者出院後14天再住院率由107年的3.38%下降至109年的1.47%。

智能北醫、全人關懷、精進不懈的糖尿病照護

北醫附醫新陳代謝科翁瑄甫主任指出，在臺灣罹患「糖尿病」人數已達230萬，每年新增近16萬人，個案數成長愈來愈快，且有日漸年輕化的趨勢。糖尿病與相關併發症是國人重要死亡原因，也是造成殘障失能的重要原因，深深影響個人與家庭的生活品質與經濟。

北醫附醫糖尿病照護團隊以提供國際級醫療保健服務為願景，近年更以「全人、品質、

價值、智能」為核心目標與策略，持續進化照護模式。包括定期召開跨科跨團隊會議，進行個案分析與品質指標討論，會議中使用「Power BI商業智慧管理」平台，以視覺化的「電子儀表板」呈現各指標達成狀況，清楚掌握及監測不同專科與醫師的醫療表現，以求精準改善品質。

糖尿病照護團隊訂定糖尿病專屬的病人安全目標，對門診及住院病人實施個案管理方案；針對血糖控制不佳病人進行「醫病共享決策」，除深入了解病人血糖控制不佳的原因，也讓病人在獲取充足資訊之後，還能參與自身的醫療決策。對門診個案管理病人定期實施全身性完整評估，除糖尿病相關病況，另針對糖尿病各種可能併發症進行早期篩檢，以及時轉介相關醫療專科；且針對高齡長者常遭遇之骨質疏鬆與肌少症進行評估，落實貫徹「全人關懷」精神。



▲北醫附醫通過冠心病照護品質認證，由內科部黃群耀主任（右）代表授獎。



▲北醫附醫通過糖尿病照護品質認證，由新陳代謝科翁瑄甫主任（右）代表授獎。



做，就對了 疫情中的溫暖

文 / 北醫附設醫院

| 社工室主任 **張建中**

Covid-19疫情席捲全球，臺灣雖然在先天上有著海島國家的天然屏障，但終究無法豁免。潛伏在社區中的案例還是會散播出來，許多人也不知道自己在何時、何處被感染，這些人可能是我們的親友、可能來自各行各業，但如果被感染者是醫療人員便會被放大檢視。因此在醫院的工作人員如果被感染了，就可能背負著比一般人更大的心理負擔。

本院的同仁，也如同其他醫療機構人員一般，在處處小心仍無法倖免情形下被感染。因此需進行隔離，於可能的傳染期間所接觸的同仁與家人也必須進行隔離。

面對自己隔離的不安與焦慮，面對未知的病情變化，加上隔離為一人一室，很人與人互動。種種更是加重心理的不安。

臺北醫學大學附設醫院的邱仲峯院長基於以上種種，特別召集院內相關科別專業人員組成功能小組，對被隔離的同仁進行社心靈的全人關懷。接到邀請時，因自己本身是社工，有關「全人關懷」、「靈性關懷」是陌生的議題，心裡還在琢磨要如何進行社心靈關懷，但心想「做，就對了」，也只能硬著頭皮致電關心。

印象很深的是，幾乎致電過去的每一位同仁最在意的不是面對未知的篩檢結果或病情，而是在意自己被隔離了，單位內的業務是否會因為自己不在而增加同仁的負擔，幾乎是把工作放在第一位的信念也著實讓人不捨。另外有部分同仁不敢讓家人知道自己被隔離，也因此對家人說了善意的謊言。

但因為家中還有其他需要被照顧的長輩或子女，在知道這樣的訊息後，先行了解同仁是否有其他親友可提供短期協助，隨後趕緊聯繫社政部門，告知有此狀況，詢問是否可安排短期安置。另外也將此訊息讓單位知道，而單位主管在了解後立刻詢問其他同仁是否可以提供協助，總總安排，充分展現全院一心的緊密連結。

每天的致電關心，其實不只是關心，更是同仁與醫院之間的聯繫窗口。關懷者會將目前主管機關與醫院的最新建議與相關措施告知被隔離的同仁，同仁也會提供自己切身的想法作為規劃的參考，而醫院也以最有利於同仁的方向來進行。

事實上關懷者可能無法解決被隔離同仁的種種疑難雜症，但關懷者應自詡為「疑難雜症的終結者」。也就是說雖然我無法解決被隔離同仁的種種疑難雜症，但只要同仁提出來，我就會想盡辦法找到可以解決問題的人或單位，即便未如預期，也會告知為何是以此種方式處理，畢竟，信任關係就是如此建立出來的。

幸運之神總是眷顧努力的人，隨著國內的疫情趨緩，幾個月後幾乎沒有同仁再被隔離，但對同仁的關懷卻不能終止，因此，邱院長起心動念於2021年10月成立員工關懷中心，希望能延續疫情期間對被隔離同仁與防疫團的社心靈關懷，擴及到全院同仁。這是一個創舉，雖然很難，但員工關懷中心的所有同仁還是秉持「做，就對了」的信念繼續前進。

一間珍惜每個生命的醫院，
員工關懷中心關懷您的全人康健！

諮詢協助請撥打：

- 1.院內專線3344 (週一到週五 08:00-17:00)
- 2.衛生福利部1925疫情安心專線 (24小時)





兒童腫瘤中心

精準 創新 追求最高治癒率

文 / 北醫附設醫院

- | 兒童腫瘤中心主任 **劉彥麟**
- | 兒童腫瘤長期追蹤照護方案主持人 **何宛玲**

小P是一位1歲多的小男孩，平時活潑可愛，十分好動。最近爸媽覺得他精神活力下降、嘴唇與膚色有些蒼白，有一天晚上竟然發燒了！趕緊帶來醫院急診，經醫師檢查發現多處淋巴結明顯，且肚子脹脹的、有脾臟腫大，抽血檢驗發現白血球上升、血紅素下降，而且從血液抹片中看到許多不成熟的「淋巴母細胞」。這究竟是怎麼回事呢？

臺灣每年約有500多位兒童診斷癌症，包括白血病、淋巴瘤、組織球增生症等血液腫瘤，以及腦瘤、生殖細胞瘤、肉瘤、神經母細胞瘤…等實體腫瘤。其中，白血病又名血癌，源於身體的骨髓或胸腺等造血系統，因部分造血

細胞發生突變，產生大量不成熟的母細胞（又名芽細胞）循環在血液中，就像是在血液裡看到腫瘤細胞一樣，因此血癌等造血細胞突變增生的疾病，又被稱為「血液腫瘤」。

在兒童血液腫瘤當中，最常見的是急性淋巴性白血病（簡稱ALL），占所有兒癌的25%。其成因除了少數可能與唐氏症或TP53基因突變等腫瘤易感症候群有關，其餘九成以上的發病都是隨機、偶發的。兒童癌症經過適當診療，8成以上可以治癒，而且有很多方法可以緩解疾病與治療的不適。因此我們經常鼓勵病童家長，千萬不要有自責或埋怨的心情，只要靜下心來，幫助孩子一起了解疾病與診療過程，勇敢接受

標準治療，與醫療團隊一起努力戰勝疾病。

為照顧癌症病童獨特的需求，本院兒童腫瘤中心打造專屬友善空間與環境，由國際級專家領軍，建立跨領域團隊團隊，為罹患白血病、腦瘤及腫瘤的兒童及青少年，規劃最佳治療方案。結合兒童神經外科、小兒外科、放射腫瘤科、影像與病理科，為罹患腦瘤及腫瘤的病童提供尖端診療服務，如3T-MRI高階磁振造影、分子病理診斷、立體定位腦瘤手術、螺旋刀放療及今年即將啟用的質子放療等。透過多專科團隊會議，討論最合適治療順序、追蹤治療進度。近年來醫藥進步，在全民健保與兒癌基金會的共同支持下，已有多種標靶治療與免疫療法納入標準療法，可望繼續提升治療成績。對於復發或難治性腫瘤個案，則與分子腫

瘤團隊，討論精準醫療、標靶治療、免疫治療的可能性。此外，透過轉譯研究與臨床試驗，持續為病患開發新治療、追求新希望。

兒童腫瘤中心未來即將在臺北癌症中心蔡萬才癌症大樓的二樓，設置兒童友善的門診專區，讓病童在宛如可愛森林的候診區與門診治療空間，從探索互動遊戲中完成每一次回診與治療。住院照護團隊則在7A兒童病房，打造友善空間與創造性藝術治療活動，讓家長與病童全心投入治療，實現全人、全家、全隊、全程、全社區照護。同時，社工師評估家庭資源與補助需求，復健醫學團隊結合音樂治療、藝術治療等專業，促進病童的復原歷程，陪伴病童與家庭，共同走過診斷、治療、追蹤、康復的歷程。



▲白血病童小P在團隊的悉心照顧下，順利完成維持期化療，回歸正常生活與學習。



▲音樂治療結合藝術治療，透過親子創作一起提升內在療癒的力量。

後記：

經過骨髓檢查及多項實驗室檢驗後，小P確診為「前驅B細胞急性淋巴性白血病」。經過5週的引導期化療，血液中的母細胞順利消失，進入緩解期。在幾個月密集的鞏固期與再引導期住院治療後，再也檢查不出殘留癌細胞，隨後在門診定期回診，順利完成2年多的維持期治療，同時開始上幼稚園，與同儕一起學習探索。在治療滿5年後，小P開始接受每年定期的「康復者長期追蹤」照護服務，經檢查確認沒有治療相關的延遲效應產生，外觀與身體狀況皆與一般兒童沒有明顯差異，即將進入國中就讀。

兒童腫瘤中心跨領域團隊，為病童打造安全、關懷、支持性的環境，規劃高品質、個人化的最佳治療。在不久的將來，即將在癌症新大樓二樓兒童專區及五樓兒童專屬治療室，為病友與家庭服務。



拒絕肥胖 從小開始

改變致胖環境 維持健康體重

文 / 北醫附設醫院

兒科部兒童肝膽腸胃科主治醫師

黃映齊

看著每一個孩子健康快樂的逐漸壯碩、長高長大，莫過於父母及每一位兒科醫師心頭上最幸福滿足的感受。每一位寶貝的孩子，所量測的身高、體重、頭圍和身體質量指數 (BMI) 都落在國健署及世界衛生組織 (WHO) 所提供的生長曲線上，刻畫出專屬於孩子的生長旅程，以及照顧者一路上的溫暖陪伴。然而，當飲食文化隨著時代的演化，食物選擇、食物供給、生活型態等逐漸產生了變化，導致部分孩子的生長曲線趨向「肥胖」。不論孩子們是否帶有「肥胖基因」，攝取過多熱量的孩子逐漸長成小胖弟、小胖妹，而肥胖潛在的健康風險就像是冰山下一連串的影響。若不重視，則如同埋下了一顆不健康的種子，希望在未來的10至20年不要萌芽。

「小時候胖，不是胖」？

「小時候胖，不是胖」這個觀念僅適用於 30-40% 的肥胖兒童。根據國健署的統計，小學時，肥胖兒童60-70%在成人後仍然肥胖；國中時肥胖，70-80%將成為肥胖成人。世界衛生組織(WHO)呼籲：「肥胖是一種慢性疾病」。

何謂兒童肥胖？

不論孩子在什麼年齡，只要身體質量指數(BMI) 相較於同齡、同性別的孩子，超出85百分位即為過重，超過95百分位則達到肥胖的定義。除了BMI以外，有時可觀察到黑色棘皮病，表現於脖子、腋下、及腹股溝黑黑的洗不乾淨，即為胰島素抗性。

兒童肥胖，對健康有什麼影響？

兒童肥胖，除了有可能演進成代謝症候群(熟知的「三高：高血壓、高血糖、高血脂」)，此外，兒童肥胖同時也提升了各種慢性病的風險，其中糖尿病、心臟病的風險更是上升了2-6倍。部分觀點僅著眼在孩子的身高，想著只要孩子的身高不輸人，胖胖壯壯的一樣很健康。肥胖孩子的確在8歲前生長較快。然而，事實是，肥胖兒童相較於一般兒童將會提早半至一年達到生長高峰，接著提早走下坡，導致 18 歲時的最終身高略遜一籌。亞太肥胖會議提出，「肥胖不僅是慢性病的危險因子，應視為一種疾病並積極治療」。

改變致胖環境，還給孩子健康環境

所謂「致胖環境」即為高熱量低營養的食物唾手可得，加上不良的生活習慣，導致運動機會減少、靜態時間增加。照顧者應積極介入過重或肥胖兒童的生活型態調整。不同於成人，兒童位於生長發育的階段，過度

控制飲食並不適當，但垃圾食物的攝取本應減少，朝向「少鹽、少油、少糖、高纖」，且每餐定時定量的目標。另外，3C產品時間應有適當的規範，同時增加運動量。運動不一定能降低體重，但能降低體脂，每天建議運動目標為30分鐘，每周150分鐘。充足睡眠也相當重要。

要健康，不要胖

2-18歲的兒童與青少年應至少每年一次至兒童腸胃科醫師的門診進行健康體位的評估，依據各年齡得到最適當的飲食衛教和營養建議。醫師將進行專業評估，了解導致孩子肥胖的生活因素，包括生活作息、飲食和運動習慣、睡眠等，同時了解孩子是否有肥胖相關之危險因素 (包括肥胖家族疾病、家族性血脂異常、早發性心臟病等)，並且協助排除內分泌因素。如有需要，醫師可提供開放性討論與對話，和肥胖兒童及照顧者共同設立健康體位的目標，提供適當的減重速率，以及藥物手術治療等相關諮詢。期待每一位孩子的成長過程，要健康，不要胖。

作者 介紹

主治專長

- 一般兒科疾病衛教
- 嬰幼兒營養
- 兒童全腹部超音波檢查
- 兒童腸胃科相關疾病
- 兒童胃腸內視鏡檢查

門診時間

週一夜間、週三上午/下午、週四上午



解決孩童尿床問題 父母必知的觀念

文 / 北醫附設醫院

兒科部兒童腎臟科主治醫師

劉采苓

11歲的害羞大男孩來到診間，坐了許久才緩緩述說：「醫師，我怕我畢業旅行時尿床怎麼辦？」原來，這個問題已經困擾他許久。

在2-4歲時，孩童已經準備好開始如廁訓練，有意識的膀胱控制，必須具備幾個條件：意識到膀胱充盈；有意識地收緊外括約肌以防止失禁的能力；正常的膀胱生長和孩童保持乾燥的動力。排尿的過渡階段是指兒童獲得膀胱控制的時期，女性通常在男性之前獲得膀胱控制。

尿床的定義為5歲後的孩童於睡眠時不自主的排尿現象，通常男生多於女生。尿床又可以分為原發性（估計有75-90%的兒童患有尿床症；夜間排尿從未得到控制）或繼

發性的（10-25%；孩子在夜間乾燥至少幾個月，然後出現尿床）。不治療的狀況下，每年約15%的尿床兒會自動好轉，其在成人中的發生率<1%。總體而言，75%的尿床兒童僅在夜間尿濕，25%的兒童白天和夜間皆尿濕。這種區別很重要，因為泌尿道異常的機率較常發生在白天和夜晚皆有症狀的孩童。單一症狀尿床比多症狀尿床（相關症狀如尿急、排尿猶豫、頻率改變、日間失禁等等）更常見。

再來我們來淺談原發性尿床造成的可能原因，先決條件是要先排除其他生理或心理因素如：尿崩症，糖尿病，泌尿道感染，便秘，膀胱功能障礙或心因性等等。關於尿床致病機轉，遺傳也是有關聯的，目前尿床的原因主要為下述幾項：



1. 夜間膀胱容量不足
2. 過度熟睡
3. 夜間多尿

上述原因皆有可能發生，對症下藥才是解決之道。在尿床可能造成自尊心受創或人格發展的問題時，可以考慮治療。

最好的治療方法是讓先讓孩子和父母放鬆緊張心情，告訴他們這種情況是自限性的，並避免可能對孩子的心理發育產生不利影響的懲罰性措施。晚上6點或7點後應將液體攝入量限制。父母應該確定孩子在睡前排尿，下午5點後避免攝入多餘的糖和咖啡因都是對治療有益的。

6歲以下的兒童應避免積極治療，因為尿床在年幼的兒童中極為常見。與年齡較小的兒童相比，接近青春期的兒童的治療更有可能成功。此外，治療最有可能對有希望保持乾燥的自我意識兒童較有效，而對超重兒童的治療效果較差。兒童能積極參與治療的

是治療成功的極大因素。

最簡單的初步措施是激勵療法，在孩子入睡幾個小時後叫醒他們讓他們排尿，儘管這種措施不是治癒性的。心理治療的主要作用是幫助孩子在心理上處理尿床，幫助激發孩子在夜間膀胱充滿時能醒來排尿。

藥物治療之前，會希望家長詳細記錄孩童的小便日記且做尿流速及超音波檢查，來判斷尿床的原因以擬定治療方向。若是夜間多尿，大多使用合成的抗利尿激素類似物，可以減少夜間尿液產生。晚上限制液體很重要，如果孩子患有嘔吐或腹瀉的全身性疾病，則不應使用該藥。如果有效，應使用3-6個月，然後嘗試逐漸減少劑量。

對於治療夜間膀胱容量不足或有膀胱過動症狀的兒童，需要進行抗膽鹼能治療。通常在睡前服用託特羅定2毫克。便秘側為潛在的副作用。在單獨藥物不成功的情況下，聯合治療通常是有效的。正視尿床問題，配合檢查與治療是有機會改善，進而幫助孩子建立自信。

作者 介紹

主治專長

- 兒童泌尿道疾病、尿床
- 嬰幼兒與兒童急性慢性透析治療
- 一般兒科醫學
- 兒童腎臟超音波、水腎
- 兒童預防保健

門診時間

週二上午、週三夜間、週五上午



多做戶外活動 守護孩子靈魂之窗

文 / 北醫附設醫院

| 眼科主治醫師 **薛群美**

根據國民健康署委託臺大醫院團隊以散瞳驗光方式於106年執行之「兒童青少年視力監測調查」結果顯示，小六學童近視（ ≥ 50 度）盛行率為70.6%，高度近視（ ≥ 500 度）盛行率為10.3%，高三學生近視盛行率達87.2%，而高度近視（ ≥ 500 度）盛行率更高達35.7%。高度近視病對未來成人的視力影響嚴重，容易產生如青光眼、白內障、視網膜剝離等併發症，所以需要積極預防及治療。

研究發現，兒童多做戶外活動，可有效避免近視發生。在新冠疫情期間，香港學童的戶外活動時間減少，近距離用眼增加，近視率增加2.5倍，積極控制近視度數的惡化很重要，也間接證明戶外活動在近視預防的重要性。

想預防及瞭解孩子有無近視，建議家長帶3歲以上幼童定期接受眼科散瞳檢查，消除假性近視的干擾以診斷有無近視，檢測結果才會精準，每半年或一年檢查一次，確保眼睛健康。

護眼六招

1. 每日戶外活動2小時以上。
2. 未滿2歲避免看螢幕，2歲以上每日不要超過1小時。
3. 用眼30分鐘，休息10分鐘，看書保持35-45公分距離。
4. 讀書光線要充足，坐姿要正確。
5. 均衡飲食，天天五蔬果。
6. 每年定期1-2次檢查視力。

視力不良者影響日常生活，如看黑板眯眼、近視度數超過150-200度，建議配戴眼鏡（輔具）矯正，但須提醒學童及家長，眼鏡為輔具並非治療，度數仍會增加，可搭配散瞳劑及變色鏡片或多焦鏡片（+1.5D）。配鏡度數以遠視力全矯正為原則，如為低度（200度以下），建議近距離活動不須戴眼鏡，僅遠距離視力需求使用眼鏡；高度近視者可減度配戴；多焦點鏡片適用於較高度近視或已在使用長效散瞳劑有看近困難症狀。

另外，配戴角膜塑型鏡片及使用低濃度的阿托平（Atropine）眼藥水是日前可以選擇的控制近視的方法。角膜塑型術之矯治近視原理為利用硬式隱形眼鏡對角膜弧度進行壓平，改變角膜屈光度而得減少近視度數，故具有矯正及控制近視度數飆升的效果。衛福部建議，角膜塑型片比較適合9~18歲的兒童及青少年配戴，因為角膜塑型片是醫療器材，又會直接接觸眼角

膜，剛開始配戴的時候一定會覺得不舒服，所以建議已能清楚表達症狀的9歲兒童開始配戴，建議戴到18歲。近視度數在400度以下，散光150度以下，使用效果比較好。針對隱形眼鏡常見的角膜細胞受損、感染等情形，其實風險跟配戴隱形眼鏡相同，只要做好清潔工作、感染的機率很低。



作者 介紹

| 主治專長

- 青光眼診斷及治療
- 一般眼疾
- 兒童視力保健

| 門診時間

週一上午、週二上午、週五下午/夜間



戴瑞億醫師



葉篤學主任

深部腦刺激術 助帕金森氏症 病友迎新生

文 / 北醫附設醫院

神經內科主治醫師 **戴瑞億**
神經內科主任 **葉篤學**

50多歲的張先生大約從10多年前開始被診斷有帕金森氏病，門診用藥多年控制良好，但從2年前開始出現動作波動及異動症。病人在接受深部腦刺激手術後，藥物劑量減少，動作波動及異動症改善，動作改善佳，又可以回到之前生龍活虎的狀態，最近還有參加路跑的打算。

帕金森氏病是第二常見神經退化性疾病，此疾病因中腦黑質細胞逐漸凋亡，導致負責神經傳遞的多巴胺減少，大腦基底核迴路功能異常，無法正常調控肢體動作，因而產生動作症狀。

帕金森氏病主要表現為動作緩慢、不靈活、顫抖、肢體僵硬、面具臉及步態異常。典型的帕金森氏病對於藥物治療的反應良好，通常可以維持7~10年良好的動作改善。然而，



▲北醫附醫神經內外科的帕金森氏病治療團隊與病患張先生(右2)一起切下慶生蛋糕，象徵張先生重獲新生。

隨著發病時間漸長，疾病分期越趨嚴重，藥物劑量也常需隨之調高，病人也開始會出現動作波動或是藥物伴隨的異動症，病人變成要在藥效及藥物併發症之間取捨，而影響病人生活品質。除了調整藥物使用外，深部腦刺激術的外科介入可作為輔助藥物的治療方法，在合適的病人身上可帶來不錯的動作改善，減少藥物使用劑量及藥物併發症。

深部腦刺激術之手術技術發跡於1960年代，於1993年法國Benabid教授團隊進行了全球首例人體帕金森氏病之深部腦刺激術，透過手術方式將治療電極植入兩側大腦深部視丘下核或是蒼白球內側核，藉由高頻的脈衝微電流刺激調節動作迴路，以改善動作控制。適合接受深部腦刺激術的病患需符合一些條件，包含典型帕金森氏病發病5年以上、對於左多巴或多巴胺促效劑藥物治療反應良好、嚴重的藥效波動或是藥物引起之異

動症等，且需排除有其他腦部疾病、失智、精神異常、憂鬱症、合併有癌症或其他出血性疾病等。

深部腦刺激術術前需接受評估，以再次確定病患符合前述條件，此外，也要確定病患及家屬了解整個手術過程、費用、相關風險及手術成效。住院手術階段由團隊共同進行，包含神經內、外科、影像醫學科、麻醉科等，術前會先透過影像檢查進行術前計畫以定出準確的電極植入位置，之後精準地完成立體定位手術，並於加護病房及普通病房接受術後照護。其後，則依病患術後狀況進行刺激參數及藥物調整，讓病患獲得最佳的動作控制及最少的副作用。

北醫附醫由神經內外科組成全人治療團隊，與帕金森氏病病患一起努力克服疾病帶來的不便。

作者介紹

戴瑞億醫師

主治專長

- 帕金森氏症及動作障礙疾病
- 腦中風、其他腦血管疾病
- 頭痛、暈眩
- 癲癇
- 神經肌肉疾病一般神經科疾病

門診時間

週一上午/下午、週二夜間、週四下午

作者介紹

葉篤學主任

主治專長

- 帕金森症與動作障礙疾病
- 失智症相關神經退化疾病
- 神經基因疾病
- 動作障礙
- 神經纖維瘤症
- 腦血管疾病

門診時間

週一上午、週二下午、週三上午、週四下午



請緊握 曾經顫抖的雙手 帕金森氏症 藥物常用藥物介紹



fb 北醫附醫/
正確用藥資源中心

文 / 北醫附設醫院

| 藥劑部藥師 **李 芸**

隨著年齡增長，最近是否有觀察到身邊的長輩出現手抖、面無表情、關節僵硬、小碎步行走的現象呢？如果有的話，請小心帕金森氏症找上門（Parkinson's Disease）！

帕金森氏症是一種神經物質「多巴胺（Dopamine）」不足的慢性中樞神經系統失調的疾病，這會導致肢體動作障礙、影響語言能力及其他功能，例如：頭、手無法控制的靜止性震顫，肢體僵硬，平衡感不佳，面部表情僵硬和字跡突然改變、睡眠受到干擾等等。根據2011年臺灣健保資料庫顯示，

台灣的帕金森氏症患者約達4萬人，發病年齡主要集中為55至60歲，男性病人居多，年齡越大，盛行率越高。若有家族病史，當自己或親友疑似罹患時，請盡早至神經內科就診，由醫師進行診斷並討論最佳治療。

若經確診為帕金森氏症病友，健全的心理建設非常重要。良好的心理調適配合各種治療，才能成功對抗人生中的每一道難關。除了吃藥可以有效緩解症狀，保持每天運動的好習慣和多出門社交也能刺激多巴胺的產生，進而幫助改善病情。

那麼北醫院內有哪些藥品可以幫助病友呢？讓我們一起來看看下面的介紹吧！

關於帕金森氏症病友的日常照護，在飲食方面可多多補充維他命C、E，以利延緩

神經細胞的老化速度；挑選較軟嫩、流質的餐點避免噎到；活動時使用適合的輔助器以策安全；洗澡時可以用溫水按摩肌肉適度放鬆。身為照護者，記得彼此和病友加油打氣，樂觀共同攜手對抗病魔吧！

商品名/學名/劑量	注意事項
補充多巴胺、延長多巴胺效用	
Madopar® (Levodopa+Benserazide) /125mg、250mg	可能有幻覺或妄想，建議空腹前半小時或是飯後一小時吃療效最好。
Rakinson® (Rasagiline)/1mg	可與多巴胺作用劑搭配。易與其他藥物有交互作用。可能造成高血壓。
Comtan® (Entacapone)/200mg	單獨使用無效，需與其他藥物搭配使用。可能使尿液呈橘色及肝指數上升。
Stalevo®(levodopa+carbidopa+entacapone) /100/25/200mg	類似Madopar的效果，但在身體內排除及作用時間較長。
Requip® (Ropinirole) /0.25mg、1mg、2mg	白天會想睡甚至是突然入睡。可用於不寧腿症候群(restless leg syndrome/RLS)。
Mirapex® (Pramipaxole) /0.375mg、1.5mg、1mg	可改善病人的憂鬱症狀，但長期服用可能引發衝動控制障礙。
Butin® (Bromocriptine)/2.5mg	較少用，長期易引起心臟瓣膜病變。
抗膽鹼藥物(針對手抖)	
Biperin® (Biperiden)/2mg	偶有口乾、精神激昂、視力模糊、嗜睡或定向力障礙、姿勢性低血壓、便秘、行為障礙等副作用
B.H.L® (Benzhexol)/2mg	可能會口乾、便秘、尿滯留。對於精神跟認知有負面影響，在老人或是已失智的病人使用需謹慎。
增加多巴胺的量或直接刺激多巴胺接受器，常用在帕金森氏症初期	
Amanda®(Amantadine)/100mg	腎功能不良者應避免。可能造成水腫、幻覺或妄想。

註：請務必注意這些藥品都是屬於處方藥品，若無醫師藥師指示而且尚未經過診斷及評估，擅自購買使用，可能造成身體危害。



精準醫療時代 淺談兒童腦瘤的遺傳性

文 / 北醫附設醫院

癌症中心遺傳諮詢師 **廖敏華**

成人癌症發生的原因可能是因為環境汙染、病毒、生活習慣或飲食等後天的外在因素所引起的，相對於18歲以下的孩童出現癌症，許多父母都難以理解為什麼會發生，特別是三歲以下的幼兒，父母親還會疑惑在產檢的時候明明就沒有檢查出異常阿？羊水晶片等各種檢查也都沒有問題，這種先天的問題應該就是跟基因有關係阿？

但其實多數的兒童腦瘤都屬於非遺傳性，和成人癌症受到後天因素影響引發疾病的原因略有不同，與胚胎發育異常比較有關，由於孩子正在發育，細胞生長快速，一部分的細胞分化走錯了路，突變成惡性的細胞(生長無法控制)且容易轉移到其他部位影響孩子的生活，發生這類腦瘤就必須要接受較積極的腦部手術、放射線治療甚至是化療來控制病情。由於非遺傳性只是局部發育異常，80%的孩童治療後仍有機會痊癒。

另外有些低惡性/良性雖然長在腦部或身體其他位置，但生長緩慢，對於孩子的生長、智能發展、內分泌系統等短時間內影響較小，少數診斷如結節性硬化症(TSC)、神經纖維瘤(NF)、逢希伯-林道症候群(VHL)或是Li-Fraumeni syndrome等特定疾病屬於遺傳性癌症，可能是孩子在胚胎發育很早期的階段，DNA上發生一個新的突變所造成的，或是由父或母其中一方所遺傳的基因問題，這類的孩子終身都需要影像追蹤或治療，而其他兄弟姐妹也帶有相同基因突變的機會為50%。所幸目前醫療進步，已經有一些許多針對這類遺傳性癌症的藥物可以使用。

對許多父母來說，家族中沒有聽說過有類似案例，孩子突然發生這樣的疾病，總是會很擔心其他的兄弟姐妹或下一代是否也會出現一樣的問題，有沒有其他的檢測可以讓父母早點驗出問題。但由於目前對於兒童

腦瘤的成因尚未全面了解，大多沒有特定的基因或抽血檢查可以做，如果家中有兒童腦瘤的孩童，可以尋求遺傳諮詢，評估家族中是否有相關病史，有時候父母覺得不相關的症狀像是癲癇、自閉症、其他種類的成人癌症等也可能跟兒童腦瘤相關，可以尋求遺傳諮詢評估家族史來釐清，如果真的有相關性，遺傳諮詢師會建議相關檢驗讓父母參考。

也常有許多父母問到，孩子在治療過程中醫師也會做一些基因檢測，那些能不能作為其他人的檢測參考嗎？目前由於精準醫療的進步，癌症治療有許多標靶藥物需要藉由基因檢測確認帶有特定的基因異常才可使用，但這些基因檢測的結果，僅代表癌細胞的基因問題，與其他正常細胞的基因訊息不一樣，而且這些標靶藥物的基因突變也不會遺傳，所以不適合做為其他親屬的檢測參考。

由於不屬於遺傳性癌症，多數的兒童腦瘤患者在長大之後，仍然可以生育下一代，其子女罹患腦瘤的機會與一般人相同，約為8/100,000。如果診斷為結節性硬化症(TSC)、神經纖維瘤(NF)、逢希伯-林道症候群(VHL)或是Li-Fraumeni syndrome等遺傳性癌症患者，遺傳給下一代的機會不分男女皆是50%，患者與伴侶如果想藉由胚胎植入前的基因檢測(PGT-M)，挑選不帶有基因突變的胚胎再植入子宮。

兒童癌症的發生常讓父母手足無措，特別是腦部腫瘤，家長們特別擔心疾病和治療是否會影響孩子往後的智力、行為發展，擔心其他孩子是否也會出現相同問題，如果有這些疑慮可以請教醫療團隊協助解釋，也可以找遺傳諮詢師評估孩子的症狀、父母雙方的家族史以及相關資料，了解遺傳風險，也可以考慮進行相關的基因檢測排除遺傳的可能性。

戴口罩悶壞皮膚 保養秘訣大公開

長時間配戴著口罩防疫，正逢季節轉換皮膚被口罩悶著，你是不是也發生一些肌膚問題如：悶熱泛紅、冒痘痘等問題，非常時期，究竟該怎麼做才能兼顧防疫、又能維持肌膚健康呢？

1 保養品的選用

整天戴著口罩悶著的狀態下，都可能比較容易有出油與累積污垢的問題。建議油性肌膚可以使用清爽型的控油保養產品來改善，乾性肌則除使用乳液、乳霜外，可搭配使用面膜或保濕精華液保養，維護皮膚皮脂膜與保濕，也可以減少刺激發炎與濕疹的問題。額頭容易有污垢，請記得用清水擦拭，保持乾淨。

2 少化妝減少肌膚負擔

長時間配戴口罩加上擦粉底或BB霜，可能會造成毛孔堵塞、長粉刺與痘痘等問題，若需要遮瑕，底妝產品可試著選擇較清爽配方、或選擇潤色型的清爽防曬乳暫代。

3 夜間輕柔得地好好清潔肌膚

有些人因為戴口罩沒化妝，夜間可能清潔肌膚就沒這麼仔細，千萬注意，尤其是臉部T字部位容易出油的區塊，適度清潔還是很重要的，乾性肌膚的人也請用較溫和、不刺激的清潔產品。

4 晚間搭配使用酸類保養品

如果已經因為戴口罩造成粉刺問題，可視個人肌膚狀況在夜間保養搭配使用家用型果酸、杏仁酸等保養品，來幫助肌膚代謝。若已經有紅色的痘痘或發炎的悶痘，建議皮膚科門診就診，尋求專業醫

師幫忙。不要自行擠痘痘，增加感染與留疤痕的可能性。

邁向充滿希望的新年度，可別忘了好好保養皮膚，讓自己看起來清新有朝氣！

隨著科技日新月異，如皮秒雷射、魔幻極光脈、哈佛光學滾輪飛梭雷射、美國原廠極線音波拉皮等等，術後不但沒有明顯傷口需要照顧、也可以正常洗臉，恢復期很短。

想要在正常生活中，輕鬆處理黑斑、暗沉、痘疤、毛孔粗大、皺紋等等面子問題？

建議您預約美容醫學門診，向醫師當面諮詢，安排專屬自己的療程，讓自己越來越美麗。



北醫附醫醫美中心採全面預約制，預約方式如下：

北醫附醫美容醫學中心預約專線：
(02)6636-7135

官方Line ID：tmuhbeauty
週一至週四 9:00-20:30，週五 09:00-17:00，
週六 9:00-12:00

北醫附醫美容醫學中心官網：
tmuh-beauty.com



儲值健康 重啟 新活力

現代人工作繁重，生活作息不正常，隨之造成身心壓力遽增，無形中各項有礙健康的危險因子悄悄萌芽，近日媒體報導諸多人健康問題顯示，許多疾病已有年輕化的現象，青壯年的年紀儼然不再是疾病的絕緣體，惟有定期的健康檢查，早日發現潛藏的健康危機，才能有效降低罹病風險，為自己的健康人生把關。

北醫附醫健康管理中心為青壯年及上班族規劃以下健檢方案，檢查重點包含基礎健檢，並針對外食、高壓力族群之代謝症候群、長期使用3C用品、睡眠及飲食不正常，加強眼部、睡眠與自律神經檢測及心頸血管、腸胃疾病篩檢。

標準防癌 健檢專案

無痛腸胃鏡檢查
頸動脈超音波
男性攝護腺超音波
女性婦科檢查
及乳房超音波

深度A 健檢專案

心臟超音波
頸動脈超音波
自律神經檢測
C13尿素呼氣幽門桿菌檢查
免散瞳眼底攝影檢查

健康自由配 基本組合+主題式配套

【壓力上班族】
居家睡眠檢測
頸動脈超音波
免散瞳眼底攝影檢查
自律神經檢測
心臟機能檢查

樂享 韶光午後健檢

【夜貓族專案】
心臟疾病風險評估
自律神經檢測
免散瞳眼底攝影檢查
酒精代謝基因檢測
APOE阿茲海默症
— 風險基因檢測

詳細活動內容請洽詢本中心，
本中心保有修改活動內容之權利
— 北醫附醫健康管理中心 關心您

(02)2737-2181
分機8325#322-323

健康檢查
預約專線

體重管理中心

健康減重 快樂享“瘦”，溫馨園地

減重手術成功分享

體檢的抽血數據滿江紅，頭昏腦脹容易喘，睡眠品質差，有家族心臟病的病史，想趁年輕快點瘦下來，以免老大徒傷悲～找到北醫離家近，風評好，在徐偉峻醫師詳盡解說後就安心手術治療。術後滿一年瘦下來後，身體的不舒服都不見了！因為肥胖被歧視的言語也沒了（肥，都是油，很熱，身體有油耗味……）。

減肥歷程真心話～

試過靠自己運動，飲食168真得很辛苦，手術效果是明顯又有效，自己瘦不下來就可以考慮手術。



Before



After

術後一年
體重減61.2kg
脂肪減47.9kg



官方 LINE



facebook



YouTube

嗨！你終於來啦！
歡迎加入我們的大家庭

體重管理中心專線
(02)2737-2181
分機 8477

門診時間	一	二	三	四	五	六
上午診		徐偉峻 減重手術		婦產科 劉安潔 多囊性卵巢、產後、更年期減重 李佩芬 營養師門診 女性減重		王偉 減重手術
下午診	蘇柏璇 中醫減重 李佩芬 營養師門診 減脂門診	王偉 減重手術	腸胃科 簡錫淵 胃水球、胃食道逆流、內科減重	徐偉峻 減重手術		

四月活動講座

衛生教育講座

講題 靜脈曲張

日期：2022年04月01日(五) 下午13:00-13:30
地點：第三醫療大樓1F (藥局前)
講者：蕭鎮源 醫師

講題 安寧療護宣導

日期：2022年04月12日(二) 下午13:10-13:50
地點：第三醫療大樓1F (藥局前)
講者：林姿瑩 社工師

講題 高血壓的預防

日期：2022年04月15日(五) 下午13:00-13:30
地點：第三醫療大樓1F (藥局前)
講者：陳璇 醫師

講題 談癌症病友的睡眠困擾

日期：2022年4月18日(一) 下午15:00-15:30
地點：第二醫療大樓1F 癌症資源中心櫃台前
講者：李信謙 醫師

講題 口腔潔牙保健

日期：2022年04月20日(三) 下午15:00-15:30
地點：第一醫療大樓2F牙科候診大廳
講者：李柏儀 醫師

門診糖尿病講座

講題 糖尿病病人自我情緒照顧

日期：2022年04月08日(五) 下午13:00-13:30
地點：第三醫療大樓1F (藥局前)
講者：李佳潔 社工師

講題 含醣食物的認識及代換

日期：2022年04月22日(五) 下午13:00-13:30
地點：第三醫療大樓1F (藥局前)
講者：徐桂婷 營養師

窈窕瘦身講座

講題 美麗曲線輕鬆雕塑

日期：2022年04月14日(四) 下午13:10-13:40
地點：第三醫療大樓1F (藥局前)
講者：鄒鈺涵 美容師

用藥指導講座

講題 帕金森氏症藥物常用藥物介紹

日期：2022年04月26日(二) 下午13:10-13:40
地點：第三醫療大樓1F (藥局前)
講者：李 芸 藥師

※講座將視疫情狀況採滾動式調整，造成不便請見諒。

小兒科健兒門診—疫苗注射

卡介苗預防注射時間：星期四下午 / 劉采苓 醫師

疫苗注射公告：

1. 為因應衛生局疫苗管控，施打卡介苗(BCG)者，一律採集中施打方法。(時間如上公告)
2. 卡介苗有2小時的時效性，新生嬰兒會優先安排看診注射，欲施打其他針劑者，為避免久候，建議改掛它日健兒門診時間，以節省您寶貴的時間。

諮詢電話：(02)2737-2181分機8253



2022年2月份捐款芳名錄

財團法人新北市私立金樹慈善基金會	1,500,000	王麗都、湯莉蓉、郭渝玉、林信忠、妙音居士	1,000
台灣山田養蜂場股份有限公司	1,310,400	羅華美	600
財團法人光磊醫療公益基金會	825,000	林靖傑、張瑞傑、林郁珊、林朝陽、林宛俞、陳邱阿桂、陳麗文	500
正隆股份有限公司	21,000	陳昌逸、陳姮秀、陳盈臻、楊崧苑、李青純	300
許弘杰、周子雁	12,000	無名氏、陳中平	100
林世偉、林婷偉	10,000		
林忠和、林土水、台兒診所	5,000		
邱炳坤	2,000		
林玉慧	1,200		

2022年2月份社工基金補助徵信錄

項目	補助對象	補助金額	項目	補助對象	補助金額
醫療補助	陳○邦	11,950	急難救助	林○弘	1,782
	李○池	11,800		林○翰	5,000
	吳○庭	1,600		楊○穎	5,000
	李○霖	11,000		周○婷	5,000
	吳○樂	1,000		李○霖	5,000
	楊○穎	11,000		吳○樂	1,750
	林○弘	1,000		楊○穎	5,000
	林○翰	11,200		周○婷	5,000
	翁○帷	36,000		李○霖	5,000
	王○郡	35,000		吳○樂	1,750
	高○藜	6,600			
	王○民	97,080			
湯○茹	50,000				
羅○凱	2,500				
總計			總計	20人次	311,262元


捐款管道： 歡迎您親至第三大樓1樓社工室，或來電詢問捐款方式，感謝您！


聯絡方式： 北醫社工室：(02)2737-2181分機8154
本院收到捐款後會立即為您開立「捐款收據」，請妥善保存以供年度抵扣所得稅使用；承辦單位將於次月健康報上公開表達感謝！



臺北醫學大學附設醫院
TAIPEI MEDICAL UNIVERSITY HOSPITAL



 110301 台北市信義區吳興街252號

 (02)2737-2181

 <http://www.tmuh.org.tw>