

2024年02月

部分醫師時間不同
仍以現場門診公告為主



高雄郵局許可證
高雄字第2103號

高基 院訊

門診掛號費 不分初診、複診 費用 120 元	預約/現場掛號時間 上午 08:00-11:30 下午 13:30-16:30	看診時間 上午 08:30-11:30 下午 14:00-17:00
-------------------------------------	--	---

雙月刊 第16期

Lunar New Year

如收件人不在此址或不希望再收到此刊物，請來來電分機6555或請退回本院-行政部企劃室



本期精彩內容

- ◆ 獨居關懷不打烊，居家服務心連心
- ◆ 冬天要注意！肺部及心血管疾病
- ◆ 春節飲食該注意甚麼呢？
- ◆ A級社區整合服務中心介紹

本期主打星



現任
高雄基督教醫院
內分泌新陳代謝科醫師

學經歷
中國醫藥學院醫學系
高雄長庚醫院內分泌暨新陳代謝科主治醫師
義大醫院內分泌暨新陳代謝科主治醫師

專長

- ◆ 糖尿病專科
- ◆ 高血壓
- ◆ 一般內科及內分泌疾病
- ◆ 高血脂
- ◆ 腦下垂體
- ◆ 痛風
- ◆ 腎上腺
- ◆ 高尿酸
- ◆ 甲狀腺疾病
- ◆ 各種內分泌異常

黃如君 醫師
內分泌新陳代謝科

門診時間
週一 **早上** **下午** 週二 **早上**
週三 **下午** 週四 **早上**



現任
高雄基督教醫院特約家醫科醫師

學經歷
台大醫學院醫學系
台大醫院家醫科住院醫師
門諾醫院壽豐分院特約家醫科醫師

專長

- ◆ 糖尿病
- ◆ 高血壓
- ◆ 高血壓
- ◆ 高血壓
- ◆ 預防保健
- ◆ 健康檢查
- ◆ 身心不適

王道仁 醫師
家庭醫學科

門診時間
週二 **下午**

方舟心靈園地

院牧部 / 林玉芳傳道

高雄基督教醫院於112年10月起開辦「預立醫療照護諮商門診」，有天主動來預約的是一對夫婦，看起來是開朗、身體還算健康、感情融洽，先生相當的健談，對於醫療自主有自己的見解與想法。

諮詢當天，關懷者主動關心問候，想了解怎樣的契機讓他們想來做預立諮商？案妻表示自己是治療中的癌症病人，有時食慾差、有時疼痛感令她沮喪，特別每天要準備餐食時好沒有動力。關懷者適時回應她：「您正在受苦的考驗中」，讓個案感到安慰的是有人懂她身心的苦，再加上先生幾句鼓勵的話，個案的正能量立時恢復，令我想到詩歌《無人能像祢》的歌詞所寫：「惟有你能摸著我靈深處,我雖用盡一生來追求,哦,主無人能像祢，祢的憐憫如江河湧流，祢的手充滿醫治，受苦者在祢懷裏得安息。」

而個案的先生表示，因目睹親人在醫療的遭遇，不想讓自己遇到同樣的問題，因此才會想過來做此諮商。關懷者回應的是：「您需要的是生命的尊嚴及保陪善終的權益」，先生開心直說這是今天來諮商的最重要目的。接著又說他想要身後捐大體，回問怎麼這麼勇敢？先生說：這是他認為最後生命的價值又能夠有意義的事，而且也不用麻煩兒女辦理喪事，不禁令在場的人愉悅的笑。這位長者的生命歷練，已經超越了傳統生死的觀念，令人敬佩。

獨居關懷不打烊，居家服務心連心

居服中心 / 汪俐慈 督導

「好久不見，我很期待他們的到來！」滿臉洋溢著喜氣，箱奶奶熱情招呼著每個人。她口中所說的「他們」就是無論年節，仍舊穿梭在各個街口巷弄家庭中的照顧服務員。

由照服員早中晚提供服務的箱奶奶，長年獨居在華廈中，前些年奶奶在家中摔倒，自此之後就特別擔心自己移動的安危，逐漸僅能仰賴輪椅的協助，雙腳也因此漸漸地失去肌力，連從床邊移動到便盆椅都十分的困難。

幸好在居服員的鼓勵下，奶奶重新開始學習居家運動，並增加四肢的肌力，奶奶的核心肌群越來越穩定、雙腳越來越有力氣，如今即便是周六要到中醫診所，箱奶奶更是推著助行器便能健步如飛呢！

奶奶總說，居服員就像是她的家人，不同的居服員帶給她不同的生活體驗：早班居服員既嚴格又溫柔的帶著奶奶運動，午班居服員喜歡跟奶奶分享社會上發生的點點滴滴，晚班的居服員總是買得到最合奶奶口味的古早味美食，不僅僅照顧起居，更豐富了她的生活。



冬天要注意！肺部及心血管疾病！

內分泌新陳代謝科 / 黃如君 醫師

冬天一到，天空灰濛濛的一片，空氣品質不佳，再加上寒流一波波，早晚溫差大，這樣的環境很容易誘發肺部疾病及心血管疾病。

首先，冬天空氣品質不佳、天氣冷，再加上溫差大，容易使患有氣喘、慢性阻塞性肺病變的人病情加重，引發咳嗽、多痰、胸悶、呼吸困難等症狀。建議病患一定要規則用藥、注意保暖以及戒菸。另外，為了預防肺部感染，建議勤戴口罩，注意個人手部衛生清潔，並接受流感疫苗或肺炎鏈球菌疫苗注射。一旦有咳嗽、多痰、胸悶、呼吸困難等症狀，要及時就醫，以免讓病情加重。

冬天氣候寒冷，尤其是寒流時，早晚溫差大，更容易使血管收縮，誘發心血管疾病。提醒心血管疾病的高風險族群，包括「糖尿病患者、高血壓患者、高血脂患者」，更要規則用藥，注意保暖，避免在凌晨運動。若發生胸痛、冒汗、暈眩、嘔吐、心跳不穩定，要懷疑是否為急性心肌梗塞，要立刻打119就醫。若發現嘴角歪斜，肢體無力，說話模糊不清的情況，要懷疑是否為急性腦中風，請記下發生時間，並立刻打119就醫。



春節飲食該注意什麼呢？

腸胃肝膽科 / 袁嘉明 醫師

農曆春節將至，愉快迎接新的一年同時，也別忘了注意自己的健康。農曆年圍爐傳統年菜，常見以油炸、油煎、糖醋、勾芡或醬汁等烹調方式，加上大魚大肉、少蔬果的特點，容易在不知不覺中攝取過多熱量，造成體重上升、肥胖等問題。因此，不論是在家團圓或到外面餐廳圍爐用餐，年節飲食應以「少油、少糖、少鹽、多纖」為四個原則為主，避免春節過後造成身體負擔。

春節飲食應注意：

1. 三餐飲食有規律，因不規律飲食會打亂了胃腸道的正常的生理節奏，使胃腸不適應而造成消化功能紊亂。另外，春節聚餐易暴飲暴食，因此切記自我節制、適量飲食。
2. 春節期間飲食常常肉類和油炸食品過多，而活動量減少。因此應注意平衡膳食，儘量多吃清淡的食物，以減少脂肪的堆積。
3. 要節制吃零食的數量。
4. 酒及飲料要適量。

另外，慢性病患在春節期間除了規律服藥，飲食控管也不能停，避免年後回診病情惡化。適時增加身體活動量，消耗多餘的熱量，把握年節飲食及生活原則，健康過好年！

高基六合 醫事C長照站 開辦囉!

醫療照護、社會參與、共餐服務、健康促進、預防及延緩失能

參加對象：65歲以上民眾

報名費用：免費(中餐50元及材料費自付)

據點地址：高雄市前金區六合二路121號1樓

連絡電話：信義醫療財團法人高雄基督教醫院
周淑帆護理師 / (07)332-1111 #6769



指導單位：高雄市政府衛生局

主辦單位：信義醫療財團法人高雄基督教醫院

協辦單位：台灣基督長老教會六合教會
、前金區長興里辦公處

高雄市老人健康檢查 113年1月2日(二)起免費辦理

服務對象：設籍高雄市65歲(含)以上

健檢時間：每週一至週六上午8:00-11:00

攜帶證件：身分證及健保IC卡

注意事項：

1. 檢查前一日晚上12點後請禁食。
2. 完成一階段檢查後備有乳品1瓶。
3. 7日後持健保卡、回診單至掛號櫃台過卡，並領取報告及醫師解說。

●洽詢電話：07-3321111轉6101-2掛號室●

高基健康超值服務

骨質密度
超音波

尿液潛血
&酸鹼值

尿糖檢驗

本院開辦

預立醫療 照護諮商

(Advance Care Planning, ACP)



家醫科 黃嫻嫻 醫師

ACP是為了：

- ▲ 將生命末期的治療決定權交還給您
- ▲ 瞭解您對於未來醫療照護的真實願望。
- ▲ 減輕家屬面對您離世的茫然與無助。
- ▲ 降低家屬幫您做決定所造成的內疚與自責。

如有預立醫療需求，歡迎致電本院諮詢

流感疫苗、肺炎鏈球菌疫苗 即日起開放施打

「A級社區整合型服務中心」，守護您我背後的那雙手

A級社區整合型服務中心 / 郭杏秋 個管師

本院107年6月成立「A級社區整合型服務中心」(簡稱長照A單位)，服務內容包含協助個案通過「照管中心評估失能等級核定」後，由長照A單位個管師到案家，進行個案整體性評估，並依案家需求轉銜各項長照服務。收案後定期追蹤及管理，讓個案出院準備與長照服務無縫接軌，讓失能者與家屬能安心返家及在地老化。

長照A單位主責個案管理計畫，強化整合B.C級單位的功能，服務內容包含：

1. **「個案管理」**：由本院個案個管師為失能者擬定照顧服務計畫，依個案評估需求之結果提供適切且適當的轉介，並定期追蹤照護控制。
2. **「協調連結照顧服務資源」**：依照顧者需求提供個案充分資訊，與個案討論，安排適合之長照服務並協助失能民眾連結，如：
 - (1) 居家服務、居家護理、居家醫療、居家復能、日間照顧、餐飲服務、居家營養指導以及照顧及專業服務
 - (2) 交通接送服務
 - (3) 輔具服務與環境改造服務
 - (4) 喘息服務
 - (5) 其他：連結非正式照顧資源，減輕照顧者壓力，讓照顧不再單打獨鬥。
3. **「資訊諮詢及宣導」**：增進個案與家屬對社會福利及長期照護相關知識與資訊的了解。

申請流程

服務對象：

符合下列情形之一且經申請/評定長照失能等級第2級(含)以上者：

- 65歲以上老人
- 55歲以上原住民
- 領有身心障礙證明(手冊)者

步驟 1

1. 向高雄市長期照顧管理中心申請 (或各區衛生所)
2. 長照專線：1966

步驟 2

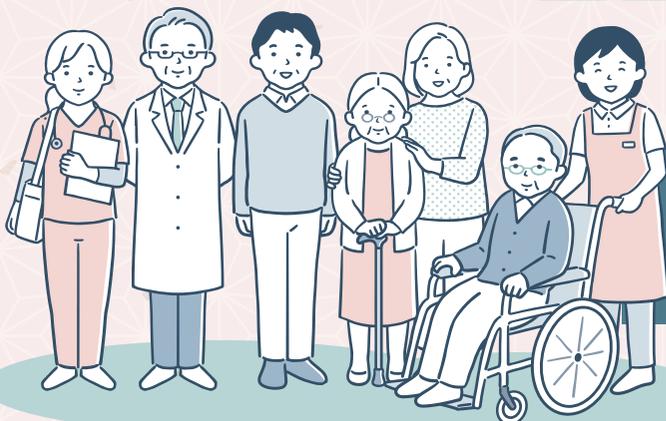
照管專員到府進行評估，確認失能程度、核定長照需要等級及長照服務給付額度。

步驟 3

社區整合服務中心A單位個案管理人員(A個)擬定照顧計畫及派案給長照特約單位。

步驟 4

長照特約單位到宅進行簽約並提供長照服務。



服務諮詢電話

07-3321111 #6770

定期做健檢 健康有保險

定期健檢，了解自身健康狀況，心裡更平安
如有疾病，及早發現及早治療，身體更健康

本院健檢服務項目

- 企業勞工巡迴體格健康檢查
- 企業勞工到院體格健康檢查
- 客製化精準式健檢套組
- 四癌篩檢 (大腸癌、口腔癌、子宮頸癌、乳癌)

如有其他健檢項目需求
可與本院健檢中心諮詢 07-3321111 #6105



願上帝紀念您的奉獻

愛心捐款

113年信義高基用心守護高雄
(衛部救字第1121364206號)

郵局劃撥

戶名：信義醫療財團法人高雄基督教醫院
帳號：42363605

銀行匯款

中國信託南高雄分行 (銀行代號：822)
戶名：信義醫療財團法人 | 帳號：182540275831

發票捐贈

一般商店、購物平台、財政部電子發票：輸入愛心碼1231
【捐贈完成後，請來電告知是否需要收據及資訊公開。】



愛心捐款



捷運資訊

三多商圈站
7號出口，步行約13分鐘

公車資訊

- 1 四維永泰路口站：黃1
- 2 成功國小站：100、214、168環西83、黃1



信義醫療財團法人高雄基督教醫院
地址：高雄市苓雅區華新街86號
電話：(07)332-1111
官方網站：<http://www.kch.org.tw>



臉書專頁



官方網站



門診時刻表

發行 | 信義醫療財團法人
發行人 | 盧介祥
編輯群 | 行政部企劃室