



# 榮總人

Taipei Veterans General Hospital Bulletin

# 448

110年9月號



## 全面推動醫療人工智慧發展研發與應用

「醫療人工智慧發展中心」日前正式揭牌啟用，不僅可強化本院各醫療部科在AI上的研發與應用，亦可擴大與中榮、高榮以及學術界和產業界攜手合作的量能，充分發揮本院國際級的醫療專業及多年累積下來的優質大數據，結合最新的AI技術與資通訊科技，全面提升醫療照護品質。



## 榮總人月刊社組織

發行人：許惠恒

社長：黃信彰

副社長：向為平

總編輯：許淑霞

副總編輯：

王嚴鋒 陳寶民 游君耀

執行編輯：

魏子鈞 齊珍慈 吳建利

編輯委員：

王復德 王國楊 王馥庭

江怡雯 何沁沁 何翊忒

吳采虹 吳姿瑩 吳承學

吳嘉紘 吳潔曦 杜培基

林焜熙 林庭安 林釀呈

林希賢 胡力予 徐博奎

黃祥芬 黃竣暘 許百豐

莊天佑 張天恩 張瑞文

陳威任 陳正翰 陳苓仕

曹彥博 曾仁宇 舒宜芳

楊振昌 葉奕廷 廖文傑

廖文輝 齊珍慈 鄭厚軒

鄭惠禎 鄭丁靚 劉瑞瑤

鄧惟濃 賴姿妤 歐冠沂

關尚勇 藍耿欣 蘇郁文

攝影：

編輯助理：朱坤臨

行政助理：王治雁

印刷：承印實業(股)公司

新北市中和區中正路988巷15號

電話：02-22227689

# 目錄 Contents

## 要聞 風向球

- 「醫療人工智慧發展中心」揭牌啟用 2
- 本院圖書館空間改造竣工啟用 4
- 延續醫者大愛 北榮獲贈復健機器人 5

## HOT 醫新聞

- 台越攜手抗疫 北榮分享治療經驗 6
- 視雪症 (Visual Snow Syndrome)的診斷與治療 7
- 免開刀 困難膽道取石新選擇－電震碎石術 10
- 隔離照顧有智慧 快速方便更安全 13

## 專題 報導

- 阻絕疫情傳播鏈 北榮PCR採檢國家隊5役征戰成功 14

## 家庭 醫療寶鑑

- 我是否有糖尿病？-關於糖尿病篩檢 23



## 願景／全民就醫首選醫院，國際一流醫學中心

### 疾病 Q&A

新冠肺炎疫期 該如何照護我的慢性腎臟疾病 25

### 藥安 全藥健康

網路平台私自販售藥品恐觸法 26

### 營養 專欄

青少年厭食症的飲食對策 27

### 財團 法人惠眾醫療救濟基金會捐款芳名錄

108年7月份捐款芳名錄 28



## 「醫療人工智慧發展中心」揭牌啟用

本院「醫療人工智慧發展中心」(簡稱AI中心)8月12日揭牌啟用，正式宣告全面推動醫療人工智慧的研發與應用。許惠恒院長表示，智慧醫療是北榮發展藍圖的主軸，即使在艱困的防疫期間也要加快腳步不能讓步伐慢下來。退輔會馮世寬主任委員也曾公開揭示，要將退輔會醫療體系：三家榮民總醫院、十二家分院、及十六所榮家打造成為全國智慧醫療發展的場域，希望能夠為我國全面性的智慧醫療做出具體的貢獻。臺北榮總AI中心的成立，不僅可強化各醫療部科在AI上的研發與應用，亦可擴大與中榮、高榮以及

學術界和產業界攜手合作的量能，充分發揮本院國際級的醫療專業及多年累積下來的優質大數據，結合最新的AI技術與資通訊科技，以全面提升醫療照護品質。

智慧醫療委員會執行長兼醫療人工智慧發展中心主任高壽延副院長表示，



▲圖：中心成員合影。

AI中心初期將建置三大平台，包括醫研部與資訊室合作之「大數據資料與資訊建構系統平台」、放射線部與病理部組成之「創新AI研發平台」，以及各臨床部科組成之「臨床AI研發平台」，除自行研發外，亦支援各臨床部科發展AI所需之臨床數據、連續型訊號資料、醫學影像、病理和基因分析等數位新創應用技術，發展多面向的服務。未來中心也將和陽明交通大學及中央研究院合作，結合醫學與電資領域先進研發量能，加速全面智慧醫療的應用。

高副院長進一步表示，在高速運算資源上，過去兩三年間已投資上千萬經費建置GPU算力以支援院內的基本需要，但仍遠不足以跟上現今發展智慧醫療的需求，未來將持續爭取院外大型研究計畫，並利用國家高速網路與計算中心(簡稱國網中心)的巨量運算資源，在兼顧病人隱私與自主權的前提下，搭配專業級的去識別化和資安管控，藉國網中

心之力，提供本院巨量高速運算的大引擎。在人才部分，已先選派三位在智慧醫療領域著力頗深的主治醫師來協助，他們不但具有國際觀且都有跨領域跨機構協調推動大型計畫的實戰經驗，未來可以在AI中心發揮觸發、黏合、催化和槓桿的作用；中心也將再納入數位資訊工程師及資料科學家形成服務團隊，為臨床部門提供技術協助或媒合臨床團隊與大學及產業界合作，一方面擴大研發量能，另一方面也提供產業界開創或優化產品所需要的臨床場域和醫療專業。

「醫療人工智慧發展中心」希望集結全院量能發展AI智慧醫療，協助各臨床領域發展前瞻性之應用，從發想、探勘到訂定計畫，從資料的彙整、AI模型的訓練到臨床應用的落地，都提供良好的輔助流程，以促進AI智慧醫療在各醫療場域的應用，讓民眾在未來享有更前瞻、更高品質的醫療服務。

(報導 / 公關組 吳建利)

## 榮總院史廳 邀您停看聽

A History of Pride and Progress



## 本院圖書館空間改造竣工啟用



療病人，為發展精準醫學重要基石。因此感謝仰德集團許育瑞董事長的善行義舉，讓臺北榮總圖書館以最舒適的空間，最完整的醫學資源，提供專業優質服務。

許育瑞董事長則指出，仰德集團長期深耕士林、天母地區，協助完成臺北榮總圖書館空間改造，除對於北榮優質的醫療服務表達感謝，更希望結合軟、硬體的提升，實體及數位資訊的運用，營造舒適的閱讀環境，讓醫療人員公餘時能充實醫學新知，提升整體醫療水準。

（圖文：公關組 吳建利）

仰德集團「實物捐贈」本院圖書館空間改造工程，8月24日舉行竣工揭牌啟用儀式。許惠恒院長表示，智慧先進的醫學圖書館，可協助醫療人員獲得最新、最專業的醫學資訊，實際運用於治

## 本院推出院史廳導覽短片

本院公共事務室推出院史廳導覽短片，邀請大家跟著影片介紹一起來認識位於介壽堂的院史廳5大主題區特色，與探索更多醫院的故事！

影片連結：<https://youtu.be/Pw7FiaNb1nc>



更多北榮故事，  
請掃QR CODE



或



北榮院史廳

歡迎大家透過院史廳探索更多本院故事！

## 延續醫者大愛 北榮獲贈復健機器人

康科特公司劉靜怡董事長捐贈臺北榮總復健部「下肢外骨骼機器人」（簡稱Keeego），捐贈儀式於8日上午舉行，由陳威明副院長代表受贈。



▲圖：陳威明副院長(前排左二)、劉靜怡董事長(前排左三)與病友(前排左四)及北榮復健團隊合影。

劉靜怡董事長表示，其先夫為中英醫療體系許哲超董事長，亦為神經外科醫師，生前曾罹患小中風，深知積極復健的重要性，即於集團醫療體系內率先引進此先進機器人嘉惠病人。許醫師於今年五月中旬因病辭世，治療期間深受北榮醫護團隊悉心照顧，甚為感念，恰逢9月9日許醫師生前生日，在此前夕，完成他捐贈臺北榮總復健機器人的遺願，期能造福更多患者，對醫學研究作出貢獻。

陳威明副院長對於劉靜怡董事長慷慨捐贈表達誠摯感謝，並表示由台灣緯創醫學研發製造，僅6.8公斤復健機器人，可有效增加中風及脊髓損傷患者下肢骨密度及骨骼肌肉，幫助病人再站起來，找回生命的快樂。復健部周正亮主任指出，今天也正好是物理治療師節，能收到這個復健利器大禮十分有意義，北榮復健團隊將善用此機器人，幫助病人重拾生命歡愉，在臨床治療及醫療研究上提供更多元服務，發揮最大價值。

（報導/公關組 吳建利）

## 台越攜手抗疫 北榮分享治療經驗



▲北榮新冠肺專家團隊與越南震興醫院醫療人員遠距視訊合影

台越醫療合作不間斷！由臺北榮總胸腔部、內科部感染科組成的新冠肺炎專家團隊，8月31日起提供越南震興醫院難治新冠肺炎病例專業諮詢，就藥物使用、治療方向及後續照護廣泛交換意見，希藉由經驗交流，提升雙方新冠肺炎治療成效，全力守護我在越國民的健康。

臺北榮總國際醫療中心劉君恕主任表示，臺北榮總配合新南向政策承接衛福部一國一中心計畫，3年來持續與越南多家醫療機構與大學深化交流，有鑑於越南疫情日趨嚴重，臺北榮總除提供線上專家諮詢，近期將與越南所有簽約合作醫院分享由臺北榮總胸腔部、家醫部、急診部、感染科及手術管理委員會共同錄製英文及越語版本抗疫經驗影片。影片內容包括大規模疫苗接種、北

農及京元電駐點篩檢、手術室防疫策略、臨床治療藥物策略、確診病人氣切實務分享，及從COVID-19學到的傳染病課題等6大主題，期能協助越南成功抗疫，早日回歸正常生活。

越南震興醫院為我國臺商投資醫院，107年臺北榮總與該院簽署合作備忘錄，就婦科、骨科等進行廣泛醫學交流，長期深耕，建立良好情誼。新冠肺炎肆虐全球，隨著病毒不斷變種，原為防疫模範生的越南，近期每日確診人數超過1.3萬人，越南震興醫院已成為我國臺商首選之COVID-19確診後送醫院。

由於越南震興醫院與臺北榮總骨科專家陳威明副院長早已建立醫療合作模式，該院張武修副院長（我國前監察委員）、林承副院長，透過陳威明副院長積極協助促成，建立雙方專家諮詢模式，至目前為止已進行4次會議，針對9名患者，包括加護病房症候群(ICU psychosis)、肺部纖維化、慢性病史合併症等插管重症照護等案例進行廣泛討論。（報導/公關組 吳建利）

※臺北榮總手術室防疫策略  
影片連結網址：  
<https://reurl.cc/I5VZDj>



# 視雪症 (Visual Snow Syndrome) 的診斷與治療

## 什麼是視雪症？

「視雪症」是一種持續性的視覺症狀，患者的視野中會存在許多細小的點點，像雪花般不斷飄散、移動。有些人會形容好像傳統的電視機壞掉了一樣，出現密密麻麻的雜訊。大部分的視雪症患者從孩童時期、甚至有記憶時就有症狀了，但也有一些人是青少年甚至成人後才出現。

過往認為視雪症是屬於偏頭痛的症狀之一。最早至少可以回溯到1995年，在神經學 (Neurology) 雜誌登載了10人的個案報告。當時稱為「持續性正性視覺現象 (persistent positive visual phenomena)」。然而後來的研究陸續發現，視雪症與偏頭痛也可能不完全是相同的事情。因為偏頭痛通常是陣發性的，但視雪症超過九成都是持續性的；而使用偏頭痛的藥物來治療視雪症，效果也並不理想。近年來針對視雪症的觀察和研究逐漸增加，讓我們對於視雪症有更新的認識。

## 視雪症會有什麼症狀？

視雪症患者會有許多不同的視覺症狀，除了視雪以外，還有病理性殘像 (palinopsia)、內視現象增強 (enhanced entoptic phenomena)、畏光

(photophobia)、夜盲 (Nyctalopia) 等。

## 視雪 (Visual Snow)

通常在暗色背景下呈現灰白色、在亮色背景下呈現灰黑色，又或呈現透明。少數情況會是白色閃光或彩色的。如下圖左半邊為正常所見，右半邊為視雪所見之影像。



## 病理性殘像 (Palinopsia, Pathological Afterimages)

殘像指的是當視覺刺激已經移除後、影像仍繼續殘留的現象。正常人會有生理性殘像 (physiological afterimages)，比方長久注視一個圖像後再看到他處，所見的圖像會多存在0.1秒左右的時間。但通常生理性殘像是原本圖像的互補色，而病理性殘像則呈現原本圖像的顏色。

除了靜態的圖像以外，病理性殘像也可以動態呈現。比方當一顆球拋向空

中再落下，可能可以看到整個球運動所殘留的軌跡 (trail of moving object)。

## 內視現象增強 (Enhanced Entoptic Phenomena)

內視現象本身是一個正常人也會有的現象，泛指所有看到眼內的雜質投影到視網膜。常聽到的「飛蚊」就是內視現象的一種。另一種內視現象是藍天內視現象 (blue field phenomenon)，又稱為謝瑞爾氏現象 (Scheerer's phenomenon) 或藍天小精靈。顧名思義，當注視亮藍色的平面時，可以看到很多光點飛來飛去。這主要是由於光線穿透視網膜血管中流動的白血球後形成的影像。視雪症患者的內視現象會增強，有時候甚至閉上眼睛也可以看見飄忽不定的閃光或亮點。

畏光 (Photophobia)。在高亮度的環境中會特別刺眼、特別難受，甚至想要躲進暗處。

夜盲 (Nyctalopia)。在光線不足或黑暗處會容易看不見。

除了視覺症狀以外，不少視雪症患者容易合併偏頭痛、耳鳴等症狀。研究顯示合併偏頭痛或耳鳴的患者，有較高的機會同時合併視雪症的其他視覺症狀。因此雖然說視雪與偏頭痛並不完全相同，兩者之間很可能還是存在關聯性。

## 如何診斷視雪症？

學界普遍認為視雪症的診斷標準要符合以下四大項目：

1. 視雪：整個視野都有視雪，持續超過3個月以上

2. 同時伴隨以下四項症狀中的兩項：

(1) 病理性殘像 (Palinopsia)：靜態殘像或移動物品軌跡

(2) 內視現象增強 (Enhanced Entoptic Phenomena)：過多的飛蚊、過多的藍天內視現象、在黑暗中閉眼時看到亮光、或者不閉眼就看到亮光。

(3) 畏光 (Photophobia)

(4) 夜盲 (Nyctalopia)

3. 症狀不符合典型的偏頭痛視覺預兆

典型的偏頭痛視覺預兆通常在5分鐘或以上持續發展，並在數分鐘內消失。

4. 症狀無法用其他疾病解釋

雖然診斷標準如此嚴格，部分具有視雪但未達視雪症診斷標準的人其實也還是有相似的臨床特徵，如發生年紀、合併症狀等等。最適切的診斷標準仍有待研究。

此外，有許多其他疾病的症狀會很類似視雪症的視覺症狀，如藥物誘發、迷幻劑、癲癇、自體免疫疾病、視網膜退化、視網膜或玻璃體剝離、腫瘤相關的視網膜病變、維生素缺乏等，因此通常需要進行一系列詳細的檢查，包含血液檢驗、腦電波、核磁共振、眼底鏡檢

查……等。

### 為什麼會產生視雪症？

當今主流的學說認為，視雪症的形成是來自視覺訊號的處理過程出現異常。正常狀態下，大腦皮質會抑制多餘的視覺訊號，而視雪症患者的抑制功能出現問題，無法抑制該被抑制的訊號，這些訊號就形成了視雪。

視雪症與偏頭痛的視覺預兆不僅症狀相似，其致病機轉也很可能有所重疊。臺北榮總團隊在2011年時以腦磁儀(magnetoencephalography)研究持續性視覺症狀的患者(類似視雪症)，發現其視覺皮質較敏感，容易受到光線誘發電位，其型態與偏頭痛患者相類似。另一個跨國小型正子攝影研究，發現視雪症患者大腦枕葉舌迴(lingual gyrus)的代謝率也比較高。舌迴屬於視覺皮質協調區，正是處理視覺訊號的區域，其網絡延伸到其他腦區，也包含偏頭痛患者視覺症狀最早發生的區域。近年的研究則顯示，部分機轉可能與偏頭痛中丘腦皮質節律失調等相關。

### 如何治療視雪症？

大部分的視雪症狀是良性的，但少數情況是其他疾病所誘發的症狀，最重要的是找出誘發的疾病並治療。有些人合併偏頭痛或情緒症狀，也應考慮同時處理。事實上，原發性的視雪症其實並不容易惡化，但有些患者可能嚴重影響

到生活、造成不便，可以考慮嘗試藥物治療。臺北榮總團隊的治療經驗與文獻回顧發現，部分抗癲癇藥物可能可以改善視雪症的症狀，但並非每個人都能達到這樣的效果，因此建議病患與醫師討論是否需使用藥物治療。

藥物以外的治療也正陸續研發中。其中近年來實時功能性核磁造影神經回饋(real-time fMRI neurofeedback)在神經疾病的應用上蓬勃發展，有潛力成為視雪症的介入治療選項之一。

(資料來源：神經醫學中心 王署君主任、劉一宏醫師

/整理報導：公關組 吳建利)

衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC

## 防疫新生活運動“餐飲篇”

少點自由自在，保你健康常在

疫情期間，防疫與生活都要兼顧，選擇符合以下防疫及安全措施的餐廳，也可以安心享受美食。

**保持社交距離**  
如室內1.5公尺、室外1公尺  
座位採梅花座或增設隔板區隔

**落實個人衛生防護**  
如戴口罩、量測體溫、入口及  
場所內提供洗手用品或設備

**建立實名制並確實執行人流管制及環境清消**

**消防安全檢查及建築物公共安全檢查合格**

## 免開刀

# 困難膽道取石新選擇—電震碎石術



53歲何先生，因腹痛、發燒及黃疸就醫，經檢查發現為膽管結石及總膽管狹窄，無法經由膽胰管內視鏡移除結石。醫師說明各項治療建議後，何先生選擇以膽管置放支架引流膽汁，惟需定期檢查及置換支架；並因結石未清除，導致膽管反覆發炎，需經常住院治療，嚴重影響日常工作及生活。本院所引進免開刀電震碎石術(Electrohydraulic Lithotripsy)，何先生接受治療後成功移除結石，終於擺脫反覆發炎重覆住院的困擾！

本院內科部胃腸肝膽科李癸洲醫師表示，以往針對膽管結石太大或膽管結構異常的病人，僅能在阻塞的膽管放置支架進行膽汁引流，或手術切除部份膽道。但切除部分膽道後需與腸道做吻

合，風險較高且可能出現術後併發症，如膽汁滲漏或腸沾黏等，至少需住院七日。另隨著人口年齡的老化，多數膽道結石的患者年紀較大且常合併多種慢性病，並不適合進行手術。如果選擇單純置放支架只能緩解膽汁阻塞的問題，無法完全根治結石的問題，加上支架會隨著膽汁的積累造成堵塞，患者只能每三個月反覆進行支架更換。

李癸洲醫師說明，電震碎石術(Electrohydraulic Lithotripsy)，使用不到一毫米的探頭進入膽胰管內視鏡，醫師可直視針對結石狀況，利用電擊爆破所產生的水波進行脈衝碎石，將碎石移出膽管，隨糞便排出病人體外，脈衝的能量隨著距離遞減，不易對膽管內的組織造成傷害。平均所需時間約1小時，快則20分鐘，大部分患者僅需一次治療，不需開刀，減少手術風險與併發症，安全性高，僅需住院二日，恢復期及住院期短，並使用拋棄式膽胰管內視鏡，完全杜絕交叉感染的風險，對於高齡合併多重慢性疾病不適合進行手術患者尤佳，為困難膽管結石治療新選擇！

(報導/公關組 吳建利)

# 染疫早期復健 北榮推視訊復健APP



▲圖1：新冠肺炎遠端視訊復健流程圖。

本院心肺復健團隊為強化新冠肺炎住院患者心肺耐力，及早進行呼吸運動及肌力復健，避免因長期住院造成活動力下降引發各項併發症，特別運用擴增實境(AR)技術，研發「視訊復健APP」，結合通訊軟體，讓病人在隔離治療時即可依運動處方積極復健，主動出擊幫助病人成功戰勝新冠肺炎！

39歲賴先生，因感染新冠肺炎引發呼吸衰竭，插管治療後四肢肌力下降與心肺耐力不足，無法自行翻身，失去自我照護能力。復健醫學部與新冠肺炎專責病房跨團隊合作，為賴先生提供客製化專業運動復健。首先，由物理治療師經由視訊評估，設計漸進式上下肢肌力訓練運動，賴先生使用手機APP，即可

在病床上積極復健，兩週後恢復良好，已可自行扶著助行器於病房行走，逐漸恢復自我照護能力，順利出院返家療養。

復健醫學部物理治療師朱婉婷指出，新冠肺炎常見症狀包含喘息、低血氧，並常合併嚴重肺炎及急性呼吸窘迫症，甚至多重器官衰竭，導致高致死率。病人罹病後因喘息等

症狀需長時間休息，導致活動力下降，顯著影響運動心肺耐力及肌耐力；部分痊癒者因產生肺纖維化損傷，影響換氣及氧合，如因持續低血氧症狀即需使用氧氣，夜間需使用正壓呼吸器等協助呼吸，因此，早期心肺復健對染疫後迅速復原十分重要。

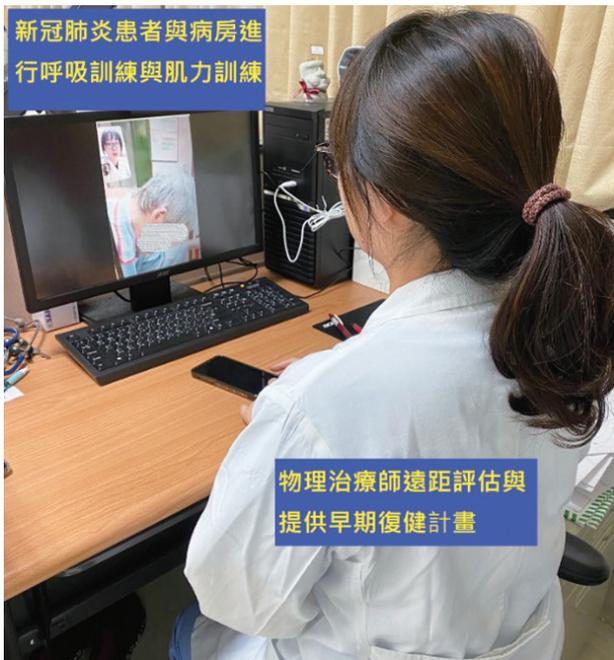
新冠肺炎住院病人意識清楚且生命徵象穩定，經醫師評估，符合早期復健條件，即可會診復健醫師安排復健療程。專責病房護理師會提供遠距復健流程圖，協助病人填妥相關資料，由物理治療師利用通訊軟體與病人進行視訊評估，擬定運動處方教導呼吸運動、肌力運動、功能訓練等(如圖1)。

朱婉婷物理治療師進一步說明，病

人在病房內即可利用手機「醫療AR教學APP」，自主決定適合運動的時間，並藉由AR正確聲音口令，以及手機鏡頭看到自己運動動作的正確性，達到視覺與聽覺的回饋。運動過程中如有任何疑問

或任何不適，也可以利用通訊軟體回饋給物理治療師進行調整(如圖2、3、4)，住院同時復健，協助染疫病人強化心肺功能，以積極主動方式，協助病人戰勝新冠肺炎。

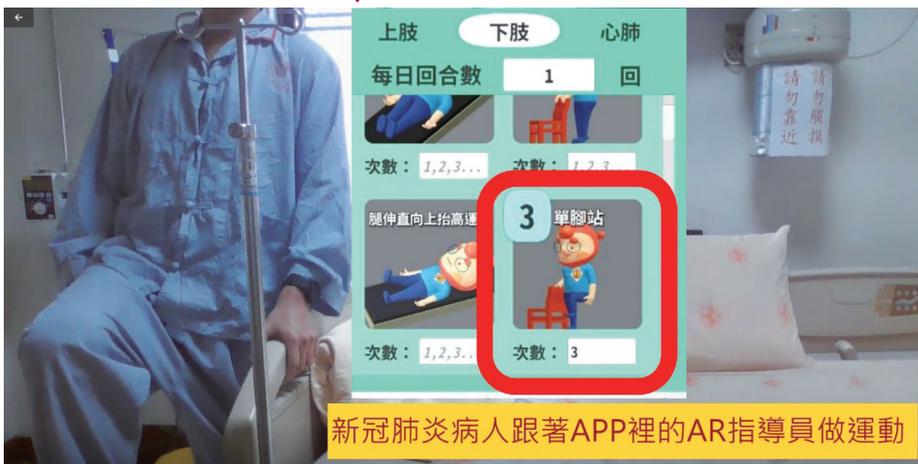
(報導/公關組 吳建利)



▲圖2：物理治療師遠端視訊評估新冠肺炎病人並給予復健計畫。



▲圖4：新冠肺炎病人利用APP執行呼吸運動。



▲圖3：新冠肺炎病人利用APP執行下肢肌力訓練。

## 隔離照顧有智慧 快速方便更安全



▲圖：智慧照護包為隔離照護好幫手。

今年五月中新冠肺炎疫情爆發，住院病人遽增，臺北榮總於二週內緊急開設大量專責隔離病房246床，並使用廣達科技公司所研發的智慧雲端隔離照顧系統（QOCA），教導病人自行量測體溫、脈搏、血壓、血氧等，各項數值同步上傳雲端，護理師不需進入病房即可獲得完整量測記錄，操作十分簡易，即使九歲病童也能獨立操作完成，大幅縮短護理人員於病房停留的時間，染疫風險亦大為降低。

新冠肺炎病人需監控體溫、脈搏、血壓、血氧等各項生命徵象，隨時掌控病情變化，作為醫療決策重要參考。以人工量測方式，護理師需穿戴全套防護裝備進入病房，再將資料填入電子病歷中，費時費力，雖有病人體貼護理師辛勞自行量測，但仍需再以電話告知護理站，十分不便。

本院運用智慧雲端隔離照顧系統，

提供每位住院病人一組智慧照護包，內含平板電腦、耳溫槍、血壓計及血氧儀各一台，護理師會先利用智慧平板上的教學影片教導病人使用。智慧平板會定時發出嗶嗶聲響提醒病人量測，數值藉由資訊系統自動上傳雲端，護理資訊系統亦同步零時差接收，護理師只需一指選取即能輕鬆記錄，操作簡單容易，獲得病人一致讚賞及好評，讓隔離照護更方便更安全。

（報導 / 公關組 吳建利）

測量時間	QOCA	體溫	脈搏	呼吸	收縮壓	舒張壓	MBP	SpO2	修改	刪除
2021/07/22 08:24	36.9	93	17	112	77	88			修改	刪除
2021/07/21 20:47	36.6	83	16	109	80	89		修改	刪除	
2021/07/21 17:04	36.7	79	18	108	68	81		修改	刪除	
2021/07/21 12:30	36.7	82	17	111	62	78		修改	刪除	
2021/07/21 09:25	36.3	82	17	100	65	76		修改	刪除	
2021/07/20 21:13	36.5	98	19	106	61	76		修改	刪除	
2021/07/20 17:08	36.5	109	19	132	111	118		修改	刪除	
2021/07/20 12:11	36.5	89	18	115	67	83		修改	刪除	
2021/07/20 09:36	36.9	91	18	115	69	84		修改	刪除	
2021/07/19 20:55	36.5	67	18	104	63	76		修改	刪除	

▲圖：量測數值即時同步上傳雲端。



▲圖：護理師教導隔離病房患者使用智慧平板量測生理數值。

## 阻絕疫情傳播鏈

# 北榮PCR採檢國家隊5役征戰成功

撰述 / 副院長 陳威明



▲圖：陳威明副院長(前排左2)率團體首次支援大規模採檢任務。

發揮作用，4度順利完成中央大規模PCR採檢任務，「大量、速度、精準」的採檢作業模式，有效阻絕疫情傳播鏈，也獲得蔡英文總統、賴清德副總統、行政院長蘇貞昌、衛福部醫福會執行長王必勝及台北市長柯文哲等長官公開讚

揚與肯定，被譽為「PCR核酸採檢國家隊」的北榮團隊，更是國家防疫的重要成員。

### Pooling PCR測試成功 Ct值超過35仍超精準

「Pooling PCR池化核酸檢測」是將眾多檢體混合分成一個個不同組群，如同將全部檢體丟到池子裡檢測，一旦發現其中某個分群被驗出陽性，則再回頭一一查驗群組內的每一個檢體，找出誰是真正確診者。為了得到精準的核酸檢測結果，病理檢驗部同仁必須在實驗室選擇不同Ct值的檢體進行反覆測試。此

2021年5月，新冠肺炎(COVID-19)疫情衝擊台灣，全國進入三級警戒，雙北市成為疫情的重災區，除了臺北農產運銷公司的濱江、萬大及環南市場都陸續傳出群聚染疫，苗栗半導體大廠京元電子也爆發移工群聚感染。此外，北市媒體集團一名攝影師意外死亡，卻被確診新冠肺炎。

早在疫情延燒前，臺北榮總已超前部署，不斷演練「池化核酸檢測(pooling PCR)」做大規模PCR採檢，快速成功執行院內200人採檢，果然在這波嚴峻疫情



▲圖：病理檢驗部同仁隨時待命投入採檢國家隊行列。

外，針對不同的檢驗機器，放入不同檢體數，也要確認是否均可得到準確的結果。

5月21日，北榮病理檢驗部部主任周德盈與一般檢驗科主任何祥齡兩人興奮表示，以5個檢體做「POCT Liat PCR」機器的Pooling test核酸快篩以及採2個檢體用「Cobas 6800」機器做pooling PCR，在不失真又反覆測試準確率情況下，兩者均得到非常準確結果，即使Ct值超過35仍十分精準。

### Pooling PCR實戰演練 北榮一夜完成200人核酸檢驗

5月27日晚上9時多，北榮骨科部主任張明超緊急回報「院內例行性採檢發現骨科病房有一位病患確診新冠肺炎。」接獲消息，立即要求骨科所有

醫師、病房護理師及可能接觸之同仁連夜返院接受PCR核酸檢測，午夜完成將近200人，經許院長的支持，首次採用池化核酸快速檢測，檢驗報告在凌晨3點全部發出，所有人都是陰性。整個過程有條不紊、超級有效率。隔天一大清早媒體得知北榮發生疑似新冠肺炎院內感染消息，紛紛致電詢問，急欲了解實情，我們告知200位Pooling PCR核酸檢測報告全部陰性，社會大眾揣測傳言與恐慌不安心情也隨即消弭殆盡。

### 京元電子5千人快篩 北榮PCR採檢團隊首次出任務

2021年6月1日，位於苗栗的國際半導體大廠京元電子爆發移工群聚感染，公司第一時間雖緊急做快篩，但檢驗屢傳陰性轉陽性。擔心京元電子移工染疫恐會影響台灣晶圓及封裝產能。6月9日衛福部醫福會執行長王必勝來電，詢問醫院核酸檢測量能，希望院方協助5000人的大規模PCR核酸採檢任務，6月10日





上午，北榮派出先遣團隊到苗栗勘查環境，安排相關PCR核酸採檢作業流程。11日清晨6點，50名醫護搭乘兩部遊覽車從北榮出發。在京元電子PCR採檢前夕，因為這是台灣的第一次，大家心裡難免有些擔憂，不知道現場會發生什麼狀況，為了讓大家安心、提振同仁士氣，我和醫務企管部李偉強主任、急診部黃獻暎科主任、彭孟津護理長、張靜怡副護理長親自帶隊。

## 炙熱高溫全身包得密不透風 採檢國家隊沒喊過一句累

北榮PCR採檢隊一抵達現場，立刻於停車場搭起的帳棚內，建置事先已規劃好的採檢動線。醫護同仁3個人一組，包括一位醫師與兩位護理師，總共規劃12條採檢線。大夥兒穿上防護衣、隔離衣、頭套、面罩、N95口罩、手套及鞋套，彭護理長和張

副護理長逐一檢視同仁的裝備，在防護衣上寫上同仁的姓名，並用膠布封住身上可能有縫隙的地方，以防帶病毒的空氣進入，全身變成密不透風，看到這一幕，真的為之動容，內心非常不捨。

## 設計軟體縮短資料比對及報到時間 安全至上最高規格裝備

2000多件檢體平均得花6、7個小時核對資料，為確保安全及資料正確性，北榮病檢部資訊醫檢師李傳博和劉凱中在何祥齡科主任的指導下，特別設計一套軟體可串連前端「條碼報到採檢」與後端「實驗室檢測」的資訊化流程，報到者只要刷身分證或健保卡，短短3秒現場就能立刻自動列印「檢驗條碼」，上





面有姓名、身分證號碼、性別、高低危險群等資訊，大幅降低出錯誤機率與紙本謄寫及資料比對時間。

北榮團隊進行大規模PCR採檢時，不惜成本，每採完1人檢體，同組作業三人就會立刻更換全新手套，這樣高規格標準儼然已是完全比照醫院內照顧防疫專責病房的最高等級配備。此外，為爭取每分每秒、及早完成檢驗報告，北榮特別設計「專車快遞」服務，專車一小時一班從苗栗載運300至400支檢體到北榮實驗室進行分析。6月11日傍晚完成第一天採檢，院內病檢部同仁不眠不休，一旦發現陽性檢體，立即單檢體上機，以POCT Liat 及Cobas 6800 機器同時確認，於隔天凌晨三點發出最後一份報告。

6月12日清晨再度整裝出發，那一天是端午連假的第一天，國道流量管制，交通特別的順暢。有了前一天採檢近2500人的經驗，我們調派更多備援人力，共出動十八組同仁，共開九條線，每1小時九組全部更換，讓同仁可以充分

休息，也讓京元的員工縮短等候時間，提升效率。

### 採檢醫護1比2 備援人力隨時上陣

在勤前勉勵同仁：「半導體產業是國家重要的經濟命脈，你們是在幫助台灣的經濟，幫助京元、幫助苗栗、幫助台灣！你們的子孫會以爸爸媽媽、阿公阿嬤曾參與此重大任務為榮」。京元電子是疫情以來，全國最大規模的PCR核酸採檢行動，北榮醫護與病理檢驗室同仁不斷和時間賽跑，過程雖辛苦，卻人人士氣高昂，尤其面對近5000支巨量檢體，無人喊累，為了國家防疫，一切努力辛苦都值得。

半導體產業是台灣經濟命脈，苗栗京元電子採檢任務能圓滿順利，也讓苗栗前進指揮所指揮官、衛福部醫福會執行長王必勝十分讚許，他更透過臉書大讚，肯定北榮這次採檢任務。陳時中部長也表示這樣的方法在未來需要「大量、速度、精準」的採檢專案時，提供一個良好又感動的作業模式。

北榮PCR核酸採檢能量不斷持續精



進，機器24小時不停機，整體檢驗量能從一開始2020年1月每天可檢測80件到120件檢體，直到2021年5月已進階到一天可檢驗高達7000件到8000件檢體，協助國家處理緊急事件，堪稱是PCR核酸採檢國家隊。

### 北農濱江第二果菜市場任務接力 14.5小時完成採檢及發報告

6月下旬，北農爆發COVID-19群聚感染，中央啟動「市場專案」全面快篩，目標是「社區清零」。因京元電子大規模採檢的成功經驗，6月28日中午，再次接到衛福部醫福會執行長王必勝來電希望院方協助北農濱江第二果菜市場PCR採檢。團隊同仁連續3天多次場勘，後來決定在停車場進行，並規劃8條動線

同步採檢，16組人力分二梯次，每1.5小時交替輪班，維持採檢不中斷的超高效率。

7月1日清晨6點，六十多位同仁從北榮出發，抵達停車場後，報到、採檢、卸裝、休息，每區動線清楚井然有序。上午7點30分開始採檢，現場雖然沒有冷氣空調，但同仁也展現極高的效率和耐力，同樣以專車快遞方式每小時發車運送檢體回北榮，深夜10點已發出所有檢驗報告，北榮PCR採檢國家隊的速度及效率越來越精進。

### 第三次任務到萬大第一果菜市場 6小時採集1408人檢體

休息不到十二小時，7月2日中午，王必勝執行長的來電再度響起，交付一





個多月來第3次大規模PCR採檢任務，這次是對象是萬大第一果菜市場。當天下午三點團隊赴萬華現勘，到了現場，我面色有些凝重，現場沒廁所，且環境十分簡陋，這是平常批發水果的地方，但這正是我們發揮台灣刻苦精神的時候，謝謝北農好朋友的協助和配合，臨時安裝電源插座，調來所需的桌椅、拒馬、電扇、交通錐、三間流動廁所，在鳳梨和芒果堆中規劃出一個專門採檢區域。

7月3日凌晨4點，採檢團隊從北榮出發，共規劃10條檢驗動線，同樣也以一條龍方式同步作業。有了京元電子跟濱江第二果菜市場的實戰經驗，我們持續檢討調整流程，這次萬大第一果菜市場的PCR採檢作業又更快了。清晨6點到中午12點就已完成1408人採檢，下午2點發出最後一份PCR報告，精確、快速達成中央交付的大規模採檢任務，也讓蔡英文總統、賴清德副總統、行政院長蘇貞昌及輔導會馮世寬主任委員，都分別在社群媒體上公開慰勉及讚揚，十分



肯定北榮團隊表現，特別是對於北榮團隊清晨拂曉行動大加讚許。

### 媒體集團逾500人急赴北榮採檢

5月中旬至7月初，國內新冠肺炎疫情如野火燎原般持續延燒，7月7日中午11點，媒體集團社長來電，該集團有一名員工確診，集團高層決定讓數百名員工全數PCR採檢。原訂下午1點報到，但中午12點多，數百位媒體集團員工蜂擁而至，一群人擠在北榮急診室前，院方趕緊出動大批人力協助引導及分流，並緊急啟用第二戶外篩檢站，傍晚5點完成所有檢體報告，529人採檢全部陰性，北榮PCR採檢國家隊再次順利完成任務。

### 北市聯醫急求援

### 北榮協助北農環南市場PCR採檢

北農環南公有市場7月1日曾進行大規模PCR核酸篩檢，2日檢驗結果竟驗出41位新冠肺炎陽性確診個案，中央流行疫情指揮中心與台北市政府立即成立「聯合前進指揮所」，並由衛福部醫福會執行長王必勝、北市府共同帶領防疫



醫師及疫調人員進駐環南市場。蔡英文總統也在臉書公開表示，這是當前需要關注的疫情熱區，中央正全力支援，強調必須守住這波環南市場疫情，不能有任何鬆懈。

7月10日星期六中午，北市聯醫總院長黃勝堅及副總院長許家禎來電，希望北榮能協助環南市場的PCR採檢任務，我心想這樣子北榮採檢隊不是台北市三大市場全部走遍了？經過三天的現勘和準備，15日清晨4點天未亮，北榮同仁從醫院出發，這次共安排10條採檢

動線，清晨5點30分所有人已就定位，開始PCR採檢任務，中午1點30分就完成1675人PCR檢體採集，下午北榮實驗室發出所有檢查報告。

為展現專責與體貼受檢者心意，北榮PCR採檢國家隊特地在包得密不透風的防護衣上，寫上醫護人員的姓名與祝福打氣話語，一方面可清楚知道各採檢動線的負責醫護同仁名字，另方面也幫現場民眾加油打氣，暖心舉動讓現場每個人都感受到北榮PCR採檢國家隊的細膩與用心。





### 分享大規模PCR採檢經驗 防疫作戰全民一心

「疫情升溫，齊心抗疫，同島一命，戰勝病毒。」2021年4月下旬至7月這段期間，台灣遭遇新冠病毒逆襲，北榮PCR採檢國家隊扮演防疫關鍵角色，為了國家防疫，台灣絕不能輸，京元任務完成之後，經濟部特地邀請我們公開分享大規模PCR採檢的實戰經驗與Know How，由五次行動全程參與的李偉強副指揮官代表院方演講，會後並將內容公布在經濟部網站，提供全國各企業下載，也獲得經濟部長王美花公開肯定。北榮規模雖大，但是力量還是有限，我們也把幾次戰役得到的經驗和有心參與的醫院分享，希望醫界團結一心，讓台灣的檢驗量能快速提升，協助政府迅速找出確診者，阻斷傳播鏈。

從京元電子、北農濱江、萬大及環南市場的實戰經驗，短短一個月四次大規模戶外PCR

採檢。我們每次出任務都快速累積經驗值並不斷修正採檢動線，持續朝盡善盡美目標前進，我覺得「北榮PCR採檢國家隊就像變形蟲，可以根據環境隨時調整改變，無論什麼惡劣環境，不管在何方，只要給我們一個區域，北榮團隊一定完成任務，使命必達。」

文章最後，我要再次向共同參與這五次大規模採檢任務的兩百多位同仁致上最高的謝意和敬意！也要特別感謝許惠恒院長的鼓勵、交辦和授權。此外，也要謝謝所有副院長、向主秘、醫務企管部李偉強主任、護理部明金蓮主任、急診部顏鴻章主任、總務室洪志成主任、資訊室郭振宗主任、社工室陳寶民主任、補給室吳建成主任、公共事務室吳建利組長及所有提供支援的單位主管。（採訪整理/特約記者 張嘉芳）

## 池化(pooling) PCR檢驗技術的應用

- **北榮承作 K 廠 5000 位員工 PCR 檢驗**

第一日 2600 例：採檢結束 **12 小時完成報告**  
第二日 2400 例：採檢結束 **8 小時完成報告**

- **以 1 : 5 及 1 : 2 池化方式進行**

檢體稀釋後檢驗精確度  
熟悉複雜的操作流程

# 大量、快速、精準

表：北榮 PCR 採檢國家隊執行緊急任務一覽表

任務	時間	任務對象	採檢數 (人)	採檢線 (條)	採/檢出報告 (小時)	執勤醫護(人)	備 註
1	6/11   6/12	京元電子	4948	12	18 (採12小時) (-12:30深夜)	第一天74 第二天90	台灣第一次大規模快速核酸檢測。
2	7/1	濱江第二果菜市場	2658	8	14.5 (採12.5小時) (7:30-20:00)	99	速度又比京元任務大幅提升，晚上八點採完最後一位，十點就發出所有的報告。
3	7/3	萬大第一果菜市場	1408	10	8 (採6小時) (6:00-12:00)	109	蔡英文總統、賴清德副總統、蘇貞昌院長都在臉書慰勉讚揚。
4	7/7	媒體集團	529	到院急診	7 (12:30-17:00)		北榮院區內第一次大規模快速核酸檢測。
5	7/15	環南公有市場	1675	10	9.5 (採7小時) (5:30-12:30)	91	蔡英文總統擔心疫情熱區成立「聯合前進指揮所」。台北市長柯文哲臉書感謝北榮。
小 計			11218				

## 接種COVID-19疫苗 有什麼好處？

- 降低感染風險
- 預防疫情發生
- 建立群體免疫

衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC

## 防疫新生活+

個人衛生防護措施 持續落實  
配合防疫措施店家 放心消費

- 保持社交距離**  
室內1.5公尺、室外1公尺  
座位採梅花座或隔板區隔
- 落實衛生防護**  
戴口罩、量體溫、入口及場所內  
提供洗手用品或設備
- 建立實名制** (王小明, 陳大中, 林小美)
- 確實執行人流管制** (1m)
- 環境消毒** (漂白水)
- 消防安檢及建築物公共安全檢查合格**

衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC

# 我是否有**糖尿病**？

## —關於糖尿病篩檢

文/家庭醫學部住院醫師 李聖芳



### 李聖芳醫師檔案：

現職：臺北榮民總醫院家庭醫學部住院醫師

學歷：中山醫學大學醫學系

專長：預防醫學、家庭醫學專

根據衛生福利部統計，18歲以上國人接近每十個人裡面就有一人有高血糖的問題，且每年近萬人因糖尿病死亡。糖尿病及其相關併發症如：心臟病、中風、慢性腎臟病、視網膜病變、周邊神經病變、糖尿病足等也對病友們的生活品質造成極大的影響。

### 何謂糖尿病？

糖尿病為一種新陳代謝疾病，主因為體內胰臟的β細胞分泌胰島素有缺陷，造成胰島素量相對不足或胰島素的作用無法充分發揮，造成體內血糖升高。

### 如何診斷糖尿病？

糖尿病診斷標準包括以下四項：

(一)糖化血色素(HbA1c)≥6.5%

(二)空腹血漿血糖≥126 mg/dL

(三)口服葡萄糖耐受試驗第2小時血漿血糖≥200 mg/dL

(四)典型的高血糖症狀(多吃、多喝、多尿與體重減輕)且隨機血漿血糖≥200mg/dL

### 糖尿病篩檢

典型糖尿病症狀為三多一少(多吃、多喝、多尿與體重減輕)，但多數病人沒有症狀，根據估計，可能仍有20-30%

的糖尿病人未就醫。中華民國糖尿病學會建議對於無症狀成人的糖尿病篩檢如下：

(一)利用國民健康署所提供的成人健康檢查(包含空腹血糖檢驗)，40歲以上民眾，每3年篩檢1次，65歲以上民眾，每年篩檢1次。

(二)符合下列兩個或以上危險因子者，建議篩檢空腹血糖：

- 身體質量指數  $\geq 24 \text{ kg/m}^2$  或男性腰圍 $\geq 90\text{cm}$ ，女性腰圍 $\geq 80\text{cm}$ 。
- 一等親罹患糖尿病。
- 曾罹患心血管疾病。
- 高血壓（血壓 $\geq 140/90 \text{ mmHg}$ ）或正接受高血壓治療。
- 高密度脂蛋白膽固醇  $< 35 \text{ mg/dl}$  或三酸甘油酯  $> 250 \text{ mg/dl}$ 。
- 多囊性卵巢症候群的婦女。
- 曾診斷為妊娠性糖尿病的婦女。

- 缺乏運動者。
- 臨床上有胰島素抵抗的症狀（例如：代謝症候群，黑色棘皮症）。

(三)曾檢查為葡萄糖不耐、空腹血糖偏高、或糖化血色素HbA1c  $\geq 5.7\%$ 者，建議每年篩檢一次。

### 結語

早期生活型態介入針對高血糖的病人可以預防或延後發生糖尿病的機率。提早發現糖尿病並給予非藥物與藥物治療可以顯著的減少糖尿病相關併發症。民眾可以利用國民健康署所提供的成人健康檢查定期了解自己身體的狀況。若已有高血糖相關問題的民眾也不應輕忽，應進行生活型態調整並定期追蹤，並和自己的家庭醫師討論，避免高血糖疾病最終進產為糖尿病。

稅務減負擔 相挺度難關

可申請延期分期繳稅

代言人 戴資穎



## 新冠肺炎疫期， 該如何照護我的慢性腎臟疾病

文/慢性腎臟病個管師：林秀雯、江玲芳、王友仁

從2019年底起，新型冠狀病毒引起的新冠肺炎（COVID-19）迅速席捲全世界，對台灣民眾的健康也造成巨大的威脅，截至今年7月底止已有超過萬人確診，死亡人數近八百人。鑒於慢性腎臟病病患為罹患新冠肺炎之高危險群，一旦感染新冠肺炎合併重症住院與死亡風險比起一般人來得高。因此，腎友們在疫情爆發期間更需多加留意防範，以下列出日常照護重點供您參考：

### 一、防疫期間，是否該回診就醫？

腎臟病患者屬於抵抗力較弱之族群，更應定期回診追蹤與接受治療。若您對疫情期間有所擔憂，也應由主治醫師診視後再調整回診時間，才對自身健康有保障。若真的擔心回診有風險，可利用本院遠距通訊門診服務，即可在家進行看診。

### 二、常規檢驗，是否可以延期？

關於常規抽血驗尿檢查，由醫療照護團隊評估以確定是否可延遲檢驗。如果無法延遲，在進入院所時，請配合中央防疫措施政策並與他人保持安全社交距離。由於現在醫院嚴格管制出入，分流就醫，相對安全。

### 三、慢性病用藥絕不能停：

千萬不可擅自停止慢性病用藥，以免病情控制不良，而產生緊急狀況，增加就醫的危險。此外，領取慢箋也可以選擇居家鄰近藥局領取不需再進醫院。

### 四、維持對腎臟病有益的飲食：

防疫期間請持續控制飲食，並以營養師建議飲食原則為主。切勿嘗試坊間流傳的偏方、誇大的保健食品或另類療法，來對抗病毒或預防感染肺炎；以上不但無醫學根據反而更加傷害腎臟。

### 五、慢性腎臟病與疫苗施打：

因慢性腎臟病人罹患新冠肺炎死亡風險，為一般人的1.3~2.5倍，因此建議要施打疫苗。特別是年老長者的風險更大。根據文獻報導，在施打完第一劑後都有70~100%的抗體產生，可以降低重症比例；因此不論哪種廠牌皆可具有保護效果。如果沒有對疫苗的任何成分有嚴重過敏反應史，無正在發燒或正患有急性中重度疾病者或曾發生血栓合併血小板低下症候群的病友，建議都可與您的醫師討論計劃施打疫苗。

### 六、調適壓力，安心防疫：

此刻的壓力與疲倦是多數人共同的感受，保持心理與身體的健康同樣重要，建議選擇適合自己的舒壓方式，例如：適度運動、透過視訊與家人朋友連繫，減少孤立感。避免不健康的方式，如：抽菸、飲酒、久坐等。

在這嚴峻時刻，全島同心合作、相互支持才能有效控制住疫情，請謹記3大絕招：戴口罩、勤洗手、保持安全社交距離！並定期測量血壓、血糖，做好個人健康管理；相信很快就能迎向您我期盼的原有日常！

※臺北榮總慢性腎臟病整合照護中心  
關心您



## 網路平台私自販售藥品恐觸法

文/藥學部藥師 王明業

許多民眾在出國旅遊時，會隨手購買熱賣的藥品，自用、分享親朋好友或上網販售。然而，藥品並非一般商品，依其安全性及藥效可分為三個類別：（1）藥性緩和、安全性高的成藥；（2）不當使用可能有害的指示藥，以及（3）需有醫師處方經藥師調劑後才可取得之處方藥（如圖）。由於每個人的身體狀況、病情和過敏史都不盡相同，因此為了確保用藥安全，所有藥品都應該在醫師或藥師之專業評估下取得及使用，尤其是指示藥和處方藥更應格外注意。此外，國外的藥品因未經過國內衛生主管機關查驗登記，通常沒有完整清楚的中文標示，萬一使用後導致身體健康受損，將無法申請藥害救濟，輕則破財傷身，重則賠上性命，得不償失。

在虛擬的網路平台購買藥品，過程並未經過專業醫療人員評估，非但無法保障藥品的品質與儲存環境，亦無法確認消費者個別病況與體質而可能增加過敏或不良反應的風險。根據「藥事法」第27條、第34條規定，依法核准登記的藥商、藥局及「成藥及固有成方製劑管

理辦法」第16條規定，可兼營零售乙類成藥的商家，才能在網路零售藥品，但也僅止於零售乙類成藥；指示藥及處方藥或自國外購得之藥品，皆不可在非實體店面的通路上販售（如網路、郵購或電視購物）。

民眾如有購買藥品的需求，應前往醫療院所或有藥師執業的藥局，主動告知身體狀況或過敏史，由專業人員評估後再購買，並應按照藥袋或仿單上的資訊使用及儲存，才能確保用藥安全及避免藥品浪費。若自國外購買藥品，應遵守「入境旅客攜帶自用藥物限量表」的相關規定，即使未用完也不得上網販售，以免違反藥事法第83條規定，得處7~12年有期徒刑，得併科新臺幣5千萬至一億元以下罰金，損人又不利己。

	成藥	指示藥	處方藥
安全性	高	中等	須特別留意
藥效	緩和	中等	強
處方箋	×	×	✓
取得方式	可自行購買	醫師、藥師、藥劑生指示下使用	醫師開立處方，由藥師調劑使用

▲圖：藥品依安全性及藥效的分類。

# 青少年厭食症的飲食對策

文/營養部營養師 徐嘉徽

厭食症是一種精神疾病，特點是對自己的身材有認知障礙，即使已經體重過輕仍害怕增加或變胖，並且努力將體重維持在低於標準範圍（BMI<17.5 kg/m<sup>2</sup>）。根據《精神疾病診斷與統計手冊》第五版（DSM-5），診斷標準包括：1.攝取的熱量少於最低需求，導致顯著的體重下降，影響生長發育和生理健康。2.強烈擔心體重變重，會持續干擾行為，避免體重增加。3.對體重或體型有錯誤認知，拒絕承認體重過低。

臨床研究發現，12~17歲青少年是厭食症或厭食合併暴食症的好發族群！如果沒有適當的治療，長期下來，會有低血壓、低體溫、掉髮，甚至月經停止等，若合併貪食症，還易有潰瘍、食道炎，牙齒掉落等併發症。

青少年厭食症的治療需合併營養、藥物、認知、心理及家庭一同治療。在治療上應包括：

1.目標體重-治療者和病人共同制定符合年齡與身高的最低標準體重，或以過去健康體重±10%為目標體重。找出對身體形象和體重的看法，重塑對體態

的認知，改變病人的錯誤觀念，進一步改善行為。

2.飲食量-應以營養均衡，少量、多餐為原則，並選擇高能量密度的食物，避免引起身體過度進食的恐懼，逐漸接近健康體位。

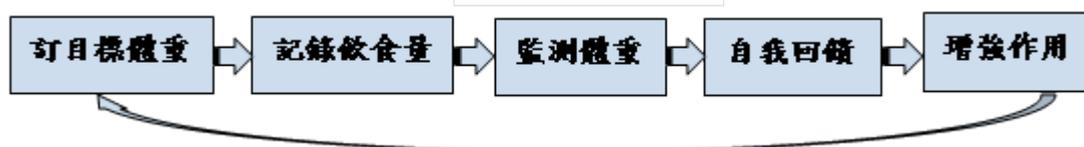
3.體重增加速度-平均每週增重0.5到1公斤，每週量1到2次體重，避免經常量體重。

4.自我回饋-可做自我評量表，記錄體重、進食情境、暴食衝動強度、進食種類及份量，建立良好的飲食習慣。

5.增強作用-對體重的增加給予正向回饋，強化執行力。

嘗試找出造成困擾的原因，而非只是關心體重或身材，當達到目標體重時，應攝取適量的食物及規律運動來維持體重，讓個案體會成功，克服體重增加帶來的恐懼，並隨時矯正對身體形象的錯誤觀念。此外，能充分得到家人的支持，對治療預後有莫大的幫助，藉由多專科醫療團隊的共同照護，患者才能身心健康的成長。

## 厭食症治療對策



## 財團法人惠眾醫療救濟基金會 110年7月份捐款芳名錄

財團法人林境琪先生紀念基金會1,000,000元；黃昌代200,000元；活泉公益信託社會福利基金130,000元；立功企業股份有限公司100,000元；王泰晶50,000元；王泰人40,000元；張筑甄30,000元；朱彥潔20,000元；周碧梅10,100元；三寶弟子、文陳桓、宋璟萱、馬宏琪、張東茂、趙○○、謝尤省各10,000元；統一發票中獎金9,796元；合作金庫商業銀行5,934元；呂小姐、京原企業股份有限公司、范曲英、唐美月、崔金武、陳明德全家、黃淑麗、蔡宗憲、蔡惟哲各5,000元；陳秀珍 陳興 陳秀芬 陳秀儀 洪子雅 洪子涵 林盟翊 林盟翊的弟弟、曾慶芬各4,000元；羅啓銘3,600元；王黃月麗等7名3,500元；何澹宇、李念炎、李念勳、周凌瀛、袁育銓 陳秀枝 袁振唐、陳寶鳳、劉艷陶、龍承巖行善團各3,000元；發票箱零錢2,571元；連坤勇2,500元；田其昌 魏美枝、吳○○等、李文蘭、李慧劍、李濬杉、扈沈玉葉、許煒怡、陳欣雅各2,000元；藍貞雅1,660元；梁俊榮1,200元；何家榮1,080元；丁美倫、吳弦濤、時○○等、吳奕翰、吳庭瑩、吳庭緯、吳啟弘、林育永、林通榮、林瓊君、邱慶宗、曹秀涵、曹家暉、郭陳言、陳欣郁、陳炳坤、陳毅恩、陳麒文、曾薇樾全家、楊蕤蕤、劉○○、潘睦蓉、蔡素鳳 林淑婷 林玟薇 林伊雯、藍芳欽、蘇瑞容、顧應賢各1,000元；張郁芳800元；康興邦、彭綉容各600元；謝沁寰520元；方室翔、方禹婷、方勝田、方璋晨、江振嘉、何靖煊、吳珠美、李信瑤、李政謙、李柏諺、李珉濤、邱書暉 陳建龍、徐瑩瑄、莊素珍、陳○○等、陳初發、陳邱秀蘭、陳姿婷、陳姿婷 盧毅、陳萱潔 陳奕秀、陳錦華、陳薇如、黃錫雄、楊承翰、詹啟祥、廖妙珍、劉冠顯、賴瑋苡、魏嘉男各500元；范勝傑、唐康寓、張得玉、黃育嫻各300元；朱迪 侯謙行、吳陳水雲、呂孟穎、梁幼明、陳碧蓮、陳慧姿、馮懷琛各200元；許瑋鏞177元；臺北榮民總醫院桃園分院社工室159元；周芳伊、林哲民 林盈秀 蔡金德 李燕貞、林夏富、無名氏、無名氏、劉人瑄、劉曉貝各100元；臺北榮民總醫院及分院員工愛心百元捐款57,900元 捐款總計1,879,497元

※臺北榮民總醫院謝謝您的愛心和支持！

### 免費篩檢 定期做 守護您健康

#### 糞便潛血檢查

50歲以上未滿75歲  
每2年1次

可降低35%大腸癌死亡率

#### 乳房X光攝影檢查

45-69歲婦女  
40-44歲二等血親內曾罹患乳癌之婦女  
每2年1次

可降低41%乳癌死亡率

#### 口腔黏膜檢查

30歲以上嚼檳榔或吸菸者  
每2年1次

可降低有嚼檳榔或吸菸習慣之男性26%死亡風險

#### 子宮頸抹片檢查

30歲以上婦女  
建議每3年至少1次

可降低約70%子宮頸癌死亡率

服務地點：第一門診一樓 癌篩中心  
連絡電話：(02)2875-7817  
服務時間：星期一至星期五 08:00-12:00 / 13:30-17:00

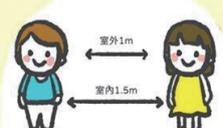
臺北榮民總醫院  
Taipei Veterans General Hospital

### 防疫新生活運動 戶外活動篇!

落實防疫 輕鬆生活



**保持雙手潔淨**勤洗手  
隨身攜帶乾洗手或酒精



**保持社交距離**  
愛有多深距離有多遠



搭乘大眾運輸工具或無法保持  
社交距離時應全程戴口罩



出遊踏青首選  
人潮少的開放空間

配合景點人流管制  
人太多的地方先別去



## 接駁車

臺北榮民總醫院（中正樓）←→捷運石牌站

行駛日	行駛時刻
星期一至星期五	上午：首班 07：00 - 末班 21：30(每 5 分鐘發車 乙班)
星期六	上午：首班 07：00 - 末班 18：00(每 10 分鐘發車 乙班)
週日 (國定例假日)	上午：首班 07：00 - 末班 18：00(每 10 分鐘發車 乙班)

# 臺北榮民總醫院

Taipei Veterans General Hospital

# 448

榮總人月刊110年9月號



圖：陳威明副院長

## 臺北榮總

Since 1959

電話總機：(02)2871-2121

本院設置顧客意見反映管道

院長電子信箱：<https://www6.vghtpe.gov.tw/director/>

共創廉能，您我都能，廉政檢舉信箱：[ethics@vghtpe.gov.tw](mailto:ethics@vghtpe.gov.tw)

客服專線：(02)2875-7796

顧客意見箱：設置於本院第一門診一樓服務台、第二門診一樓服務台、第三門診一樓手扶梯旁、  
中正樓一樓服務台、思源樓一樓、長青樓一樓、中正樓二樓服務台旁等共計七處。



臺北榮民總醫院資訊網

發行所：臺北榮民總醫院

Taipei Veterans General Hospital Bulletin

中華民國七十三年六月創刊

地 址：臺北市北投區石牌路二段二〇一號

電 話：(02)2875-7321 傳真：(02)2873-7870

榮總人月刊網址：

<https://www.vghtpe.gov.tw/vghtpe/Fpage.action?fid=10236>

電子郵件(e-mail)：[vghb@vghtpe.gov.tw](mailto:vghb@vghtpe.gov.tw)

行政院新聞局出版事業登記證

台北雜字第一三九二號、板橋字第一二七九號

執照登記為新聞紙類(雜誌)交寄

印 刷：承印實業股份有限公司

地 址：23644 新北市中和區中正路988巷15號

電 話：(02)2222-7689