

# 用愛陪伴



佛陀教育眾生要有同體大悲的心，無論有沒有血緣關係，只要知道對方身陷苦難，都能伸手援助，這就是大慈悲心，也就是「佛心」。

佛陀就如大家庭的家長，對待家中的每個成員都視如獨子般地疼愛，不忍有傷痛或苦難。菩薩也是一樣，無不時時地心繫眾生。

佛典中記載，維摩詰居士生病了，佛陀很關心，就請文殊菩薩前去探病。文殊菩薩見到維摩詰居士，很關心地問：「您的病好一點了嗎？為什麼生病呢？」維摩詰居士回答：「我的病因源於大悲心。眾生的病好了，我的病才會好！」

因為眾生有病，所以菩薩也病了。如世間的親與子，孩子病了，父母會因此擔憂甚至病倒；倘若孩子康復，父母的病自然也會消除。

菩薩不忍眾生受苦難、有病痛，懷著「人傷我痛，人苦我悲」的胸懷，唯有眾生離苦得樂，菩薩才會展開笑顏。

去年底，八歲的阿興來到花蓮慈濟醫學中心，他有著可愛的外表，由於基因問題與養護失調，體重竟達一百零五公斤。初來時，因過重連自己都無法支撐，幾乎只能爬行；不會說話，也不喜歡穿衣服，甚至不會自理大小便，大約只有一歲孩童的智力。

醫護同仁仔細地為他檢查後，特別設計一套自然減重計畫，以控制飲食與運動的方式，讓阿興減輕負擔。志工媽媽們更將他視如己子，從教導簡單的生活習慣與日常會話開始，一點一滴填補他過去生命中的空白。

阿興的另一位貴人，就是特別看護洪勇書先生；自生活起居到陪伴檢查、做復健，可謂關懷備至，不怕髒也不嫌重，不厭其煩地為他換洗尿溼的衣物與床鋪，並且教導他最基本的生活技能，非常疼惜與愛護他。

經過兩個月的時間，阿興有顯著的進步，體重減輕十六公斤，可以在跑步機上走得很穩，智力也增加到三歲，開始會說話，會自己穿衣服，也懂得「感恩」，還會和看護爸爸、志工媽媽們撒嬌，打成一片。

所以人有無限潛能，只要周遭的人能以愛相待，即使身體有缺陷的孩子，也能在愛的陪伴與照護下平安地成長、茁壯。🌸

釋證嚴

《摘自二〇〇五年二月一日、三月一日志工早會上人開示》

P.18



封面故事

## 科學解構素食

27 | 素不素Q&A

28 | 孕媽咪與兒童七大素食法門

30 | 新陳代謝醫師談素食



### 上人醫療開示

1 用愛陪伴

### 發行人的話

6 大悲無怨 文/林碧玉

### 社論

8 從社會實現到自我實現 文/何日生

### 交心集

10 苦難菩薩的笑容  
記河北省冬令發放 文/曹汝龍

12 「井陘」，被歷史遺忘的地方  
河北省冬令發放隨享 文/王昱豐

14 新店慈濟醫院的構思與誕生 口述/林碧玉

42 搶救危脆生命 合心樓正式啓動 文/楊青蓉



### 健康專題

55 【與病毒共處】  
立克次體恙蟲病 文/吳欣儒

50 【心素食儀】 肝炎預後食譜

## 主題人物

- 62 為愛而來——李文星  
大林慈濟醫院放射腫瘤科主任 文·圖/于劍興

## 志工筆記

- 70 海藻教授樂付出  
醫療志工 江永棉 文/歐又齊



- 80 澳洲實習醫師的來信  
74 【愛·蓮·說】  
他們在心蓮病房最後的話語 文/石世明  
81 【心的軌跡】慈濟醫療日誌

## 醫病之間

- 89 感恩的足跡  
91 醫情報  
48 全球人醫紀要  
94 全球人醫會聯絡點



## 特別企劃

- 32 | 八歲起步走  
社會邊緣的孩子「阿興」  
38 | 牽著阿興迎向陽光  
40 | 另類父子情  
阿興的看護洪勇書





打開心門，讓陽光透進來，  
一定可以感受到溫暖和光明。  
If we can open our hearts  
and allow sunlight to enter the space within,  
we will most assuredly feel the warmth of its light.

—— 靜思語



**發行人** 釋證嚴  
**社長** 林碧玉  
**顧問** 曾文賓、陳英和、林欣榮  
林俊龍、張耀仁、簡守信  
王立信、王志鴻、許文林  
游永春、張玉麟、潘永謙  
**總編輯** 何日生  
**副總編輯** 賴睿伶  
**主編** 黃秋惠  
**採訪編輯** 劉芳助、楊青蓉、程玫娟、蘇芯右  
**網路資料編輯** 羅立健  
**美術編輯** 謝白富

#### 感恩

**香楨志工** 王靜慧、林菊梅、范志興、鄭明珠、  
陳雪娥、莊雪卿  
**攝影志工** 李進榮、古亭河、洪瑞欽、顧子駿

中華郵政北台字第二二九三號  
執照登記為雜誌交寄  
2005年3月出版 第15期

#### 發行所暨編輯部

財團法人中華民國佛教慈濟慈善事業基金會  
醫療志業發展處公關傳播室

970花蓮市中央路三段七〇七號  
索閱專線：03-8561825  
網站：<http://www.tzuchi.com.tw>

**製版** 禹利電子分色有限公司  
**印刷** 禾耕彩色印刷有限公司

#### 贈書基金

郵局劃撥帳號：06483022  
戶名：財團法人佛教慈濟綜合醫院  
註：《人醫心傳》月刊為免費贈閱，若需郵寄，郵資  
國內半年八十元，國外半年兩百五十元，請劃撥至此帳  
戶，並在通訊欄中註明「人醫心傳月刊郵資」等字樣。  
本期雜誌隨書附有劃撥單，請多加利用。

# 濟金山歲月

——美麗歐巴桑做環保

每一位環保志工的背後，  
都有一則動人的故事。

做環保——

淨化地球，

也淨化了自己的心靈。

美滿歐巴桑做環保，

比心、身擁有的，

不僅是環保意識，

更有大智慧，

請一起分享她們轉變的心路歷程。

告訴你：如何打開心扉克服人生難關，

如何淨化地球同時兼顧環保！



開本：15 x 21公分，208頁

定價：250元

郵政劃帳帳號：18266226

靜思文化志業有限公司

郵購依訂價七五折優惠，請另加郵費60元

全省經銷各分會、聯絡處、靜思書軒皆有展售

讀者服務專線：02-27760111分機2104

# 大悲無怨

◆ 撰文 / 林碧玉

最近幾年經驗著全球暖化的天氣，氣象學家預測二〇〇四年是個溫暖的冬季，沒想到老天來個大逆轉，學者預測，在台灣冬天真來了，一波波的寒流來襲，全台各地冷颼颼的，連屏東的山上都覆蓋著白茫茫一片雪花。在寒冷的夜晚，看到電視上播出許多民眾興高采烈的堆著雪人打起雪仗，甚而為賞雪造成交通阻塞等等，是杞人憂天吧！一絲絲落寞心情悄然湧上心頭，一幕幕貧窮落後地區，貧困民眾難以度過寒冬情境，歷歷顯現在眼前，竟而難以成眠。雖然，寒冬成暖冬是逆著自然而起，但為了那些無能禦寒者，寧願年年寒冬成暖冬；最佳情境是，祈願全球四季如春，人們無憂無慮。

隨著社會巨輪的運轉，生活形態丕變，天氣不正常了，醫者的神聖形象，也隨著轉化，誠如「白色巨塔」播出的內容，與醫界一些現象的對應，忝為醫界的一員，心裡不由得有些著急。

回憶起年輕時代，因為腳踝腫大經常疼痛，祖母與母親四處求醫無著，處處求神問卜，為了我深夜拜神燃香露天熬藥，體會到病患本身的無奈與家屬的苦，尤其是到台北檢查，知道腳踝長骨瘤需開刀，當年開刀幾乎是天掉下來的大事，全家更是陷入恐慌，深恐我一去

不回，於是採行各式療法，苦不堪言。

拖延多年後，一位中醫教授看了我的X光片後，鼓勵我務必開刀，躊躇許久無法決定，當時正加入慈濟不久，上人擬行腳探望全省感恩戶，我自告奮勇要開車隨師；不意，出門前腳疾發作，向上人報告無法隨師，經上人鼓勵應該開刀，於是，為了在哪家醫院開刀又是一番掙扎，討論後以家人及親友探視方便為由，選擇花蓮某名醫開刀治療。當年某名醫門庭若市，開刀前之切片檢查，排在晚上約九點左右，小小傷口切下一片肉，送台北做病理檢查，第二天一早我就發高燒無法行走，這位名醫一再說不用擔心，一位醫師好友知道後，到家裡探視並為我換藥，夾子一探傷口很深，才知已經發炎蓄膿。一星期後切片檢驗報告出來，大家想瞞著我，但臉上的憂愁無法掩蓋不幸的消息，在我背後互傳我得了骨癌。台北朋友著急萬分，想要架著我前往開刀，一方面盛情難卻，另一方面對花蓮名醫失去信心，於是北上開刀治療，在台北的中心診所就醫，楊大中主任看到報告謹慎處理，隔一天就開刀了。住院期間，每天最盼望的是主治醫師來到床邊，那怕只有一分鐘或五分鐘逗留，是一天精神的支柱。開刀後第三天，楊醫師笑嘻嘻來到

床前，恭喜，恭喜，您的檢驗出來了，是良性骨瘤。一時間大家歡欣，一再感恩醫師的高明，也會感恩原來切片的醫師，願意幫忙切片，這是一九七六年至一九九〇年代左右的台灣醫病關係。

如今，不止病患觀念、想法改變，醫界互相挑剔、風氣雲湧；常聽外科醫界同儕分享，慨嘆若經病理檢查為疑似不良腫瘤，雖對病患解釋再三，或為良性或為轉化惡性的機率等等，經病患同意開刀後，再次檢驗若是良性腫瘤，有些病患不因良性腫瘤鬆了口氣，反而怪醫師讓他失去申請保險給付的機會；再者，或病患本人或其他親友或醫界的因素，挑起不必要的醫療糾紛時有所聞。

尤其近日一事件，屏東大湖國小學生車禍，大林慈院同仁總動員搶救生命，而屏東的師兄姊則在當地膚慰家屬，其中有一位小朋友鎖骨斷裂，大林慈院以正規療法固定，讓其自然修復，回屏東後其他醫師為他鎖骨開刀固定，是對或錯？是醫師與病患共同的選擇，沒想到竟有誤解，又是人球事件。是如此嗎？是人心的進化或退化？醫師被神化或醜化？與健保相關或醫學教育相關？甚或與社會人心濁化？或該反省社會大眾醫療常識教育的重要性？

尤其是近年來，大家追求常保健康，有些健檢機構，以會員制為會員健康把脈，整套的健檢加上飲食指導，推薦保健食品也是重點服務，據悉年費不貲，可否思索在冷冷的檢驗數字、與食品保

健中，尋求散播多一些醫病關係的理念？多散播一些微生物的侵害，如何預防？尤其是尊重微生物的理念？

而身著白袍的醫者，如何回歸醫者父母心，醫者大醫王的佛心，避免社會大眾誤解。醫者是追尋名利之代表，白袍無辜，醫者也無辜啊！該是我們用心反省之必然非偶然，慈濟醫療體系孜孜不息於醫者仁者觀念的推動，創造機會讓體系內同仁去體驗，三月十五日是關山醫院五週年慶，五年來投入之資金不貲，付出的愛如點滴血淚，健保局不因關山地處邊遠有所優惠，同仁們不計較健保之給付多寡，計較的是老天爺多給好天氣，山路少落石，方便上山為病患或孤苦者服務，週年慶上潘副院長以感性話語，感恩同仁們不止放棄休假，更是自掏腰包，前往山上或海邊，或提供醫療或為貧困者送上食糧物品，更為他們修補破落房屋，同仁們薪資所得不多，卻勇於付出愛，少欲知足是學佛者的本懷，同仁們做到了，我做到了嗎？

醫療志業耿耿在心之志，則是專業的本分，醫者的仁懷，白袍使命不停止的傳承，醫者無怨無悔，喔！大醫王！



# 從社會實現到自我實現

◆ 撰文 / 何日生

人的一生追求的目標是甚麼？這是一個古老的疑問，這個疑問永遠都未必有確切的答案。但哲學家努力的給我們各種答案。

當代著名的心理學家馬斯洛，就針對人一生的追求提出一個理論。馬斯洛認為人都是先從生理需求開始，生理需求包含遮蔽寒冷的衣服、溫飽的美食。生理需求滿足之後會要求心理需求，心理需求就是要愛、人際關係、家庭等等。人類需求的第三個階段，就是自我的實現，有意義價值的生活方式和可以完全投入的行業。最後一個層次是社會實現，即在成就自我之後，可望獲得社會肯定，希望在對群體的付出當中得到社會的認可，與超越自我的崇高價值體現。

馬斯洛的理論很符合當代社會所有專業人士及富裕階層的生涯軸線。一個小康家庭的人，從襁褓出生接受關愛，到成長衣食無缺之後接受教育。探索自我的生命之旅，在家庭及同儕中得到愛和被接納的穩妥感，在學業有成以後往那個既定的專業化方向不斷奮鬥。從年薪幾十萬、上百萬到千萬，從專業人士到獨當一面的管理者或企業家，一路曲折艱辛的過程中不斷挑戰自我的弱點。面對裡裡外外的勁敵，因應著不可捉摸

的大社會之瞬息萬變，所帶來給個體的衝擊；或者接受導致那些失敗者所認定的宿命；對於他們來說，辛苦的仗打完了。他們所經歷過程一如尼采《查拉圖斯特拉如是說》一書中那位聖者，一生辛苦奮鬥登上了峰頂，向天空仰望太陽，但太陽依然在那深不可測的遠方。現代人的無止盡的追尋就像查拉圖斯特拉一樣永遠帶著登上山頂之後的那種悵然孤獨的感覺。明智的人知道要學習查拉圖斯特拉，必須走下山，必須走向群眾、擁抱人群。而對那個過度擁抱自我的人，依然處在高處不勝寒的峰頂，當陽光照耀著山頭，他自豪地凌駕一切的芸芸眾生，直到夜裡的星斗洩漏他心裡最深沉的孤寂。

這是每一個現代個人主義成功下的光明面及黑暗面。每一個被投以羨慕眼光的領導者背後有不為人知的幽暗的一面，除非他學習查拉圖斯特拉真正走向社會實現，去付出能量給其他困苦的人們。目前世界的首富Microsoft(微軟)負責人比爾蓋茲在成功以後不斷的付出大筆資金幫助愛滋病患與瀕臨飢餓的人，他是馬斯洛現代典型的代表。這是馬斯洛金字塔型的人生，在抵達峰頂之後的回饋與反省。

姑且不論比爾蓋茲有沒有覺得自己已




經到達峰頂，馬斯洛所留下的一個問題是，對絕大多數的人而言，問題不是到達峰頂之後回到人群，而是什麼時候才是他們人生的峰頂？

現代人把比爾蓋茲這樣的企業家當作是人格典範，這固然是一項令人渴慕的生命之旅，但問題是，人生本來就不平等，沒有幾個人真正登上埃佛勒斯峰，也沒有幾個人能夠像比爾蓋茲一樣的在企業界如此出類拔萃。對於廣大的上班族、專業人士、或小企業家而言，何處是他們的峰頂？哪個峰頂才是最後的？追求峰頂的心，永遠是不足的。不管是企業也好、學業也好、地位也好、金錢也好、知名度也好，人們的渴望永遠是無止境的。如果人人都是要到了峰頂才達到真正自我實現，那麼這個社會百分之九十九的人都不認為自己已經到達峰頂，那麼他們的生命價值又該如何看待？

三十九年前證嚴法師還是一介貧窮的出家人的時候，他就開始作慈善志業。那個時候他住在花蓮秀林鄉的山腳下，吃住都十分困難，有時候還得要向普明寺的廟公借油借米，除了經常三餐不繼還要存下錢來救濟貧窮的人。那時候他是窮人救窮人。證嚴法師沒有等到金錢上富有再去為社會付出，他似乎沒有等到自我實現才去做社會實現。

其實一切的追求都諭示著一種不足。我要汽車因為缺汽車，我要一個地位

因為缺地位，有了一億要百億，不管要多少，不管有沒有要到，缺乏的心永遠都填不滿；所以人永遠在追求的同時失落。因為那個處在「缺」和「不足」的心永遠是苦的。因為心只要是往「求」的方向走，就永遠「缺」。所以證嚴上人教導我們把追求的、想獲得的心倒過來成為捨的心。能捨的心和你擁有多少物質無關，再窮困的貧婆也能夠捨一塊布給佛陀。所以佛陀紀念貧婆富有給予的心，將那一塊破布永久的縫在衣服上。這是袈裟上總有塊貼布的由來。

能給的心，就是一種社會付出。透過能給的心來去除永遠匱乏的心態，透過成就別人的過程中，得到自我內心的寧靜和快樂，那才是自我實現。英國哲學家培根就說「許多人一生成就輝煌，但到死的那一刻卻還不知道自己是誰。」擁有世界卻失去自己，這不算是自我實現。一個貪戀執著瓶中物品的人，不知道真正能載裝東西的，是那能給予的空。能給予才是永恆的自我體現。從這個角度，自我實現及社會實現是不可分割的。其實當有形的一切都灰飛煙滅，一如瓶子的玻璃體破滅，但能承載的那一個能給的「空」依然具足長存。 

何可欣

# 苦難菩薩的笑容

## 記河北省冬令發放

文／曹汶龍 花蓮慈濟醫學中心神經內科主治醫師

這次河北井陘冬令發放活動，是慈濟基金會集慈善、教育、文化三合一的行動。北京只有八位委員，承擔這次總籌畫運作的工作。第一次的任務，從沒有經驗中，學習成長。她們的家人，還有會員們，秉持著人溺己溺之不忍悲心，全力協助八位委員達成任務。

許多師兄是第一次參加慈濟的活動，卻表現出愈做愈勇的獅子精神。北京的慈青看見慈

誠爸爸懿德媽媽及慈祥的師姊們精進的工作，也都被帶動的如活潑的羚羊，穿梭在工作及人群中。

皆山慈濟中學的校長、老師、學生更是合作無間，搬麵粉、提沙拉油，扶著老爺爺、老奶奶回到車上。村鎮的幹部們幫忙領物資(有的村在山上，路被雪封了，下不來；有的殘疾智障無法行動)。在零下三度的寒冬，大家互道「感恩」、「謝謝」，一開口就一團白霧，整個會場就籠罩在歡喜感恩之中。

大家對這次發放都是生手，鄉親一個



圖左為曹汶龍醫師

個排了好長的隊伍，物資一包一包堆的好高，我們要在三個小時內發完，大家秉著一個信念——「上人的悲心」，把合心、和氣、互愛、協力的精神發揮地淋漓盡致。

寒風吹在臉上，心卻是暖的，嘴上掛著笑容，說著「大叔、大嬸，過年好啊！」鄉親們也笑了，最美的笑容就在當場展現。

這次的出團，我稱之為「放生團」。將我們這一群生手，放在寒冷的山區，面對著一長隊現苦難「相」的菩薩，完

成了菩薩交給的使命，從作中找出信念，從信念裡培養慧命。

這次出門帶著PDA，看到什麼，想到什麼，隨手就記下。一路上看到好多菩薩身影，寫下來，也亟與家人分享。礙於篇幅，以下僅摘錄片段與大家分享。

一月十三日，清晨四點五十分在台北分會集合，德勤師父派我掌旗，走在最前頭，接著是德勤、德勳師父併排，隊伍浩蕩長。德勤師父在身後輕輕指示「路要走直」，遇到轉彎我就轉直角，隊伍的威儀就出現了。沒想到這次出門第一件事就是學走步。

到達北京，出了太陽，氣溫四度，比昨天回升三度。北京的師兄姊在機場熱烈歡迎，都說我們把溫暖帶來。整隊步行五分鐘到曾芸姬師姊辦的幼稚園進行北京培訓課程。路上寒風刺耳，我們還是精神抖擻。

一月十四日，車外零下一度，路旁積雪，白楊枯林下覆雪，朝陽從地表面露出，嫩紅可愛。太陽上半面慢慢發亮，加上一點霧，好像嬰兒剛睡醒對著你微笑。楊棟樑師兄情不自禁拿出相機拍攝，他的嘴角展露出喜悅的光芒。

上午十點二十五分到井陘，看見三五零二被服廠的看板，一九九六年的發放物資有一部分就是這個工廠做的。就地取材、用於當地、帶動生機，這就是慈悲。

一月十五日，北京的陳耀光師兄，調度板車、搬著麵粉，在零下三度的氣溫

下全身大汗，脫下雪衣繼續工作，還大聲的問候鄉親；英風凜凜，悲心滿滿。晚上吃飯時，因為曬了一天的太陽、又凍了一天，陳師兄的臉變得紅咚咚的，眼睛露出一點累又滿足的光芒，讓我看見一張最美滿的臉。

一月十六日一早起風，更冷。因為昨天已有經驗，一個上午就發放完畢。在發放現場，鄉親們天不亮從老遠趕來，有的瞎了眼、斷了手、缺了腿，臉上皺紋深，手掌繭子厚，這就是菩薩示相，啟發大家的悲心。鄉親們開口笑著，好像傳遞上人的讚許，心中暖洋洋的。

幾天下來，法喜充滿，腰也酸了，這是一種「快樂的疲憊」。看見北京師兄、師姊仍然精神抖擻，帶動手語。我也領著大夥扮著牛頭跳著「拉車向前行」。晚會結束時，大林慈濟醫院核醫主任王昱豐醫師突然流鼻血。他自嘲的說：「是那位師姊讓我噴鼻血？」用了好幾張衛生紙才止住。這幾天他最賣力，也許是剛受證為慈誠，搬起麵粉特別起勁，又跟著我扮另一隻牛頭，帶著隊伍又唱又跳。慈濟人做慈濟，越做越賣力。

發放完，在井陘回北京的路上，天黑黑的，大家也累了，我緩緩唱著：「普天下沒有我不愛的人……」似乎我的歌聲感動了吳啟明師兄，只見他打電話給孩子說：「爸爸愛你。」可愛的慈濟人，智慧的慈濟人，成長的慈濟人，我很歡喜進了家門。



# 「井陘」 被歷史遺忘的地方

## 河北省冬令發放隨享

文／王昱豐 大林慈濟醫院核子醫學科主任

春風不來，三月的楊柳不開  
曙光不現，枝頭的曉燕不啼  
愛是心底萌發的光苗  
似穿透烏雲的陽光  
照亮每一個需要的角落

「井陘」，一個被歷史遺忘的地方，是這次活動的主要發放所在。雖然「背水一戰」、唐朝時的「安史之亂」、到對日抗戰時之「石家莊戰役」，歷史課本中常常跳出這麼個名詞，然而那對我們的記憶是遙遠的。

事實上，位於河北與山西交界、太行山山腳下的這個古老縣份，居民的生活卻不是我們所能想像的困苦。由於地屬黃土高原，農作生產極少，煤礦是主要經濟生產，整個井陘的空氣中始終瀰漫著細細的煤灰，而九六年的賀伯風災，更直接重創了這個原本貧瘠的土地。可是鄉親們並沒有被打倒，他們從慈濟人的手中接過物資，建立學校，再無怨無悔地重建了自己的家園。十年後的現



在，慈濟人再回到此，黃土依舊，空氣中的煤灰不改，然而鄉親堅毅和純樸的風霜也絲毫未減；如果說，十年前我們在他們最艱苦的時候為他們帶來希望，我們現在所見到的是穿透烏雲灑下來的陽光。

此次河北的發放以井陘為主要地區，包括小作鎮、南障城鎮、微水鎮、及天

長鎮周邊共十七個城鎮，三千八百九十三戶，計約一萬餘人次。在發放活動中，我是負責麵粉發放的部分，每當鄉親以他們樸實的笑容，回報我們一身的麵粉時，我常常羞愧的低下頭，不因為我的衣服是髒的，其實最讓我難過的是他們一雙雙厚實的手，風霜所刻劃的痕跡，毫不掩飾地傳達出他們生活的困苦。然而，我們僅僅一個擁抱，一聲「大叔好！」便輕易地得到了他們滿滿的歡欣，我們該如何再去膚慰呢？事實上，我們所能給予的物資實在有限，也僅足鄉親過一個年。

然而在物資以外，我們所帶來更多的是老人家對生命的冀望。在最嚴寒的冬天，有著最溫暖的愛；在最黑暗的角落，有著持續發光的能量。我在想人心的感動到人心的付出，到存同除異的接納，世界本身就是一體，當人人心中愛的一點火苗燃起，聚積沈積，就能照亮全世界，就能讓每個人都不再孤寒。所做不多，所得甚大，我們更該努力。

若要問我從這次的發放中得到了些什麼？我想除了感動與感受外，我學到了尊重。原來「施比受更有福」並不是教科書中的一句話，它除了應用在生活外，也存在著許多行動上的智慧：發放的本身並不只在於作善事；要論發放，最有效率的作法可能是要各鄉鎮造冊，由鄉鎮派人直接領取物資回去，再請各戶人家過來領取；然而，這樣的作法，付出的人並不會由此得到感動，而受施

的人也不過是得到了些衣物過冬罷了。唯有直接面對面的接觸，才是傳遞情感、真情付出的行動；施予者並不是高高在上的善人，受施者也並非屈躬的接受。在發放的現場，當活動結束，鄉親們領著物資歡喜回家，我們還要將環境整理乾淨，還原一個未發放前的空間。

其實，不單只在發放過程的膚慰或問候，我更知道，在發放之前，已經不知道有多少愛心在完成前置的探勘、造冊、物資運補、或接運等等，數都無法計數的繁複作業；而我們所扮演的只是在台前將台詞唸完的角色，其實更該要感謝的是幕後累計的愛心。

人世間有許多樣的人，有人始終在幫助人，有人始終在接受人家的幫助，也有的人是既不幫助人家也不接受人家的幫助。那麼我們到底應該作哪種人呢？上人告訴我們，慈濟人是幫助別人成為能幫助別人的人。事實上，在這次的活動中，除了我們外，還有當地許多皆山慈濟中學的老師和學生參與其中，當他們由羞澀到能自在地協助別人。我知道，我們的種子已經灑下，也許要五年、也許十年、也許更久，但是這些種子會萌芽、會新生，當善念發起，我們也都從中得到了自在。

走筆至此，我回首細想慈濟情，從每個伙伴全身的麵粉與疲憊的身軀，我卻看到一顆顆耀然的心，感恩上人的智慧與慈悲，這樣的收穫將成為下一個「愛」的發願。



# 新店慈濟醫院 的構思與誕生

口述／林碧玉 慈濟基金會副總執行長 整理／劉芳助

慈濟醫療從前山的「大」醫院—花蓮慈濟醫院的奠基，到花東縱谷的明珠—玉里慈濟醫院、台九線的守護神—關山慈濟醫院，一路走到西部的田中央的大醫院—大林慈濟醫院，十多年來，這一步步愛的醫療的艱辛與堅持，與持續推動人本醫療的理念、落實社區關懷的實踐，涓滴努力都為「愛的醫療」，搶救生命、守護愛。

慈濟第一家醫院於民國六十八年動土，二十六年後，慈濟在北台灣的醫院即將落成，巍峨聳立的大樓是慈濟醫療的新里程，也期許成為北台灣的醫療人文新標竿。本文將透過基金會林碧玉副總執行長對北區慈濟社區志工的分享，讓您探知慈濟醫療愛的足跡與新店慈濟醫院的使命。



回首當年，台北的師兄師姊們翻山越嶺，委員帶著會員，克服種種困難，不辭辛勞，虔誠一念心跟著證嚴上人的腳步，才有花蓮慈濟醫院。慈濟人翻山越嶺去捐款、去籌建這所醫院，等到醫院蓋好了，大家又翻山越嶺去看病。

### 醫院為道場 搶救生命提昇慧命

根據花蓮慈濟醫院的統計數字，花蓮慈院看病人口的外來比例，從過去的百分之二，已經增加為現在的百分之十七。就是因為這麼艱辛的過程，上人爲了要回饋、照顧我們師兄師姊，以及所有護持慈濟的大德們，毅然決然到新店來蓋醫院，這也是新店慈濟醫院誕生的首要原因。

而慈濟在大台北地區建院的第二個目的，是希望讓愛的醫療向北延展開來。過去，在花蓮，找醫師是困難的，即便到現在，在花蓮跟大林醫院，找醫師還是很困難。即使有一定的難度，但我們深切了解慈濟醫院的宗旨和目標、了解上人的理念和期待，因此在新店招募醫護人員時，在邀約醫師或面談時，仍堅持告訴他們，新店慈濟醫院不是醫院，它是一個道場，一個搶救生命的道場；不僅是讓患者得離病苦，更是期待醫護人員能藉由搶救生命的過程，充實、提升自己的心靈。

新店慈濟醫院大約在五年前動土，動土到地下室的時候，發生九二一大地震，之後上人覺得，醫院還是要有隔震

系統，也因為要做這個系統，工程延宕了一年左右。換句話說，我們以四年的時間，蓋這棟四萬坪的建築物，因爲大家的盡心盡力，讓工程能不斷地順利推展。

### 新店慈濟醫院的「第一」

新店慈濟醫院有很多第一。比如說，隔震系統，花蓮的合心樓已於日前啓用，所以新店醫院的隔震系統不能說是全台灣第一，但是慈濟醫療志業將「隔震系統」的構想加入醫院的設計藍圖中，在台灣的確創下第一的紀錄。而新店慈濟醫院也是全世界第一座面積寬廣、高樓層，且擁有隔震系統的醫療建築。

新店慈濟醫院的第二項第一，是大膽啓用「陽台」的規劃；陽台設計的目的是考量避難、節約能源，並添上綠色建築的特色，也可說是世界第一。新店慈院的陽台和空中花園，面積之大，世界罕見。

照顧病人，是不能以成本爲考量，因此新店慈濟醫院更是以最好的設備回饋、照顧北部的患者。我們甚至可以說，新店慈濟醫院是台灣設備最好的醫院。

舉例來說，放射腫瘤科中治療癌症的電療儀器——直線加速器，是全亞洲第一部的先進儀器，目前全世界沒有超過十台。因爲平常我們呼吸時，腫瘤會跟著起伏，以往的直線加速器是若病患一

呼一吸，而機器仍然持續運作，很可能會打到其他細胞，但這部儀器是病患一呼吸時，機器就停下來不攝影了，也就不會打到正常的細胞；比方說鼻咽癌患者接受電療之後，吃飯時都要拿個杯子不斷地喝水，因為他的唾液腺在電療的同時也被破壞，但是，如果病患接受新式直線加速器治療，唾液腺的功能會盡可能地完整保留下來。採用如此昂貴的儀器，在於取之於社會、用之於社會的心。

當然另外還有最新的影像處理系統，可以發現最早、最小的腫瘤；開刀房的衛星導航系統……；所有這些嶄新的醫療設備，無不是為輔助醫師，讓醫療品質更臻完善。

### 醫師願將骨灰灑在精舍的菜圃裡

提到人文，自跨入新店慈濟醫院的那一刻起，就能感受得到。首先看到的是



大廳的佛陀問病圖，看到上人為佛教、為眾生，興建這座醫院；兩旁的菩提樹就是表示覺者要拔除病患的苦。再往前看，會看到一幅佛像，好像佛陀飄在半空中，意指天上有十方諸佛，人間有上人帶領著常住師父和慈濟人，為淨化人心努力。「上求佛道、下化眾生」，上人和常住師父飄在雲上面，而這個雲就是藍天白雲。如果大家仔細看，就會發現，這個人像勾勒起來是一朵綻開的蓮花浮在雲上面。接著，一樓我們有靜思文化、地下室有誠品書局，人文和文化帶到這樣的環境裡面，和醫療密切結合。

當然，我們還有最值得讚嘆的第一，就是志工菩薩們。每位志工師兄姊除了都用很歡喜的心去膚慰病人，更誠心關懷志業體的醫護同仁。新店慈院已經舉辦過三梯次的人文營，五天四夜都住在精舍，大家都很有福報。剛結束的第三

梯次人文營，有醫師起來分享說，他要發願，雖然他生的時候不能住在精舍，但往生的時候，一定要回到精舍，他的骨灰要灑在精舍的菜圃裡，而且不止一位醫師有這樣的感動，真

新店慈濟醫院的誕生，靠所有相關同仁對於一磚一瓦的用心。圖為林碧玉副總於施工期間與營建處同仁研究興建細節。



的很讓人欣慰和感佩。

## 志工與醫護相互疼惜

此外，新店醫院做的「社區健康管理」也是一大特色。比如說大安區裡面有幾條街是慈濟街或慈濟巷，我們的醫護同仁就組成一個團隊，到這些社區裡做社區健康管理，舉凡血糖、血壓或心臟方面的疾病，醫護人員都可以經常來替民眾看診。我們把這些資料變成整個社區健康管理的資料庫，就知道社區裡哪些人有什麼樣的疾病，如果沒有回來看診，我們就主動追蹤、關懷他，這就是預防醫學、社區醫學的具體落實。

而這樣的構想也是由醫師們主動發起的，當我們和醫生分享慈濟腳步時，提到社區志工為慈濟付出的一切，醫師很感動，便主動提出走入社區的構想。

我們的醫護同仁都有共同的一念心，真正要做到守護生命、守護健康、守護

愛，要志為人醫，要學習以病為師。以前我們說以病人為中心，現在我們更進一步，把病人當作我們的老師。因為以病人為中心，是我們去照顧病人，以病為師，卻是以很謙卑的心，把病人當作老師，以病人的生命作為學習的範本，這樣的觀念更是全世界沒有的。

可以想像的是，醫院剛開業，百事待舉的時候，一定有很多需要磨合的地方，就像新手上路一樣。雖然以醫護人員的專業來說，大家都不是新手，卻是慈濟的新生，因此師兄師姊的包容和陪伴就很重要。

慈濟人給新店同仁更多的愛，讓大家隨時記得自己為了理想、因為愛、因為使命、因為遠景而來的；也正是因為這裡有上人，有慈濟人，讓他們有機會回到醫者的本懷。

當然，除了上人的德行讓醫師感動，很重要的，還有我們師兄師姊的付出，

感動他們，願意為了追隨良師、追隨益友，加入慈濟醫療團隊。正因為有了大家的祝福和護持，新店慈院很快就會以最好的醫療人文面貌，呈現在大家面前。



新店慈濟醫院在慈濟人盡心、費力的護持下，已逐步完成。圖為慈濟志工們接力鋪上院外走道的連鎖磚。

封面故事

# 科學

文／黃秋惠





# 解構素食

在台灣每五個兒童就有一位過於肥胖，胖小孩的比率高達百分之二十，不僅大大超出百分之十的全球平均值，更讓胖小孩躋身為心血管疾病、糖尿病的新高發病族群。為什麼吃得好、對身體這麼「禮遇」，餐餐魚肉不缺的飲食習慣，反而讓健康不告而別？在我們自己和孩子大口嚼肉的同時，您真的知道吃進去了什麼嗎？那是提供身體器官「所需」？或是造成「所累」？



速食文化是美國肉食主義的極致表徵，二〇〇四年五月在台灣上映的一部紀錄片，便是一個全肉食的極端例證。影片中，一位美國導演以自己當白老鼠，三餐只吃速食店內的漢堡，進行為期一個月的實驗。經過三十天的速食洗禮，高脂肪、高糖份、高熱量讓這位年輕導演體重暴增十二公斤，且膝蓋痠痛，血壓、血脂值急速攀升，肝功能也出現問題。他的家庭醫師看著檢查報告搖搖頭說：「再這樣吃下去，你可能会死。」吃得美味、吃得方便，可不代表吃得健康。

## 葷食太多，戕害身體健康

早在一九八九年，拯救地球組織(Earth Save)便歸結數十年來的科學研究報告，提出許多不宜吃過多肉類的數據證明，譬如說：美國男性覺得吃動物食品才有男子氣概，但研究結果顯示，每天吃肉類、蛋、奶的男性比吃很少或完全不吃的男性，得攝護腺癌的風險高三點六倍以上，男子氣概的代價似乎不小。

而在另外一份研究中指出，在美國六十五歲的肉食女性，骨質流失的比率高達百分之三十五；但在同年齡、茹素的女性，平均骨質流失卻只有百分之十八。深究其醫學上的原因，人體一旦攝取過多的蛋白質，會致使鈣質流失，就會導致骨質疏鬆症和腎臟衰竭，而美國這樣的病例至少有上千萬人。吃肉不僅導致骨質疏鬆症和腎臟衰竭，甚至還和癌症有關。一份針對十二萬二千名美國護士的研究即指出，每天吃肉的婦女，罹患大腸癌、直腸癌的機會比每月吃肉少於一次的婦女高出二十五倍！

花蓮慈濟醫院負責心臟內科病房的營養師陳靜怡是位「六年級生」，在她多年的專業訓練裡，早已確立吃肉與癌症的絕對關係，她說：「念書時課本上就確定動物性脂肪攝取過多，會導致胃癌、大腸直腸癌、胰臟癌，還有女性的乳癌。」而台灣的死因前四名：癌症、中風、心臟病、糖尿病，也已經被證實跟葷食脫不了關係。

為了遠離致命疾病，專家、營養師、媒體大力鼓吹蔬菜水果對身體的助益，

像是「5 a Day, Cancer Away(天天五蔬果，癌症不找我)」，現代人也逐漸認同多吃蔬果的好處，但是，有必要吃素嗎？少量的肉

## 素食不易骨質疏鬆

過量的蛋白質會造成體內鈣質的流失，亦是造成骨質疏鬆的原因。植物中鈣含量不低，而磷含量比肉類少，有助於減少尿中排出鈣質的量，所以素食比葷食不易發生骨質疏鬆，除非是偏食或刻意減肥。一九六五年左右，德國MAX PLANCK科學研究中心報導，綠色植物的蛋白質比肉和蛋還高。一般人只要熱量足夠，就不會有欠缺蛋白質的問題。



陳靜怡早在學生時代的基礎教育就確認動物性脂肪攝取過量易致癌。圖為她至病房為病患家屬進行營養諮詢。

類不會比吃素好嗎？沒有吃肉類營養怎麼足夠？

從最嬌嫩的新生兒養育過程中，最能感受到對營養的取決。為了呵護襁褓中的寶貝，母親或阿嬤總是會費心地以「大骨頭」、「魷仔魚」熬煮稀飯，為的是給小嬰兒最好的營養，在孩子成長的黃金階段，「吃素」幾乎被視為不可能的任務！而近日美國的一份研究報告更是宣稱，給孩子吃素是「不道德的」，這樣的說法，不僅讓反對素食者抓住機會登高疾呼，也引發全球素食者的批判和回應，由此又再一次的掀起「素食」健康與否的話題！

## 素食飲食已超過兩百年的歷史

回顧素食的浪潮，十九世紀中期，現

代素食運動便有逐漸興盛的風氣，於一八八九年成立的素食聯盟(Vegetarian Federal Union)其後在一九〇八年由國際素食聯盟(IVU)接手，該組織不僅整合全球的素食團體，更是大力推動茹素的風潮。在一九八二年的美國，素食人口九百萬人，目前則超過一千四百萬人。總人口達六千萬人的英國，則有四分之一的素食人口。在台灣，素食人口也超過二百萬人。在茹素人口增加的同時，全球素食人口的平均年齡層也正在逐漸下降中。

你知道嗎？其實許多知名的人物都是素食者。身材窈窕的美國女歌星瑪丹娜、性格的老牌影星保羅·紐曼、達斯丁·霍夫曼、電影蜘蛛人裡身手矯健的男主角托比·麥奎爾與發明相對論的愛



專家學者都已證實，每天攝取五彩繽紛、多種類的蔬菜、水果，得到癌症的機率會大幅降低。

認真地聽進了身體內各個器官的召喚。

數十年來，全世界關於素葷食營養、與臨床影響的研究論文已非常豐富而扎實，新英格蘭醫學雜誌 (New

England Journal of Medicine)、美國臨床營養學雜誌(American Journal of Clinical Nutrition)……，這些國際知名的專業醫學期刊中不時都會出現新的研究驗證。每一份新報告出爐，就讓我們多瞭解一點身體器官對於營養的選擇性，也為素食的健康性多添一分。或許這也解釋了為什麼許多具備醫學專業的醫生們，紛紛選擇茹素。因為他們知道，所有相關的研究報告都是由全世界最具有醫療專業、最懂得身體器官的人，以科學的方式舉證了素食的飲食方式最適合人類。

因斯坦都是速食者，而醫者的典範史懷哲也是茹素者。

此外，許多身體機能絕佳的頂尖運動員也都是素食者，包括：美國職棒大聯盟全壘打王漢克·阿倫(Hank Aaron)、網球名將金恩夫人(Billie Jean King)等等。關於素食的一項趣聞是，日本職棒西武隊在一九八一年賽季墊底後，於一九八二年換上新的監督，新教頭的第一道命令就是全體隊員吃素，為此別人嘲笑他們是「吃草的獅子」，結果他們在一九八二及一九八三連續兩年得到全日本職棒冠軍。

許多民眾將素食的動機歸因於宗教因素，然而從以上名人們的吃素原因來看，見證到素食者的健康，應該也是促使葷食者改吃素的重要原因，因為他們

至今已經茹素二十年的大林慈濟醫院院長，同時也是心臟外科權威的林俊龍醫師，在自著的《科學素食快樂吃》書中序言裡道出他在美國開始茹素的

機緣——「在我的臨床經驗中，罹患狹心症、心肌梗塞，或做過冠狀動脈氣球擴張術，甚至冠狀動脈繞道手術的病人，幾年之後，甚至於在短短的半年、一年之後再復發……」林俊龍院長深深感受，「就這樣，我開始對心臟血管疾病的預防，作深入的探討，才發現導致心臟血管疾病的許多危險因子，……了解到飲食是預防血管硬化最重要的一個因子以後，便開始在醫學文獻上蒐集資料，才又發現新鮮的蔬菜水果，尤其素食是最健康的飲食方式。」

### 高纖維在腸胃道扮演的角色

素食不是只有對心臟血管疾病有益，對於消化道系統更有直接幫助。花蓮慈濟醫院肝膽腸胃科主任胡志棠醫師提到，全世界都知道，吃肉（特別是紅

肉）、醃漬、不新鮮的肉品，容易罹患消化道癌，包括胃癌、大腸癌。他更提到：「日本人愛吃肉、海鮮，胃癌的比例是全世界最高。」

早在一九七一年，柏基特(Denis Burkitt)博士就提出了葷食與大腸癌的密切相關。

纖維素是造成大便殘渣非常重要的來源。柏基特博士注意到高纖維食物只需大約二十到三十個小時即可穿過消化道，但是他發現那種低纖維高脂肪的飲食使得食物需要八十到一百個小時才能穿過消化道，長時間處在腸道中的高脂肪食物，不僅會造成更大量的細菌生長，更將人體中的膽鹽轉化為致癌的毒素，不斷累積在人體內。

如何讓腸胃舒服，胡志棠主任說：「我們腸胃科醫師，一百位中有九十位



裴駢醫師在深入理解素食的優點之後，開始用心茹素，也適時地教育病患們素食對身體健康的益處。



肝膽腸胃科胡志棠主任強調每天攝取大量蔬果，有助排便順暢，毒素便不會累積於體內，對身體健康大有幫助。

能殺死一千萬人。吃進葷食，吃到動物蛋白質之外，它還附帶著戴奧辛毒素。

科學實證也顯示，素食者比葷

會攝取大量的蔬菜水果。我自己每天有百分之九十都吃蔬菜水果，每餐有三盤青菜；這樣排便才會通暢，不會便秘，毒素才不會累積在體內。」

### 吃葷有什麼不妥？

從《新世紀飲食》(Diet for a New America)一書中的數據顯示，吃肉不僅成為腸胃道的負擔，其中的毒素，更有可能造成男性「不孕」的問題。一九五〇年男性大學生不孕症比率為〇·五，一九七八年則為二十五，美國一般男性精蟲量較三十年前減少百分之三十；男性不孕與精蟲量減少的主要原因，是體內有以氯處理的碳化氫殺蟲劑殘餘，包括戴奧辛和DDT等。美國肉類、奶品、魚和蛋類食品中以氯處理的碳化氫殺蟲劑殘餘量比率為百分之九十四。而僅僅一盎司(約二十八點四公克)的戴奧辛就

食者癌症發病率低百分二十至四十。植物性飲食，包括：全穀類、豆類、蔬菜及水果，有保護人體降低罹患癌症機會的作用。例如，黃豆含有具抗氧化作用的異黃素，可阻止及避免大腸癌、口腔癌、肺癌及肝癌的發生。劉詩玉營養師也強調，「植物性食物中的植物固醇及皂素亦可減少罹患大腸癌機率。新鮮蔬果類含有許多抗癌物質，如類胡蘿蔔素、維生素C、維生素E等。」

而不吃葷食的好處可是不少，不可能得狂牛症，減少沙門氏菌、大腸桿菌中毒的機會，防止糖尿病的產生，免疫系統會增強；吃素簡直是健康的代名詞！

花蓮慈濟醫院新陳代謝科主治醫師裴駿一年前開始吃素，問起他吃素的原因，他這麼回答：「『抽煙，會得肺癌。你還會抽煙嗎？』，可能一半的人繼續抽，因為有惰性，不肯改。」全家



都熱愛足球運動的裴駒醫師改變飲食習慣吃素，「最主要是爲了自己身體健康，因爲所有的論文研究結果都告訴我『素食是對的！』。第二個原因則是環保，爲了節省地球資源，爲了下一代著想。」

### 素食是資源環保的行動

以肉類爲主的飲食習慣，對環境造成了毀滅性的衝擊。要種出一磅的小麥需要約二十五加侖的水，但要養出一磅的肉品卻需要二千五百加侖的水，足足是小麥的一百倍。美國中部地區的地下水，是飲用水的主要供應來源，但光是爲了養牛的用水，就足以使得水源快速枯竭。而且，養牛所需的土地面積是栽植蔬菜、水果和穀類的二十倍。諷刺的是，爲了讓人吃一磅的動物蛋白質，必須給動物吃二十一磅的植物蛋白質。以美國爲例，如果一年少消耗百分之十的肉品，就可以釋放出一千兩百萬噸的穀米給人類食用，這個食物量可以餵飽六千萬人。

素食者既兼顧了身體的健康，發現還

能夠愛護地球，何樂而不爲！

### 不吃肉，營養怎麼足夠？

對於罹患消化道癌症的患者，胡志棠主任都會建議病人：「避免吃肉，尤其是煙燻、烤的，多吃新鮮蔬果、五穀，含纖維質高的食物。」當然，病人第一個反應都是：這樣營養夠嗎？針對這樣的疑問，胡志棠主任簡單而肯定地回答：「肉類提供的主要成分是蛋白質，但是有細菌感染、化學成分在裡面。而素食，並不會有營養不均的問題，只是沒有飽足感。」當然，胡志棠主任會順道送給患者一個禮物，那就是跟他們說：「要運動」。

基本上，蛋白質、脂肪和醣類這三大營養素是比較不用擔心缺乏的。但是總有人一旦知道你吃素，就會馬上問你，「如何攝取蛋白質」？事實上，豆類、穀類、堅果類都含有蛋白質根本不須擔心。花蓮慈濟醫院營養師劉詩玉解釋道：「肉類的營養成分是蛋白質，在黃豆及黃豆製品都是優質的蛋白質攝取來源。而攝取一塊傳統豆腐一百克與三十

五克瘦肉，熱量同樣是五十五大卡，且豆腐的飽合脂肪酸少，完全沒有動物性膽固醇，所以攝取豆腐反而較肉更好。」美國營養協會（American Dietetic

### 吃素，會缺乏維生素B12嗎？

在美國，一百萬人中只有十二人會有B12缺乏的問題，比例非常低，因為分解B12的細菌一直存在於口中、腸道中。蛋奶素食者，不太需要額外攝取B12。而不吃蛋奶的純素食者，則可能必須額外補充。另外，孕婦及兒童也建議補充。



對於素食者的飲食，肝膽腸胃科胡志棠主任提出了四個建議：

1. 維持體重
2. 避免三酸甘油脂的食物
3. 多運動
4. 以青菜水果代替澱粉類食物

對於很難放棄葷食者的建議：每天的食物中有三分之二的青菜水果，避免紅肉、豬肉。

Association)更指出：「假如在一天之內，吃進不同的食物，即使是只有植物為蛋白質來源，也能提供所有氨基酸所需的適當份量。」

## 吃素也要均衡飲食

從所有的科學研究我們得出一個結論——素食幾乎可以和健康劃上等號。但是卻需遵循基本的飲食原則，如果沒有聰明吃素，健康可能還是會漸行漸遠的。

肝膽腸胃科的門診接觸到的素食者，最大的問題是脂肪肝比例偏高。胡志棠主任得到的答案，可能是素食者容易餓，就會攝取很多的澱粉類食物、過多的熱量，導致脂肪累積在肝內，以致於肝發炎，接著肝纖維化，持續幾年下來，可能就會造成肝硬化。而劉詩玉營養師也提到，無論是素食者或葷食者，同樣都要注意油脂攝取量。

心臟內科住院病人，多半是高血壓、

高血脂，還有就是糖尿病併發心血管疾病，而患者年齡通常在五、六十歲以上。負責照顧心血管疾病患者的營養師陳靜怡說：「『一些阿嬤說，我沒吃什麼肉，怎麼還會有這些毛病？』透過飲食評估之後，我們才了解，原來是纖維吃太少、飯吃太多，還有的阿公阿嬤聽人家說吃水果好，就一次吃一堆，聽人家說喝鮮果汁好，一次也喝太多。」她

提到，在慈濟醫院，營養組會告訴患者，素食的三大原則是「天然、新鮮、粗糙」。「還有，還有，要運動。」

## 準備好吃素了嗎？

素食所呈現的不僅只在於不吃葷，對於「養生」的觀念也要正確。妥善的規劃飲食、了解每日攝取的營養成分，並用心的關照、愛惜身體，像是素食者通常比較長壽，就是因為除了均衡飲食之外，素食者會選擇更健康的生活型態。

可是，吃葷食習慣了，怎麼能一下子改變？就像裴駉醫師在臨床上會「因材施教，循序漸進」，他給新陳代謝科病患的建議是「第一步，先不要吃肥肉。第二步，不要吃肉。第三，在烹調時，保持蔬菜的新鮮度。」陳靜怡營養師則建議：「先每個禮拜有一餐吃素，然後再每天吃一餐素。」聽起來一點都不難，又能長保健康，找個朋友一起吃一餐素吧！

# 素不素Q&A



文／劉詩玉 花蓮慈濟醫學中心營養師

近幾年素食風氣盛行，也不斷有相關素食飲食的研究報告發表，標題結果聳動駭人，造成民眾對素食的疑惑，吃素會讓人越來越胖嗎？血脂肪會升高嗎？讓營養師詳細為您解答，教您怎麼健康素。

## Q1：為什麼吃素比較不會得癌症？

A：素食者攝取豐富的纖維素，能刺激腸蠕動加快，利於排便，降低有害物質對腸壁的損害，故素食可以減少癌症發病率，尤其是直腸癌，結腸癌。另外，新鮮蔬果類含有許多抗癌物質，如類胡蘿蔔素、維生素C、維生素E。

## Q2：我沒吃肉，怎麼補充蛋白質？

A：素食者常以黃豆及黃豆製品為蛋白質攝取來源，其為良質蛋白質。另外，許多深綠色蔬菜，也含有豐富的蛋白質。基本上，只要每餐飲食攝取多樣食材，不會有蛋白質的問題。

## Q3：為什麼我媽媽吃素，至醫院檢查時還發現血脂肪偏高？

A：素食者原意是以健康為出發點，但往往烹調時易將素材過油去豆腥味，而增加額外油脂攝取。加上長期錯誤的

飲食習慣及缺乏運動量，如此素食者當然也會有血脂肪高的問題發生。

甚至攝取太多的加工精緻化澱粉食物、含過多精緻糖的素食點心，如：芝麻球、包餡麵包等，同樣的也易有血三酸甘油脂高及脂肪肝的問題。所以，問題發生不是素食飲食，而是錯誤飲食習慣造成。

## Q4：素食要吃得健康好像很麻煩。請問有沒有好記的方法能夠容易上手？

A：只要是飲食，不管吃葷或吃素，都必須均衡。素食要吃得健康又營養，飲食習慣應該三餐正常適量。

另外，素食最忌油炸或添加太多糖分調味。「簡單」「粗食」素食最健康，多攝取未加工的天然粗糙食物，例如傳統豆腐更優於火鍋素料。

健康飲食習慣，就要粗食並只吃七分飽，多活多動，這樣素食才能延年益壽。



# 孕媽咪與兒童 七大素食法門

文／陳燕華 花蓮慈濟醫學中心營養師

得到素食比葷食健康的答案了，但是，對於懷孕媽咪和成長中的孩童，營養攝取的重要性可是不容忽視，聽聽花蓮慈濟醫院婦兒科陳燕華營養師的健康法則。

對於懷孕媽咪和成長中兒童，我們建議每天的飲食七大法則：

1. 蔬菜及水果：四碟，至少包括一顆柑橘類水果及一碟綠色或黃色蔬菜。
2. 以全麥麵包或全穀類取代精緻白飯或精緻麵包：如糙米飯，每日至少一碗以上。
3. 富含蛋白質之食物：至少四份，以豆製品、蛋、豆類、核果及種子為主。
4. 廣泛的選擇各種食物，可嘗試使一日內所吃的食物種類超過二十種以上，以利達到均衡的目的。
5. 乳類：至少二杯，或以乳製品代替。
6. 廣泛地使用未精製的穀類、豆類、核果、水果及蔬菜。
7. 由於穀類食品中蛋白質中的氨基酸較不完全，並不能完全滿足人體的需要，因此要同時攝取乾豆類、莢豆類

(如黃豆、扁豆、毛豆等)，以互補的方式提升蛋白質的品質，例如：黃豆糙米飯等，可隨創意組合。另外，核果類，如花生、核桃、杏仁、腰果等，可以提供熱量及人體所必與的礦物質如鎂、錳等。

## 懷孕的媽咪要留意：

1. 鐵質及維生素的攝取，食物建議如：深色蔬菜、海藻類。吃蛋奶素的母親，應該多吃蛋和牛奶，每天吃一顆蛋和喝二至三杯牛奶就可以獲得足夠的維他命B12。若是吃全素的母親，因為蔬菜水果中幾乎不含維他命B12，所以應該考慮服用維他命B12補充錠，或是綜合維他命，如此還可以同時獲得其他可能缺乏的營養素如：鐵和鋅等。
2. 鈣質及蛋白質的攝取，食物建議如：大豆製品、深綠色蔬菜、乳製品。通常懷孕中期的食慾會變好，要注意控制甜食及零食的攝取，不要讓體重增

## 【健康宣言】

# 新食代·新煮張

近年來，從全球影響人物的傳染性疾病，諸如：狂牛症、口蹄疫、SARS、禽流感等，造成人心惶惶。

臺灣基金會特別「新時代、新煮張——揮灑健康的心靈與體魄」，從心靈、飲食到個別健康計畫，重新理解全民健康生活態度與生活觀。

## 【健康行動】

**新食戒** 少鹽少糖少油膩，不膩不甜不油炸  
不葷不葷不葷食，不腥不香不油炸

**新食務** 外出三餐隨處食，公家與私都應被  
家中現製乾淨淨，傳統技術不會水

**新食願** 胃口合味思飲水，多菜多米多湯品  
低糖低脂低熱量，身軀強健不取求  
定時定量七分飽，輕聲有聲以聲好  
知福惜福知健康，進中粒粒皆平安





# 新陳代謝醫師 談素食

文／裴昶 花蓮慈濟醫學中心新陳代謝暨內分泌科醫師



近代西方醫學的進步，讓人類的壽命延長了許多。更重要的，是讓人在活著的時間中，能比較少受到病痛的折磨，因此也比較有生活的品質。

## 嚴謹的科學驗證 是西方醫學進步的鎖鑰

西方醫學之所以會如此進步，有很多原因。其中一項重要的原因，就是用科學的方法去驗證一些理論。傑佛瑞·羅賓森在他所寫的《一顆價值十億的藥丸：人命與金錢的交易》書（時報出版社）中提到，一種新藥的研發，需要經過許多的步驟。首先要用動物實驗去比較不同化學結構，看哪一種比較有效，比較沒有副作用。等到化學結構決定了，下一步，就是將此化學結構所製成的藥品，做各種不同劑量，然後給動物服用。再觀察其療效與副作用。等到都確定沒有大問題了，最後開始做人體實驗。也是一樣，開始要找幾位正常的自願者服藥，看藥物劑量在人體中的變化。然後，才能用在少數的病人身上。

慢慢的加長用藥的時間。最後，才能用在大量的病人身上。經過了這些重重的關卡，才能獲得美國食品藥物管理局的上市許可。

最近一個減肥藥上市的過程，可以讓我們由另外一個角度去瞭解西方科學的精神內涵。要瞭解這個減肥藥到底有沒有有效，藥廠找了兩組胖子，由醫師給予減肥藥物使用。其中一組吃的是真的減肥藥，而另外一組吃的是「假藥」，就是一般人說的安慰劑。病人並不知道自己吃的是真藥，還是假藥。不僅如此，連醫師也不知道，一直要等到實驗做完了，才會把封住的標籤打開。為了得到藥的真正療效，連心理變數也要排除。舉這個例子，就是在說明這樣的實事求是的精神，創造了西方醫學的長足進步。這點是我們需要趕快學習的地方。

身為新陳代謝科醫師，不可避免的對於各種食物對於健康的影響，平常就會較仔細研究。再加上新陳代謝科中，糖尿病的病人特別多，光在台灣大約就有一百萬人已經被診斷出有糖尿病，另

外估計有一百萬人自己有糖尿病而不知道。再加上糖尿病末期的併發症多是像中風、心肌梗塞、腎衰竭、截肢等，會嚴重影響一個人健康，每一項疾病都跟我們日常的飲食有關，因此如何吃的健康，對我們及我們的病人來說，是一個重要的課題。

### 素食優點多 指証歷歷

國外在素食飲食的研究，已經有很長的歷史了。這些結果，都發表在國外的醫學雜誌，醫學雜誌種類繁多，論文也不勝枚舉，我們就以其中一本著名的雜誌《*American Journal of Clinical Nutrition*》（美國臨床營養雜誌）來說明。這本雜誌可說是營養學方面首屈一指的專業雜誌，由美國臨床營養學會發行的月刊。在二〇〇三年九月，這本雜誌刊登了一系列有關於素食的文章，這些文章由不同的角度去探討及說明了這樣的事實。其中普瑞米爾·辛等人（*Pramil N Singh, Joan Sabat, and Gary E Fraser*）發表了一篇文章「降低肉類的攝取是否會延長人類的壽命？」，在結論中指出吃素確實會延長壽命。大衛·鎮欽斯（*David JA Jenkins*）也列舉了很多不同的研究，顯示了素食對糖尿病的併發症也有改善的作用。而皮邁特（*Pimentel*）更報告了素食比較不會消耗地球上的資源；其他像吃素的人體力不會較差……等等，都舉出各種不同的科學及醫學的實驗、觀察去證實。

這些文章所獲得的結論，就是用我們前文提到的西方科學的方式去驗證。在他們發表了這些結果之後，經由各種媒體，全球的醫師，就會照著他們的建議，提供給健康人、病人有關營養方面的資訊。

有很多反對素食的人會提到素食者會缺乏維他命（尤其是B12）及一些微量金屬。這點在醫學的觀點上來說，是一個事實。但爲了這樣就否定了素食的好處，也是違反了醫學的邏輯。對醫師與病人而言，我們把素食的好處與壞處放在一個天平上去衡量，一邊是素食的好處，包括了降低某些癌症及各種現代的疾病，天平的另一邊則是缺乏維他命B12及稀有金屬。要選擇哪一邊是非常明顯的！當然是要選擇吃素啦！更何況以現代的科技來說，要補充因爲素食而造成的部分稀有營養缺乏，實在是非常容易的事情。只要多攝取均衡的各種素食，再適當的補充維他命，素食絕對是對健康有正面意義的！

醫師的職責，便是在照顧病人的健康。我們目前對人類疾病的瞭解，是從古到今，很多的醫師、科學家他們觀察、研究疾病的結果。這些智慧的結晶讓我們能夠提供給病人最好的醫療及照顧。若有病人（或健康人）問我，吃素比較健康，還是吃葷比較健康，我會根據我的專業，毫不猶疑的告訴他：「吃素！」

# 八歲起步走

## 社會邊緣的孩子「阿興」

文／程玫娟

每個孩子都應該有就醫、就學及就養的權利，但是並不是每個孩子都有福能享受到這三種權利。

二〇〇二年冬天，北區慈濟志工發現了一個社會邊緣的孩子，這個超級胖小孩只有六歲，不太會走路，經年赤裸，身體發出異味，在志工二年多來關懷與照顧下，終於獲得家屬的首肯，在二〇〇四年底，讓他前來慈濟醫院就醫減重。

這個孩子叫阿興，在慈濟醫院七十天的「調教」下出院，他從一百零五公斤減重到八十九公斤，他從被推床送進來到健健康康的走著出去，他從喜歡全身赤裸到學會穿著，他從只會學貓狗叫、只會說三字經，到會合掌說感恩……。

雖然在他住院的這些日子裡，慈濟醫院沒能讓這個中度智障的孩子脫胎換骨，但卻讓他享有了應有的就醫權利，以及過去所不足的親情與友情。





有一個孩子，叫阿興，八歲還不會走，喜歡全身赤裸，活像米其林輪胎標誌上的寶寶，他不會數一二三四，不會自理大小便，渾身發出異味。在慈濟志工前往關懷、互動後，才知他體重一百零五公斤，最高記錄只能走七步，而多半時候他都以爬行替代行走。

阿興與父母、姊姊住在台北某山區。由於阿興的母親與姊姊都有智障，無法教養、陪伴他，父親又是個不擅言語的老先生，必須常常外出打工，再加上居處偏僻山區，甚少出門又缺乏外界的刺激，在諸多因素使然下，他幾乎處在「與世隔絕」的狀態，致使他說話語彙極為稀少，除了會哭、會笑，會學貓叫、狗叫外，就是幾句簡短的三字經。而由於父母不懂得照顧小孩，因此以餵飽兒童當成教養小孩的方式，於是練就阿興驚人的食量。在缺乏父母節制的飲食下，阿興未滿八歲，體重就已經破百。

這個住在象牙塔裡的孩子，一直被社會所遺忘，直到二〇〇二年十月，慈濟志工走進了他的家，為他打開了象牙塔的門窗，他那彷彿冰封的生命，才在陽光的照拂下逐漸甦醒。二年來，從每月定期家訪到每周前往協助打掃環境，幫姊姊與阿興洗澡……，在志工長時間的關懷互動中，終於獲得阿興家人的信任

與首肯，送阿興的姊姊到教養院，並讓阿興前來就醫減重。

## 阿興行動不便 醫師自動上門看診

爲了能確診——了解阿興真正的病因以擬定治療計畫，必須讓阿興到慈院來做初步的檢查。小兒科蔡承恩主任在知悉阿興的狀況後，心想與其勞師動眾、大費周章的帶他到院做檢查，不如主動前往了解、評估，反而省事得多。基於

### 脆弱X染色體症候群(Fragile X Syndrome)

脆弱X染色體症候群屬於家族遺傳疾病，發生原因至今不明，但醫界已經找到X染色體上出問題的基因。這種疾病是由女性遺傳給下一代，典型的症狀包括智障、招風耳、辱斗，男性病患在青春時期會出現睪丸明顯變大的現象。

據國外醫學界統計顯示，這類病患的智商平均約在三十三至五十五，換算約為五歲前的智商。臨床上也有發現極少數肥胖的個案。

一念不忍心，蔡主任在二〇〇四年九月下旬專程搭車前往阿興的家。

蔡主任首先考慮阿興是否是「小胖威利症候群」或是「單純性肥胖」，接著又從阿興的家族史中發現母親、姊姊也都有智障的情形，於是朝家族性智障方向檢查，經抽血證實爲脆弱X染色體症候群的患者，於是決定讓他入院以治療其肥胖並評估其實際智障狀況。而爲了不讓阿興再回到原來的生活模式，社工、志工在說服家屬讓阿興到醫院接受治療時，也與家屬溝通將他送往教養機構，



剛來到醫院的阿興，第一個功課就是在懸吊系統的輔助下練習走路。剛開始訓練時，常見他邊哭邊走，十八天的努力後，終於能獨立行走。

讓阿興有不斷與社會互動的機會。

### 飲食控制及運動雙管齊下

初來慈院的阿興，他那過胖的身軀以及必須勞師動眾的運動治療，都讓院方傷透了腦筋，光是要挪動他，即使是動員四位壯丁志工，都敵不過他的蠻力反抗，而要讓他站起來做復健，就非得運用智力不可了。幸好在志工及醫護人員的協力合作下，第一天的復健就讓他在模型直升機的「引誘」下站了起來，

雖然這不是他第一次站立的記錄，但是這一步卻是他邁向新人生的第一步。

主治醫師林俊松表示，阿興的減重計畫，是以控制飲食及運動雙管齊下的方式治療。在飲食控制方面，重在減脂不減肌肉，因此只減少醣、脂肪的攝取，並提供足夠的蛋白質。林醫師特別強調，提供給阿興的食物是一般孩子正常的飲食量。在運動方面則重在腿部鍛鍊，主要是希望讓他行動自如。

爲了能讓阿興有美好的未來，林俊松醫師表示，慈濟花了一比二十的人力在陪伴阿興。生命是無價的，每個生命都需要尊重，所以就如同志工王維連所言，我們的目的主要是在救他，花再多的成本也在

所不惜。

而爲了要讓阿興的減重計畫可以順利進行，院方也召集了小兒科、臨床遺傳科、一般外科、新陳代謝科、復健科、護理部、營養組、社工師、志工召開醫療團隊會議，希望各相關單位提供意見，協助阿興能在短期內達成「自由走動」的目標。

### 住院「滿月」 踩上跑步機做運動

阿興是個很奇特的孩子，原以爲他

會是個愛吃又食量大的孩子，但其實不然，他既不貪吃又不挑食，而且還很惜福，他會把掉在身上的飯粒都吃乾淨。雖然餓時、渴時，會以手指比嘴巴，但他從來不以哭鬧來索取食物，看到食物也不會主動拿取。而最讓人驚訝的是，阿興雖然有健全的牙齒，但是他竟然不懂得咀嚼。

阿興在二〇〇四年十一月二十二日來到慈院，而首要功課就是在懸吊系統的輔助下學步，爲了讓他能早日運用兩腳走路，復健科每天都安排一次到兩次，每次大約半小時的走路訓練。剛開始，他邊哭邊走，常常要連哄帶騙再加上黑臉白臉的互相配合，才能讓他撐完全程。但是在眾人堅持不懈的努力下，阿興終於在入院的第十九天甩開懸吊系統，自由自在的行走。而除了物理治療，院方也安排了語言、職能治療，讓阿興學習生活常規以及增強認知能力。入院第二十一日，阿興學會爬樓梯，第二十二天就已會穩穩的下樓梯，這個進步又是一個驚人之舉，因爲下樓的膝蓋受力是上樓的兩倍。得知阿興才學爬樓梯第二天就會下樓時，林俊松醫師訝異之餘，也趕緊提醒看護：「下樓時要記得扶他。」阿興住院「滿月」之後，已踩上跑步機了。而短短一個月就有如此的進步，除了醫護人員的

努力外，志工及看護也是阿興的兩大貴人。

### 小胖威利症候群(Prader-Willi Syndrome)

小胖威利症候群(PWS)是一種複雜的神經、行為及內分泌系統的疾病。它較為大家熟知的特徵是兒童期及日後的食慾奇佳、肥胖、身材矮小、外生殖器發育不良、手腳小、智障、行為異常及特殊的臉部表徵。PWS的臉部特徵有杏仁眼(almond-shaped eyes)、前額窄(narrow bifrontal diameter)及較小且雙側嘴角下垂的嘴型。

### 彌補被遺忘八年的親情、友情

爲了彌補一個被遺忘八年孩子的親情、友情，志工們卯勁和阿興互動，特別是最常接觸阿興，把他當自己的孫子疼的志工——林蘇足，在他哭鬧不配合時，她雖然疼惜但並不縱容，在他乖巧進步時，也不吝於給予稱讚、獎勵，而阿興就在她與看護洪勇書的協力合作下，改掉了生活上的許多不良習慣。若說林蘇足把阿興當孫子疼，看護洪勇書則是把他當自己的孩子看待，除了細心的爲阿興把屎把尿，隨時保持他的乾淨清爽外，他也充當家教老師，協助阿興學習語言、認知上的技能，而他處處爲阿興設想的舉動，遠遠超過一個看護的職責。當基隆區志工再度來到慈院探望阿興時，個個都說阿興變得乖巧也變得好乾淨。

而說起阿興，看護洪勇書就有一肚



習慣赤裸的阿興，一回到病房就脫個精光。圖為志工林蘇足教阿興學習規矩與說話。

子的「爸爸經」，雖然他拗時、不配合時，常常也是讓人傷透腦筋，但是他頑皮起來時，也會故意坐在地上逗人生氣，當一靠近他時，他便會一邊盪開他那銀鈴般的笑聲，一邊迅速地站起來。而在陪阿興一起運動的過程中，阿興會隨時注意誰沒跟上腳步，一直要等到全部人員都歸隊，他才會繼續往前進……

對於殘障手冊上的「中度智障」字眼，林蘇足與洪勇書卻有不同的看法，他們認為這個八歲的孩子，因為缺乏文化刺激，所以現在的他等於是從零歲開始學習，沒有人的智力能一下子從零直接跳到一百的。

在林蘇足的眼中，阿興很會察言觀色，人越多的時候，阿興就越發搞怪，只有看護與他兩個人時，他就很順從。「這個孩子哪裡笨？聰明得很。」在洪勇書的眼中，阿興在某方面來說是個「觀察入微」的聰明孩子，洪勇書說：「阿興會留意很多細節，例如帶多少東西出去，他會幫忙盯著把全部東西帶回來；例如他出門去做復健都知道要關燈、關門、關電視，一個都不會遺漏；例如只拿過一次點滴桿去撈床下的玩具，阿興就能有樣學樣的學起來……」



短短七十天，在醫護、志工陪伴下，復健師給予適當的訓練與教學，阿興的智能從一歲跳級至三歲。圖為職能治療師與阿興進行互動。

## 癱在推床送進來 邁開步伐走出去

來時癱在推床上的阿興，住院滿兩個月，已能爬上爬下，自由自在的行走，大小便方面也已會事先說，於是阿興帶著眾人的愛與滿滿的祝福，在二〇〇五年一月三十一日出院了。林欣榮院長在阿興出院記者會上也表示，從入院時智力評估只有一歲，到出院已經有三歲的智力，短短兩個月就有二歲的成長，可見阿興的潛力不錯。而基隆江維國師兄在代表家屬向醫護團隊及志工們道感恩時，也對在場人士表示，看到阿興的進步，只能用不可思議來形容。

出院時阿興體重八十九公斤，短短七十天，減重十六公斤，而且減得他健康有勁、神清氣爽。他不只明顯的瘦了一大圈，衣著整齊的走出醫院，而且還學會了近百句的日常用語，包括吃飯、上廁所、感恩等，而對於認知方面也認得不少的日常生活用品、動植物、水果等，例如：碗、盤、貓、狗、蘋果、橘子……。

隨著阿興邁步走出慈院的步伐，他在慈院的減重及體能訓練治療也正式劃下句點，但是志工的陪伴將會陪著他繼續走往人生的下一站，繼續探索生命的春天……

# 牽著阿興迎向陽光

文／吳宛育 花蓮慈濟醫學中心社工師

在特別替阿興舉辦的出院記者會中，阿興大步大步地往門口前進，很高興地向大家展現這兩個月來他的進步，還是維持著他一貫憨厚的笑容，而眉宇間似乎多了一股說不出的自信，正在邁向他人生的另一個階段。

## 深入了解照顧疏失的原因

慈濟台北分會社工組協助照顧這個案家已經有一段時間了。從前置作業開始，我們就與台北分會的社工組密切地連絡如何將阿興送到醫院來，在十幾位志工的陪伴下，總算將阿興從家中送至本院就醫。雖然已經從照片中有了心理準備，不過初初見到他時，仍不免被他龐大的身軀所驚嚇，再來就是他彘扭的個性更令人印象深刻。

住院前，我們便先與家人會談，釐清家人對於阿興住院的期待，以及評估居家照顧的狀況。

住院期間我們也安排了阿興的爸媽來醫院看看他，媽媽看到阿興很興奮地哭了出來，阿興也很高興地叫媽媽，那個畫面其實蠻讓人感動的，單純的阿興並沒有埋怨家人，因為他也知道家人對他的愛。照顧疏忽這部分，實在並不是故意，而是能力上不足。

## 選擇最適合阿興的教養機構

在阿興未入院前，主治醫師林俊松就開始與相關團隊成員討論住院目標及出院準備計劃，過胖的體重造成阿興生活無法自理，體能訓練便成為住院的主要目標。而為了不讓團隊的努力白費，並減輕家人照顧阿興的壓力，出院準備計畫就顯得格外重要了。

因為阿興居住在台北縣，也是北縣的低收入戶，跨縣市的出院準備也變得較為複雜。台北縣社會局的社工、慈濟台北分會的社工及醫院的社工三方互相協調阿興的出院準備計劃。評估上雖然遺傳基因限制了他的心智發展，但因為照顧疏忽以致於文化刺激不足，日後也會造成家中照顧的負擔。且每個孩子都有就醫、就學及就養的權利，阿興也應是。而為了減輕案家照顧的壓力，且讓阿興享有一般兒童一樣的權利，醫療團隊替阿興選擇了機構教養，而家人也能定期去探視，不會剝奪親情。

然而，欲兼顧特殊教育法的規定，又需同時滿足阿興就學及就養的需求，在台北及所居住社區中未找到合適的收容單位。便將機構選擇範圍擴大，同時也希望能和姊姊一同安置，更方便家人的



大家利用假日不需復健的時間，帶著阿興到戶外踏青。

探視。在幾番討論後，社會局選擇了和姊姊同住的機構來安置阿興。只是目前還無法讓沒上過學的阿興開始受教育，但我們仍舊持續努力協調。

縣府社會局的社工積極地找尋合適的安置機構，並跨區域協調阿興後續就學的事宜。慈濟台北分會的社工亦協調社區志工進行案家關懷。而醫院的社工便協調社會局與台北分會有關阿興的就醫狀況及後續機構的照顧。分工合作，讓阿興能有更好的生活品質。

### 遇到虐兒案件，立刻通報113

在眾人的努力及陪伴下，阿興是幸福的。在大社會的角落裡，仍有許多與阿興類似、但未被發現的悲慘故事正在

發生。例如近日一個四歲小女孩被阿嬤關在豬圈一年多，社會大眾一知道消息莫不驚訝心疼。類似的案件顯示出防治兒童虐待的觀念仍然不夠普遍，以致於延誤了時機。如果居所附近有類似情況發生，建議民眾立刻撥打電話通報113，或許能因此拯救一個孩子脫離苦海。

譴責失職的父母並不能解決問題，因為

我們從許多的經驗中可以發現，案父母本身可能就是需要協助的對象，我們通常給予協助後，再加強親職教育；如果兒童本身有心智問題，應及早就醫接受早期療育，避免父母承受不知如何照顧的壓力。

在後續的追蹤中，該機構為了減輕阿興入住的不適感，也很用心地安排一段時間的一對一照顧，我想對彼此而言還是需要一段時間互相適應，就像當初阿興在適應醫院一樣。出院，阿興開啓了他人生的另一頁，在眾人的關愛下，他將不再會是那個躲在角落的孩子，祝福他能早日走出暗角，迎向陽光。

# 另類父子情

## 阿興的看護洪勇書

文／程玟娟

洪湧書談起第一次與阿興碰面的情形，彷彿歷歷在目的說：「他第一個反應就是吐口水」。坐在床上的阿興全身赤裸，床上空無一物，因為所有的東西都被他丟在地上，而阿興爸爸則耐心的一撿再撿。從他們父子「你丟我撿」的互動中，洪勇書心裡已經有數了。

從一口口水結緣開始，阿興就在這位凡事細心打理的洪勇書身上，找到了親情的依靠，而阿興也在「阿叔（阿興對洪勇書的稱呼）」的調教下，改變了好吐口水等不良習性。

雖然在智力評估上阿興屬中度智障，但在洪勇書的眼中，阿興在某方面來說是個「觀察入微」的聰明孩子，他說：「只有真正接觸過才知道、才能體會。」阿興會留意很多細節，例如帶多少東西出去，他會幫忙盯著把全部東西帶回來；例如他出門去做復健都知道要關燈、關門、關電視，一個都不會遺漏。

但是照顧過程也不盡是那麼順利，阿興脾氣拗、阿興愛丟玩具……，特別是阿興在語彙上的認知緩慢，教了好久，



都沒啥進展，這點讓洪勇書非常洩氣，而他一輩子都會記得元月九日那一天，那一天他對阿興絕望到谷底，只因為興沖沖的帶阿興進靜思精舍，但是他從頭到尾一句話都不說。

洪勇書雖然還沒結婚，但他待阿興如子，因此阿興表現不好，他也覺得臉上無光。誠如慈院郭語甄書記所言，「他像軍人一樣正直」，「他很投入，把阿興當自己小孩看」。

兩個多月來，洪勇書和阿興所培養出來的「父子情」，讓阿興在出院赴教養院的路上不時的喊著「阿叔」，也讓洪勇書至今都還不時打聽阿興的近況，他說：「阿興出院的那一個禮拜，我根本無法入睡，睡海中都是他的影像與聲音」。





靜思語  
漫畫系列

No.5

# 動物我愛你

## 給生命一份尊重

因為心中愛動物，不忍心吃牠們，  
所以《動物我愛你》快樂出版了！  
在動物的擁抱中，培養孩子的仁愛心，  
並懂得尊重地球上每一個生命的價值。

作者：動物我愛你

適用年齡：兒童

開本：26 x 21公分，156頁，有注音

每本定價：200元

劃檢編號：14568001 臺灣文化出版社

郵購價定價七五折優惠，另另加郵費60元

各大書局均有代售，請認真、認準書封作者及書

畫者服務專線：02-27769111分機2104

劃檢編號：02-276891003



# 搶救危脆生命 合心樓正式啓動

文／楊青蓉

花蓮慈濟醫院自二〇〇二年升格為醫學中心之後，來院的病患數逐年遞增，疾病治療的難度也隨之增高。衛生署健保局的資料中顯示，在二〇〇四年一整年，花東地區急重症的前十大病患皆於花蓮慈濟醫院接受治療，充分發揮了醫學中心的功能。

「合心樓」，慈濟醫學中心的新急診重症大樓，在眾人祝福下於三月五日落成啓用。自二〇〇二年八月起動土，歷經兩年多的施工興建，順利於今年二月完工，正式承擔起「搶救生命」之中心使命。



合心樓的各項軟硬體規劃無不以病人為中心，除了急診、重症、開刀房、外科病房的服務外，尚有配備先進的醫療器材、芮氏八級的防震措施、木質內部裝潢等，除了讓患者得到優質的醫療，也保有家庭的自在與溫馨。

### 全台灣第一棟隔震醫療大樓

當一九九九年九二一地震發生時，多家醫療院所的建築結構於強震中遭到破壞，不得不將病人安置於路旁。有鑑於此，證嚴上人特別慈示，新建的醫療大樓必須要採高度的防震措施，方能於地震時屹立不搖地搶救生命，並可收容避難。

合心樓是全台灣第一個使用隔震建築的醫療用大樓，也是國際合作的建築物；該大樓是在日本設計、在美國製作

隔震墊、並由慈濟基金會營建處進行工程營造。整棟建築結構以SRC(鋼骨、鋼筋、混凝土)建成，而隔震墊則是由鋼板與橡膠一層層堆積，因建築結構體與地殼分離，地震力透由隔震墊吸收，因此合心樓可承受芮氏規模八級的地震。

此外，建築物的地下室與外牆亦分離，使整棟建築物遇到地震時，會像一艘船般的晃動，最大位移為一百二十公分，符合開刀房最嚴格的一百八十GAL(地震承受力)國際標準。建築物內並設置獨立的供水供電系統，在地震來臨時完全不會影響開刀與所有的醫療程序，確保病患的生命安全。

台大地震中心與氣象局也在合心樓內裝設全台第一架地震監測系統，檢驗此避震系統的設計是否能與防震結果符



合心樓可承受芮氏規模八級的地震，地震發生時，整棟建築物會產生一百二十公分位移，移去地震威力。圖中為隔震墊，由鋼板與橡膠一層層堆積，將建築結構體與地殼分離。

合，此項研究也有助於台灣隔震建築的發展。

合心樓為地下一樓至地上十樓之建築，蘊藏在這十一層樓面裡的，是鉅細靡遺、滴水不漏的風險防治措施，處處為緊急且嚴重的最高規格醫療需求作準備。

### 急診內常備發燒篩檢、除污室，杜絕感染機會

位於一樓的急診室，雖然空間不是全台最大，病人流量不是全台最多，但是擁有的設備卻是全台獨一無二，並且能夠支援各種疫情的處理。

發燒篩檢站固定設置於急診室內。以SARS為例，萬一疫情爆發時，發燒患者一來到急診室，經由篩檢站將發燒與未發燒的病人隔離，採不同通道進入合心樓。發燒患者進入特定空間後，由護士進行體溫、血壓等檢測工作，如確定感染SARS，便立刻將病患直接轉診花東地區SARS專屬醫院治療。

此外，以往在化學災害時，必須先架設除污帳棚，讓患者在帳棚裡除污，而合心樓內有內化的除污室，設有獨立的出入口，並且配有六支冷熱水設備的蓮蓬頭，有獨立的水槽處理污水，不會與一般用水混合，病患在完全除污後才進入急診室，不會污染到一般病患。

另外，設有全台唯一最近的電腦斷層正子攝影(CT)與核磁共振造影掃瞄儀(MRI)，讓急診病患在最短的時間內做完檢查，加速搶救病患生命的時間。因為CT室與急診室只有一牆之隔，並且有獨



看淋浴設備，這可是全台灣唯一急診室內化配備的除污室，設有獨立的出入口，污水獨立處理，不會與一般用水混合，病患在完全除污後才能進入急診室。

立的一扇門讓急診病人進出，縮短推床與等待的時間。

急診室的病床設備特別規劃了七張有加護病房設備的病床，這是全台灣唯一在急診時預先將加護照護考慮在內的急診室。若急診病患狀況嚴重需轉入加護病房，但卻遇滿床時，可以在急診室等待加護病房有床位時再轉上去，而完全不延誤重症病患的醫療照護。

### 人性化、科技化、人文化 三化具備的開刀房

位於二樓的開刀房由原先的十二間增



數位式開刀房將各式儀器懸吊化，包括移動式X光機、導航系統等，既可增加空間利用率，更能提昇精密手術的機動性。

加為十七間。自二〇〇二年起，慈濟醫院手術房每個月的服務量平均約為一千零五十台，其後不斷攀升，估計去年開刀房的服務量平均每月將近一千兩百九十台次。而除了服務量大增之外，疾病的嚴重度也是逐年升高，導致平均開刀時間大幅延長，夜半開刀的狀況更是時有所聞。

開刀房的房數增加，讓開刀房的規劃更人性化，可避免因上一檯刀時間延長而影響下一檯刀的病患，讓病患不再需要延長空腹的時間或焦慮的等待。

而更將其中兩間開刀房「全數位

化」，設置MIS懸臂系統，將各式儀器改為懸吊式，增加空間的使用率，也大幅提升精密手術的機動調整性。新進的儀器設備包括：移動式X光機，監測病人術後情形；導航系統，確定病灶部位；顯微手術系統，進行微小組織手術；影視傳輸系統，增加教學功能……等。

在動線的規劃上，將手術房與護理站分隔，有助於感染控制。而開刀的「等候區」，從過去的開放式改為獨立的空間，溫暖的色調與佈置、尊重病人隱私的圍幕，都讓等待動手術的患者先在這裡舒緩心情。而且連開刀房的牆面顏色



為加護病房開設窗戶，讓病患能感受晨昏變化與戶外景緻，有助於患者生理時鐘的調適，避免加護病房症候群。

也改為柔和的鵝黃色，護理長陳幸姬表示，為的就是讓患者有更加舒適、溫暖與明亮的感覺。

另外，為服務等候的家屬以及人文化的感受，不僅等候區空間擴大，木質地板、傢俱，透出溫暖的質感，並以佛堂的設計「佛陀灑淨圖」，安定家屬等待焦慮的心情。未來還將增設書報架、飲水機、飲料販賣機，提供家屬使用。而病患手術進程的告知系統，電視螢幕將也改為三十二吋大型螢幕，配合廣播系統，讓家屬看得清楚。

### 加護病房 擺脫生冷迎向陽光

到了三樓，是外科加護病房。外科加護病房主任楊福麟表示，自從慈濟醫院

升等為醫學中心後，外科加護病房佔床率幾乎是百分之一百，二〇〇四年後，超過百分之百的情形更是屢見不鮮，常要暫借恢復室充當加護病房使用。而現在病床數增加了，在照顧上就更加順手，更能提升服務患者的醫療品質。

原本外科加護病房只有十六床，現在為三十六床，最大的特色是設有八床標準隔離病房，其中四床為極高標準的負壓隔離病房，可收容SARS病人，加護病房也設有八床洗腎床，提供重症洗腎患者使用。

加護病房的東面牆設有窗戶，陽光照射使得空間明亮，也讓病患可以看到晨昏的變化和青蔥翠綠的美崙山，這有助於患者生理時鐘的調適。林欣榮院長

說道：「根據統計，如果加護病房空間明亮，病患住加護病房的時間會縮短一半，感染率也會下降。在加護病房看到花東美麗的山水，病也會好的快，除了幫健保局省下許多費用外，慈濟醫院也可以搶救更多的病患。」

而窗外陽台的設計，也避免陽光直接照射、狂風驟雨直接打擊窗戶的危險性，同時讓病情穩定的患者下床做復健時，有一個適切的舒展空間。而且爲了防止萬一，所有病房的窗戶無法全部打開，只能開到安全的寬度。

另外，加護病房也添購專用的彩色超音波掃描器，可做各器官系統的掃描，還有專用的內視鏡，並且配備多部氣墊床，供長期臥床病患使用，同時增加多台移動式電視，提供清醒病人收看，讓他們在身體病苦之餘，有精神方面的慰藉，此舉除了有助病人穩定情緒，並可藉由電視，取得外界最新訊息。

### 外科病房的三個第一 健康第一、安全第一、應變第一

六至十一樓規劃爲外科病房，視野可遠眺中央路全景、中央山脈、美崙山、海邊。病房的衛浴設備採用乾濕分離，將洗手台設置在廁所門外，劉藝鴿護理長說：「這樣的設計是讓出入病房的人員方便洗手，減少接觸、交互感染的機會」，另外，也可保持浴室地面乾燥，避免患者跌倒。

在緊急事件發生時，合心樓也有完善的運輸病患措施，除了大樓裡有三個



胡勝川主任是急診室的靈魂人物，合心樓完整的急重症功能規劃，就在他與急診醫護團隊的戮力構思下完成。

不同方位的樓梯，從六到十一樓病房區各有一個斜降式救助帶，民眾從救助帶滑下至五樓空中花園，再分別由八具直降式和斜降式輸送帶滑至一樓疏散，而二、三樓也各有一具斜降式救助帶滑至醫院後方疏散，在院區裡，也依面積與隔間的不同，配置十六支至五十一支不等的滅火器，而急診室也會不定期舉行各種災害演習，訓練所有人員的災害應變能力。

急診室的核心領導胡勝川主任充滿信心地承諾，急診醫護團隊會盡全力付出所學，在證嚴上人的期許下，不只搶救生命於呼吸之間，同時也做到疼惜生命、尊重生命，徹底發揮合心樓急救醫療功能。



花蓮慈濟醫學中心  
Hualien Tzu Chi Medical Center

大林慈濟醫院  
Dalin Tzu Chi Hospital

關山慈濟醫院  
Kuanshan Tzu Chi Hospital

玉里慈濟醫院  
Yuli Tzu Chi Hospital

斗六慈濟門診中心  
Touliu Tzu Chi Clinic

台灣北區慈濟人醫會  
TIMA Northern Taiwan Chapter

台灣中區慈濟人醫會  
TIMA Central Taiwan Chapter

台灣雲嘉南區慈濟人醫會  
TIMA Yunlin Chiayi and Tainan Chapter

台灣高屏區慈濟人醫會  
TIMA Kaoshiung and Pingtung Chapter

台灣東區慈濟人醫會  
TIMA Eastern Taiwan Chapter

菲律賓慈濟人醫會  
TIMA Philippine Chapter

新加坡慈濟人醫會  
TIMA Singapore Chapter

馬來西亞慈濟人醫會  
TIMA Malaysia

馬來西亞檳城洗腎中心  
Buddhist Tzu Chi Dialysis  
Center Malaysia(Penang)

馬來西亞日得拉洗腎中心  
Buddhist Tzu Chi Dialysis  
Center Malaysia (Jitra)

馬來西亞北海洗腎中心  
Buddhist Tzu Chi Dialysis  
Center Malaysia (Butterworth)

馬來西亞馬六甲慈濟人醫會  
TIMA Malacca Chapter

馬來西亞馬六甲義診中心  
Tzu Chi Malacca Free Clinic Center

馬來西亞沙巴亞庇慈濟人醫會  
Tzu Chi Malacca Free Clinic Center

印尼慈濟人醫會  
TIMA Indonesia Chapter

印尼慈濟義診中心  
Tzu Chi Indonesia Free Clinic Center

# 全球人醫記要

## Tzu Chi Worldwide Medical Network

- (北區) 二〇〇五年三月十三日，北區人醫會結合台北市政府勞工局、婦幼醫院、市政府衛生局、陽明醫院，在聖多福教堂，展開九十四年度第一場的外籍勞工健康關懷暨愛灑人間。
- (東區) 二〇〇五年二月二十六、二十七日，東區人醫會「人本醫療」的新春第一站，再度來到「利稻、霧鹿、下馬」三村，提供心臟內科、骨科、牙科、眼科義診。
- (雲嘉南區) 二〇〇五年三月六日，雲嘉南區人醫會醫師、護理人員赴台南往診，往診路線分為新營、柳營、大內三條，共有六十五位志工協同前往個案家中關懷。





- **(菲律賓)** 二〇〇五年二月二十日，慈濟菲律賓分會於敦洛醫療中心(Tondo Medical Center)為二十一位甲狀腺腫瘤、疝氣和兔唇病患進行手術。六十三位分別於去年九月、十一月和今年元月三次的義診外科病患，在手術前一個星期即被通知到醫院進行相關檢驗，最後只有二十一位適宜開刀。菲律賓人醫會召集人呂秀泉醫師帶領三十二位醫護人員，發揮團隊精神展開醫療照護，並有二十一位志工關懷及膚慰病患。

美國總會義診中心  
Tzu Chi Free Clinic in Los Angeles

夏威夷義診中心  
Tzu Chi Free Clinic in Hawaii

紐約艾姆赫斯特家庭中心  
Tzu Chi - Elmhurst Hospital Family  
Health Center

美國總會慈濟人醫會  
TIMA US Main Office

紐約慈濟人醫會  
TIMA in New York

新澤西慈濟人醫會  
TIMA in New Jersey

芝加哥慈濟人醫會  
TIMA in Chicago

德州慈濟人醫會  
TIMA in Texas

北加州慈濟人醫會  
TIMA in Northern California

夏威夷慈濟人醫會  
TIMA in Hawaii

華府慈濟人醫會  
TIMA in Washington, D.C.

亞特蘭大慈濟人醫會  
TIMA in Atlanta

克里夫蘭慈濟人醫會  
TIMA in Cleveland

達拉斯慈濟人醫會  
TIMA in Dallas

鳳凰城慈濟人醫會  
TIMA in Phoenix

橙縣慈濟人醫會  
TIMA in Orange County

佛雷斯諾慈濟人醫會  
TIMA in Fresno

拉斯維加斯慈濟人醫會  
TIMA in Las Vegas

西雅圖慈濟人醫會  
TIMA in Seattle

舊金山慈濟人醫會  
TIMA in San Francisco

巴西慈濟人醫會  
TIMA in Brazil

巴拉圭慈濟人醫會  
TIMA in Paraguay

# 肝炎預後食譜

示範 / 王靜慧、林菊梅、范志興 攝影 / 李進榮

## 營養師的小叮嚀

感染B、C型肝炎病毒者，易造成慢性肝炎、肝硬化及肝癌，此稱為三部曲。肝硬化併發症包括食道靜脈瘤、腹水、肝昏迷；而當食道吞嚥食物或生悶氣時，易使食道靜脈瘤破裂，造成大量出血；另外，肝臟負責新陳代謝的功能，當功能不全時，如氨等體內廢物無法正常代謝，若跑到腦中，即造成肝昏迷現象。

肝臟病至今無特效藥可以直接醫治，很多來路不明的保肝藥，只會加重肝臟負荷，使之代謝異常，故全方位調理「休息」和「營養」間接治療是重要的。而酗酒引起的脂肪肝，則建議患者儘可能戒酒。飲食原則應攝取蛋白質含量高的食物如豆、蛋、奶類，食譜中利用豆腐泥、蛋，可增加肝臟癒合的能力，而植物性蛋白質如黃豆、豆製品、豆腐，含較高支鏈胺基酸，有利於改善肝昏迷的情形。

蔬菜類提供較多的膳食纖維，可預防便秘，並降低腸內有害菌滋生而產生過量氨，但若併有食道靜脈曲張，必須注意細嚼慢嚥，避免攝取過於粗糙及油炸的食物，也避免攝取太多脂肪含量高的食物；在攝取量容許範圍內，宜採用多醣類食物，如：五穀根莖類的澱粉質食物。避免攝取單醣食物如巧克力、糖果、水果罐頭等甜食。

病友若是水腫及腹水情形嚴重，應限制鹽分的攝取量，尤其是醃漬、罐頭加工品、調味醬料等高鹽食物。烹調時盡量利用食物原來的鮮味，而且也要少吃刺激、辛辣、添加過多人工香料、防腐劑及燻烤的食物；相同的，也建議不要食用豆腐乳、臭豆腐等發酵處理過的食物，還有注意不要食用到發霉的米、玉米或花生等。

切記，食物務必煮熟食用，避免生食。病友不要自行補充維他命，尤其是脂溶性維生素A及D。若想要補充營養，必須與醫師及營養師討論。而常用於伙食烹調之中藥材如：當歸、川芎、紅棗、枸杞等具活血、滋補功效，適量使用對肝臟的保養也有所助益。

(文 / 劉詩玉 花蓮慈濟醫學中心營養師)



## 藥膳總匯(十人份)

**材料：**素海參、素肚、素肉塊適量、紅棗2兩、川芎2兩、桂枝2兩、當歸1片、枸杞、何首烏適量，鹽適量

**作法：**

1. 將紅棗、川芎、桂枝、當歸、何首烏一起熬湯，約2至3小時，熬成約10碗補湯。
2. 把薑薄片爆香，連油一起倒入補湯中。
3. 將所有素料切小塊，然後油炸備用。
4. 將補湯以大火煮滾，倒入所有素料，然後加入枸杞，加少量鹽調味即可起鍋食用。

---

## 枸杞QQ蛋

**材料：**蛋6顆、枸杞5克

**調味料：**胡椒、鹽適量、太白粉水適量

**作法：**

1. 枸杞泡軟備用。
2. 將蛋、枸杞及太白粉水、調入少許鹽，打散至起泡備用。
3. 熱油鍋，趁熱加入蛋汁。蛋烘至金黃時，立刻翻面再烘至蛋面呈金黃色。
4. 以濾網瀝去油份，即可呈盤。



## 花開富貴

**材料：**黃椒、紅椒、橘椒各1／4顆，粗蘆筍、玉米筍適量、香菇5朵

**調味料：**太白粉、胡椒鹽

**作法：**

1. 香菇洗淨，放軟，去蒂，然後將香菇內部劃斜紋、交叉線。
2. 將香菇由內往外翻，然後以牙籤串起，灑上乾太白粉及少許胡椒鹽，入油鍋炸黃。
3. 起油鍋，加2片薑片爆香，注入半碗水、一小匙鹽，粗蘆筍、玉米筍下鍋炒熟，加入香菇捲、三種彩椒，大火略炒，即可起鍋呈盤。

## 含苞待放

**材料：**豆腐泥、素火腿絲、金針菇、紅蘿蔔絲適量、中型碗1個

**調味料：**鹽、白胡椒粉、太白粉、麵粉各少許

**作法：**

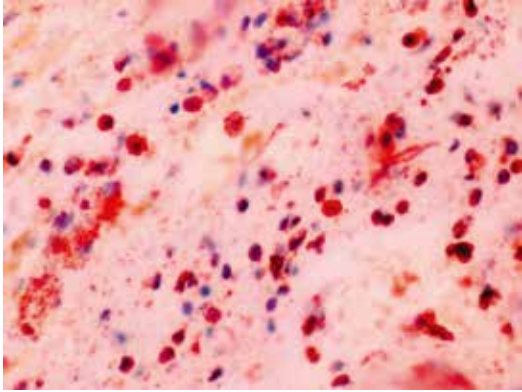
1. 將素火腿絲、金針菇、紅蘿蔔絲分別炒香，加少許鹽調味。
2. 墊上保鮮膜，上述三種材料分別排在碗底。
3. 豆腐泥加入鹽、白胡椒粉、太白粉、麵粉各少許，再加入香油拌勻。
4. 將上述豆腐泥填入模型碗中，放入蒸籠蒸約30分鐘。
5. 將模型碗倒扣呈盤，淋上芡汁即可。

# 體次克立 恙蟲病

文 / 吳欣儒

「別來無恙、別來無恙！」一句古人慣常的問候語，道盡了千百年來，人類對「恙」的疑懼。「恙」，到底是什麼？

漢朝應劭先生在《風俗通義》中記載：「恙，噬蟲，能食人心」，這蟲子啃食人心的說法，聽來真是觸目驚心。不過也有人說：「恙」，就是瘴癘之氣，是山林中動、植物腐爛之後的濁鬱穢氣。「恙」，在古人的心目中，是如此可怕又神祕！而實際上的它，又是什麼呢？讓我們來一探究竟！



染色後的立克次體。



圖：恙蟲的幼蟲時期：恙蟎



圖：恙蟲的成蟲

萬芳醫院十一樓病房外，一個婦人在走道上憂心忡忡地來回踱步，「我的老公會死嗎？」想到他們謝家一門的B肝病史——多年前公公死於胃癌，今年二伯也因肝腫瘤走了，婆婆也得肝硬化、小叔正發出病危通知……，難道先生阿睿也要走了？想到傷心處，婦人不禁眼眶、鼻頭都紅了起來。

### 恙蟲叮咬的小痘，竟能讓人倒下？

西元二〇〇三年十一月，一個風和日麗的週末，謝峰睿偕太太與朋友，帶著狗兒圓圓去登山遊玩。十天後，謝峰睿出現發燒現象，平常身子骨還不錯的他，並不當一回事，只拿家中小兒用的退燒藥，囫圇吞了，但是發燒跡象並沒有減緩，相對地，溫度又升高了。於是

恙蟲的成蟲有八隻腳，在分類上接近蜘蛛網。由於外觀呈紅色小點狀，所以又稱「紅」，台語也有把它叫成「紅蟲」的說法。在醫學流行病學上，因恙蟲叮咬的感染病稱做恙蟲病、又稱「叢林斑疹傷寒」。它是因帶有立克次體的恙蟲叮咬，而感染發熱的出疹性急病。



到附近診所看診，醫師也僅以平常感冒待之。

這一日，服用感冒藥後的謝鋒睿，高燒間歇性地持續著，燒了又退、退了又燒，還不時併發畏寒現象，於是在朋友建議下轉往萬芳醫院就診。感染科李文生醫師回憶起當時的情形，「謝先生來急診室時，有發燒、發冷，有嘔吐一些咖啡色的東西，他本身又有肝硬化、B型肝炎，所以那主治醫師認為他可能有合併胃潰瘍出血。」

謝鋒睿被安排進了腸胃科病房。然而四、五天過去了，謝鋒睿的肝指數、脾、腹水、胃潰瘍等，雖見好轉，但是高燒卻始終維持在三十八到四十度之間，為什麼會這樣呢？

這天，事情有變化，正在為先生洗澡的謝太太，驚訝的發現先生的腋下，竟然長了一顆類似「疔瘡」的痘痘，而痘痘已經破了，中間還露出黑色的結痂。從沒有看過這個痘子的謝太太，心中不禁起疑，這個痘子，不知從何而來，而它會不會和峰睿的病情有關？謝太太心中有一堆的問號，同時也燃起一絲的希望。她想，也許這個發現能讓謝鋒睿的病情有峰迴路轉的機會。但是在內、外科醫生會診之後，一致認為這顆小小的痘子，不可能引發高燒。謝太太的心，再度沈入谷底。謝鋒睿十多年前就曾經罹患肝硬化，這是他們家族的遺傳病，這些年來謝家人相繼的去世，今年的變化尤其大，如今不明的病情讓謝太太也

不敢再往下想。

直到這一天感染科的李文生醫師來查房，不死心的謝太太又趨前詢問，有感染疾病專業背景的李醫師聽完她的陳述後，再度檢視了謝太太發現的痘子，從痘子的樣子和謝峰睿的病徵來看，李文生醫師推斷，這應該是恙蟲惹的禍。

## 四十億年的演化，立克次體結構似細胞，但特性如病毒

因恙蟲所引起的恙蟲病致病菌是立克次體，在微生物分類上，接近細菌的結構。它們的老祖宗在四十億年前就已經來到地球，在那個沒有風、也沒有水的洪荒時期，它們可以毫無阻礙地生活，獨立於天地之間。

然而在歷經四十億年的演化之後，立克次體因為長期寄居在細胞之內，耽溺於細胞內的安逸與豐饒，反而把祖先的許多基因給丟棄了。現在它必須仰賴活體細胞才能生存，而且要靠恙蟲作為媒介，才能夠進入宿主体內，在性向上，反而與病毒類似。

現在透過恙蟲的叮咬，立克次體就趁隙進入人體內，這些紫紅色、成對排列的小生命，就聚在皮膚下微血管的皮細胞內開始繁殖，形成血管炎及血管周圍組織發炎，而被叮咬的地方會出現小水泡，之後會形成淺層潰瘍，數天以後，就變成一個焦痂。「它剛開始咬的部位會往下陷下去，會有一點非潰爛性的潰瘍，那最後會形成一個黑黑的、像眼睛

一樣的東西，所以我們會叫它焦痂，好像燒焦了一樣，那個點黑黑的，旁邊又紅紅的，所以整個看起來有點像眼睛。」疾病管制局吳炳輝組長表示。

「焦痂」是診斷恙蟲病很好的參考，它是恙蟲病獨有的特徵。因為其他昆蟲叮咬，很少有這種黑色焦痂。它一般多出現在股溝、肛周、外生殖器、腋下等較隱蔽的部位。病人多半不會注意到，也很少因此就醫。像謝峰睿就是發生在腋下，而焦痂在一段時間後就會脫落，許多人也因此延誤了診治的最佳時機。

### 立克次體寄宿後的恙蟲，對人類有致命威脅

此外，也不是所有的恙蟲都會把恙蟲病立克次體傳染給人，而是帶有立克次體的恙蟲去咬到，才會把這個立克次體恙蟲病傳染給人。

恙蟲不是天生都帶有立克次體，它同樣是無辜的宿主。恙蟲幼蟲時期的恙蟲喜歡寄生在老鼠身上，當它們吸食帶菌的老鼠組織液時，同時也把老鼠身上的立克次體一併接收了過來，因此成了

帶菌者。「你如果去抓野鼠，你看那野鼠耳朵裡頭，有一塊淡黃色的，整塊的喔，那一塊裡頭，大概有幾百隻，甚至上千隻。你如果把那隻老鼠打死，它體溫開始下降以後，那蟎類就開始往四周跑。哇，到時候你就可以看到整隻、整個地方密密麻麻的。」吳組長說。

春花三月，溫暖的陽光驅走了冬寒，

大地霎時湧現一片新綠。這是萬物生發的季節，恙蟲也進入大量繁衍期。

西元二〇〇一年四月，暖暖的春陽穿透樹梢，灑向玉里純柑林場。從事造林工作的邱顯宏，來到林場清除雜草。突然，肚子一陣絞痛。邱顯宏皺起眉頭，按著肚皮奔向草叢隱密處。

回家後，邱顯宏感到精神不適、沒有胃口，之後還斷斷續續出現高燒、咳嗽、喉嚨疼痛等症狀。一週後症狀更加劇烈，此時他高燒持續不退，右手無法高舉、說話困難、甚至連方向感也迷失了。

五月六日星期六這天，在妹夫的陪同下，邱顯宏趕到慈濟醫學中心急診。透過腦部斷層掃描檢查，醫師在邱顯宏

恙蟲喜歡高溫、潮溼的環境，活動的範圍通常都在小溪兩岸、田埂邊、雜草叢生的場所，以及灌木叢或森林中。由於恙蟲的體積非常小，大約只有0.2至0.3公釐，肉眼幾乎看不見。而幼蟲又總愛在雜草尖端等待宿主。因此若進入林區、雜草地帶活動，請著長袖衣褲，或先於皮膚上噴灑驅蟲劑，以避免恙蟲的叮咬。

大腦的左側發現局部出血，判定是中風的症狀。依照一般臨床經驗判斷，發燒一陣子會發生中風，第一個想到的疾病通常是心內膜炎。但是醫師以心內膜炎治療邱顯宏，病情卻不見好轉。「我是禮拜一早上看到他的。腦神經內科的邱醫師告訴我說這是個中風的病人，我當時就覺得這個很特別。按過去的經驗，這都是心內膜炎的病例，可是邱先生情況卻不太一樣，沒有聽到他心臟的雜音，再來，我們發現他的肝功能有點不正常。當我們問到他是在玉里的山上做造林工作的時候，我心裡有數，最可能就是恙蟲病。」感染科的王立信醫師表示。

恙蟲附著在人類的身上後，須要花較長的時間慢慢地爬到潮溼、溫暖、隱

蔽的地方叮咬，由於恙蟲的口器短，叮咬的時候，恙蟲幾乎是將半個身子埋入人體內，叮咬的時間會非常長，它需要分泌一些麻醉藥或消化酶，才能夠把這些組織分解掉，雖然是長時間的叮咬，但被咬的人，不會有任何感覺。如果叮咬人類的恙蟲，本身沒有帶立克次體的話，那麼咬了以後，大概二、三天，那一點紅紅的，就類似被跳蚤咬到一樣。

### 恙蟲病的徵狀多樣，不容易確診

恙蟲病是一種具有多樣臨床表現及併發症的急性發熱性疾病，但是像邱顯宏一樣，因為恙蟲病而導致中風，在醫學病例史上，卻是史無前例。不過，臨床經驗豐富的王立信醫師，仍然從邱顯宏的病歷、病史，察覺這不是典型的中

由於恙蟲叮咬的傷口，既不痛、也不癢，而是在經過一、二個禮拜的潛伏期之後，才出現發高燒、頭痛、肌肉酸痛、咳嗽等症狀，而這些症狀和A型流行性感冒很類似，所以常常被誤診。因此，如果延誤醫治的話，病人就可能會出現肺炎、心肌炎、呼吸窘迫，甚至死亡。所以在發病前一、二週，如果有野外活動的經驗，就應該主動告訴醫生，以免延誤治療的時機。



圖中的「焦痂」是診斷恙蟲病很好的依據，因此種如眼睛般的黑色焦痂很難是其他昆蟲叮咬造成。而焦痂通常出現在身體較隱蔽的部位。

恙蟲病的盛行季節以夏、秋兩季最為嚴重。大約從四、五月開始,在台灣的東部及南部恙蟲病開始活躍,然後到了八、九月又進入另一個高峰。因此常在野外旅遊或工作的朋友,這時候就要特別注意防範囉。



此四格圖形顯示出立克次體繁殖的變化情形，左上格為繁殖前的比較基準點，右上格為繁殖三天、左下格為繁殖五天、右下格為繁殖七天的立克次體活動情形，可感受到立克次體旺盛的活動力。

風，極可能是恙蟲闖下的禍。

王立信醫師說：「典型的中風通常是病人一直都很正常，突然有一天發生神經障礙，偏癱一隻手、一隻腳不能動，但是通常都不發燒。」而邱顯宏是在持續發燒之後才發生中風，病歷上又顯示他有血小板數量過低、出血凝固異常等現象，王立信醫師認為這很可能是感染病所引起。「我們知道，這種非典型的感染，不管是恙蟲病或鉤端螺旋體，它常常是沿著血管壁來侵犯，容易在血管壁比較脆弱的地方，就造成出血。邱先生的年紀稍微大一點，它的血管壁可能較一般人脆弱，譬如說動脈硬化，可能就是一個因素。」王醫師表示。

因恙蟲病而導致中風，邱顯宏是醫學史上的第一個病例，但卻不是唯一的病例。不久之後，一名二十四歲的年輕女子，也因為恙蟲的叮咬，沒有即時就醫，而出現了中風現象。

## 恙蟲叮咬不會有感覺，潛伏期長

恙蟲病具有多樣的臨床表現及併發症。它的潛伏期約是六到二十一天，通常在第十天左右，開始突發性高燒，很厲害的頭痛、肌肉痛。其他的症狀包括局部到全身的淋巴腺腫。發燒三、五天後，軀幹會出現紅色斑丘疹，甚至擴散到四肢及臉部。此外，也可能出現咳嗽、眼球痛、結膜炎的病狀，因此常被誤為感冒。

由於恙蟲病的潛伏期長達二至三個禮拜，叮咬時又不痛、不癢，病人往往毫無警覺，等到發病時，面對醫師的詢問，往往也是答非所問，因此常常導致醫師做出錯誤的判斷。而沒有及時適當治療的結果，嚴重者，會引發多重器官衰竭，如肝功能異常、腦炎、肺炎、心肌炎、腹膜炎，甚至造成呼吸衰竭，休克而死。根據統計，恙蟲病的死亡率大約在百分之三十到四十，但是如果早期發現，用四環黴素之類的抗生素治療，

發燒就可以在四十八小時內退盡，死亡率便可降到零。

恙蟲病是亞洲獨有的傳染病。有趣的是，它的侷限性極高，活動範圍幾乎只在「恙蟲大三角」這一個區塊內，也就是遠東地區以及西太平洋列島，從韓國、日本到澳洲北部、再連結到越南、印度等地所包圍出的大三角形內，才有它的蹤跡，而台灣就位於大三角的中心。至於歐、美地區，除非是境外感染，否則沒有過病例的發生。台灣恙蟲病的高危險地區，集中在較偏遠多林地的縣市，例如花東和南投以及離島地區。高感染群則是以部隊阿兵哥、或是農夫為主。

### 於野外盡量做好防護措施，避免恙蟲上身

目前恙蟲病防治上最有效的方法，就是降低恙蟲密度以及儘可能避免長期進入恙蟲活動的地區，如果要進入草叢地帶，最好穿著長袖衣褲及長靴，避免皮膚暴露，或者在野外活動後立即洗澡更衣，減少被叮咬機會。當然，滅鼠也是一個方法。

恙蟲病的研究在世界上，曾有六株基因株被判讀出來。而過去一般也認為台灣的立克次體，與大陸的基因株相同，關於這點，慈濟醫院醫學中心卻已發現台灣獨有的立克次體新種。病毒室陳立光主任表示，「從花東地區分離立克次體，所化出來的演化數的分析以後發

現，其實台灣的花東地區的本土株，有它自己的特色，跟原來世界各地分離的六株，也完全不同。」


### 致命的立克次體，有轉機變成愛滋剋星

除了判別出基因的不同外，慈濟醫院醫學中心也研發出一套PCR診斷法，可以快速驗出恙蟲病，對於疑似罹患恙蟲病的病患來說，可提供醫師在診斷上更準確、更快速的依據。「所謂PCR的方法，我們大概一個工作天就可以做完，如果這個病患真的很嚴重，臨床醫生有需要，我們幾個小時裡面就可以趕出結果報告。因為恙蟲病只要用對了抗生素，病人通常可以非常戲劇性的痊癒。」陳立光說。

古人聞之色變的恙蟲病立克次體，在陳立光主任的眼中，其實是溫柔且可愛的。陳主任認為，如果能有效馴化、修改立克次體，也許有朝一日，它也能和人類互利共生，甚至協助治療致命的疾病。目前在醫學的基因工程上已經發現，立克次體可能對治療B型肝炎以及C型肝炎提供幫助。而對於英國醫學權威雜誌「脈絡針雜誌」所載——立克次體有可能抑制或減輕愛滋病的說法，陳主任也給予肯定。

雖然立克次體對於抑制愛滋、與喚醒免疫系統的作用，還有巨大風險有待克服，但畢竟這樣的研究還是給了這世紀黑死病一道希望的曙光。





# 十八羅漢 醫者的容顏

在青澀的年少歲月裡，若不是從信仰中找到力量，  
那個在人前希望滿溢，在人後卻苦於人生何義、想要自我了斷的孩子，  
到底會在哪兒浮沉？  
更別提他能因此甦醒，  
為了傳播愛，毅然踏上行醫的旅程，

有病人喚李文星醫師：「救『星』」；  
而「比家人更像家人」是病人對他每天殷勤巡房的真心話。  
對李文星來說，病人「教會自己對生命的豁達與尊重！」

猶如百年前前仆後繼來台的傳教士醫師，  
李文星從馬來西亞到台灣，  
在嘉義大林蔗田中的大病院中，  
膚慰眾生。



# 十八羅漢之十一

## 為愛而來

大林慈濟醫院放射腫瘤科主任 李文星

文·圖 / 于劍興

地下二樓腫瘤中心診間的電話響個不停，剛送走一位病人，李文星旋即起身離開診間，往模擬攝影室走去。之前腔內治療的病人已經離去，現在是為另一個癌細胞轉移病人做治療前的準備。屏息幾秒鐘後，他迅速的在檢查影像上勾勒出需要執行放射線治療的區域，留待醫療團隊成員進一步完成治療計畫。

爾後，他又疾步回到診間，迎接著下一位病人的到來，待會兒，還要抽空到心蓮病房照會病人。在李文星柔柔的語調中，總能感受有一股溫和卻韌性十足的穿透力量，讓病人與家屬的心都安住當下。雖然灰白的色調已經悄悄攀上了髮梢，李文星邁勁的步伐，未曾稍減；因為信仰的虔誠，他對癌症病人的愛，始終熾熱。

不過，在找到人生方向之前，李文星曾經有過年少的徬徨無助。一度，怎麼也找不到的是「生命的意義」，「自殺」的念頭，竟日不斷在腦海中盤旋著。但因緣來時，總讓人難以思議！不僅點燃起了他的生命火炬，蛻變而出的力道，益加撼動人心。



其實，李文星成長的太平市在馬來西亞是一個有山、有水，並且還有一座博物館的古城。「但可能是衛生條件差吧」，祖籍福建，在馬來西亞出生的李文星說，「病痛在國中以前總是緊緊的纏著我」。滿頭的癩痢，甚至長到臉上、手臂上，疤痕到現在都清晰可見。此外，每個月幾乎都會生一場病，更讓

老師叫他做「東亞病夫」。也不知道母親是從哪裡求來的秘方，治癒了癩痢，而身體則是在國中加入童子軍後，好了起來。

## 找到生命力量的源頭

加入團體活動對李文星的健康有幫助，內向的個性也開始活潑起來。在馬來西亞只要念半天的書，到了下午就和童子軍夥伴們到森林裡面步行，學習野外求生、烹飪、園藝、沖洗照片等技能，李文星拿到了十幾項的童子軍專業牌照。



李文星在青少年時期找到信仰之後，生命不再灰暗，彷彿重獲新生。

當時在李文星的生活充滿了目標性，更有一群朋友一起，在野外蓋房子、搭橋，樣樣都難不倒他們。到了高中階段，在學校擔任過許多幹部的李文星甚至擔任學生聯盟的主席，生活多采多姿，功課也很好，但空虛的心情卻也開始醞釀。

「和朋友在一起時固然快樂，但回到家時，常莫名的空虛起來」，李文星說，「很難去解釋，也許是少年不識愁滋味吧」！當夜晚降臨，空虛無情的襲來時，好像只能從不斷的瘋狂中麻痺自己，但自己究竟為何而存在著？「自殺」的想法就這麼開始蔓延開來。

在擔任高中聯盟主席時，基督教開始進入到校園裡。有一些朋友開始去加入教會活動，看在李文星眼裡簡直是「背叛」的行為。「一開始很排斥，因為和其他華人家庭一樣都是道教的信仰」，李文星說，當朋友漸漸離開自己去參加教會活動，覺得他們背叛，於是就常常作弄同學。他去打同學的左臉，再搬出聖經說的要連右臉一起讓人打，但說也奇怪，同學們真的都不回手，尤其，他真的看到他們氣質和個性的改變。

出人意料的結局在不久後來到。有一回和學生聯盟的秘書相約要討論活動，但是她堅持要參加完團契再說。抱著等也是等的心理，李文星索性也進去，但也因此讓他彷彿獲得新生。「當天分享的人說，自己曾經是個流氓，甚至曾經把人殺死掉」，李文星說，「但那人卻



和自己所描述的過去有如天壤之別，而現場平靜喜樂的氣氛竟如泉湧般盈滿心頭」。於是，他向主禱告，祈求把自己的空虛拿掉，而自己，竟然像是重新活過一般。

## 透過醫療傳達愛

「在準備考大學時，一個人住在外頭，有一次發燒到無法起身」，李文星說，「自己開始虔誠向神禱告。一覺醒來，病也好了，內心非常的篤定」。一直到現在，每當自己要做決定時，就會有一股聲音出現，就像當年決定要以醫師為職志般。「主耶穌也是一面傳道、一面醫治」，李文星說，那是一份憐憫之心，基督教的博愛精神和佛教的大愛精神是一樣的。「如何把小我擴大到大我，不能只用言語告訴人家，更要身體力行讓人家感受到愛。」

「醫療是讓大家能夠感受到愛的好方法」，因為信仰，讓李文星確定了行醫的道路，他認為，除了可以進一步幫助人家，而因為有愛，更會讓醫療變得不一樣。「當愛與醫療結合，才是良醫。」李文星說，既然神託付給自己這樣的使命，他就要扮演好這樣的腳色，發揮生命的良能，「神給了自己五兩銀子，就要想辦法再生出五兩、更多的銀子。」李文星說。

除了宗教，一個溫暖的家庭，同樣是老天給李文星最大的福份。

遠遠地就看到父親在巷口的身影，在

台灣行醫的李文星難得回到馬來西亞，拉著行李快步的迎向前去，給父親一個擁抱。從小印象中一派嚴肅的父親，依舊沒有太多的表情變化，但在知道孩子要回家時，父親算好了時間，迫不及待的來到家門外要看著離家千里的遊子，哪怕多一秒鐘也好。一起走段路回到家裡，父親仍然顯得沉默，但桌上已經堆滿可口的點心；每天早上父親會準備好早餐，等待懶洋洋的孩子從美夢中醒來。透過行動，那份深刻的愛已澈入心扉。

「長大後才知道父母的辛苦！」李文星說，當自己嚐試和父親溝通，父親終於逐漸卸下與孩子間的「面具」——放卻中國傳統家庭嚴肅的長輩形象，願意常展歡顏、更願意談談自己的生命，讓孩子進入他的心靈世界，也贏得孩子的尊敬，讓孩子們知道是父母無悔的愛，造就孩子幸福的未來。

李文星在孩子中排行倒數第二，加上功課又好，從小到大都是在父母的呵護下成長。但父親的處境截然不同；爺爺奶奶孩子生得多，在貧窮的鄉下縱有一些田地，又怎麼夠分？父親既然是長子就該扛起重任，遇上當年的南洋熱潮，父親便搭上自己也不清楚要去哪的船，就這麼揮別了故鄉。

「剛到馬來西亞時幫人打工，從早上工作到晚上十點，但只供吃住，沒有分毫薪水」，李文星說，「父親在惡劣的環境下，沒有放棄希望，慢慢地攢了些

錢，才開始做些小生意」。一直到幾年後，李文星的父親終於有能力把「童養媳」的「妻子」和李文星的大哥，從故鄉帶到馬來西亞，父母親到這個時候才正式結婚。

李文星的父親開過布店、咖啡店，每天早出晚歸，其實賺得錢並不是很多。要養活六個孩子，還得靠母親的一副好手藝，以及選買食材的功力。她把孩子養得很健康，「母親不想讓人家看不起，不僅很會煮東西，連孩子的衣服都自己做」。李文星說，感受不到絲毫比別人差的地方。

就像在「十戒」中提到的，要孝敬父母，在佛教中也強調行孝和行善兩件事不能等。李文星說，了解到父母親的

愛，也體會到行孝必須要即時，他和兄弟姊妹們開始去擁抱父親，告訴他「我們愛你」！父親那般興奮之情，溢於言表。而這一切都是因為彼此打開了心房，開始去了解彼此的心靈世界。

### 病人朋友，身心皆療癒

悲欣心情交錯，用純潔的心在下一站，重新來過燦爛人生……<sup>1</sup>

緩緩地，李文星唱出對靜方<sup>2</sup>的懷念與祝福。在醫院的追思會場中，他到靈前，要送這位情同家人的朋友最後一程。

儀式中，他勉強地將淚珠留在眼眶打轉。「靜方是我的病人，也是我的好朋友，我敬佩她對生命的熱愛，她善解人意、永遠面帶微笑」，李文星說，「即使治療效果不如預期，她仍然說感恩！」雖然再也聽不到她爽朗的笑聲、優美的喉韻，但是靜方在病痛折磨中散發出的從容與熱能，是送



總能聽見李文星以柔柔的語調關懷病人與家屬，讓他們放心、信任。

給每一位醫療人員、病人、志工最珍貴與受用不盡的禮物。

關於李文星與癌症病人的不解之緣，要從「志願」選擇談起了！

從馬來西亞來到台灣念書，李文星逐步實踐對傳愛的許諾。在實習前，他想到自己喜歡小孩，往小兒科或婦產科發展是不錯的選擇。但是當他到放射腫瘤科實習時，主任的一番話讓自己釐清了紛亂的思緒，也開啓了他對癌症治療、安寧療護的志向。「癌症病人需要更多的愛心，陪他們走一段路。」

醫生的一句話，對病人和家屬卻可能是天與地的差別。李文星在實習中發現，原來自己可以再多做一些，而這些可能比醫療更有效果。「看到病人很辛苦、親人很痛苦。如何在最後一程拉他們一把？！」李文星說，醫生可以對他們丟「石頭」，直接宣判沒得醫治；或者可以選擇伸出援手，告訴他們，「讓我們一起來想辦法、努力看看！」重要的是如何讓病人和家屬感受到愛！有時，儘管無法達到期盼，但能夠讓病人走得更有尊嚴。

腫瘤科的治療效果沒那麼快，因此「滿足」往往是在於心靈的溝通、人與人之間互動橋樑的建立。李文星在馬偕醫院放射腫瘤科住院醫師的第四年，安寧療護概念的雛型出現。「剛開始雖然有區分末期病人，但也會摻雜腫瘤的病人。」

李文星說，「碰到很多病人無法接受

我的關懷、採取排斥的態度」，但是當自己真正開始用心對待病人時，有些病人甚至成爲自己的好幫手，會去安慰其他的病人。

## 向病人學習怎麼活著

就像，在大林的病人靜方，因爲李文星醫師的呵護，她告訴陪伴的志工，李文星醫師「比家人更像家人」！而在大林的醫療團隊則因爲靜方的現身說法，體會究竟該如何去活。

靜方來到醫院後，預估可能僅有半年的存活時間，但是她憑著對父母、子女的愛，以及學佛的定力，無視於病痛的折磨，甚至先生選擇在此時與她離婚，她依然談笑風生，快樂渡過每一天時



李文星從馬來西亞來到台灣念書，逐步實現傳愛的許諾，當他到放射腫瘤科實習後，結下了與癌症病人的不解之緣。

光。「其實，靜方給我的更多！她對人的尊重、對生命的豁達」，李文星說，那是自己不一定做得到的，而儘管她有那麼大的病痛，還不吝於把時間分給其他的病人。

許多病人因為靜方的鼓勵與關懷變得更有勇氣，「吃得下飯嗎？白血球多少？退燒了沒有？」總是可以看到靜方穿梭在各個病房之間。大家開始接受自己病情，並且與醫師配合，而相互關懷成為病房的特質。李文星說，有時根本不需要解釋太多，病人就已經接受自己，願意把生命交給自己。

儘管肺部發炎、很喘，但是靜方告訴李文星醫師，「本來就這樣，還活著呢！」原本感到無力、內疚的李文星因為靜方的鼓勵而重新振作起來。「她自己都沒有放棄自己，做醫師又如何能放棄病人？」

李文星沒有後悔最初的選擇。因為當病人情況不斷惡化，讓自己感到深沉的挫折時，這時病人家屬的諒解，一聲「謝謝」，讓醫生有勇氣繼續走下去。

那一天，在靜方的告別式中，來自合歡山的大飛雁花恣意飄落，一地的繽紛中，有靜方最喜歡的紫色。親友、志工，還有她口中的家人——李文星醫師，大家一同見證著在腫瘤病房的溫馨故事，原來醫病可以像是朋友，可以像是一家人。

## 愛無所不在

「只要把愛心做好就好了！」

慈濟醫療志業副總執行長林碧玉的一句話，帶給李文星的鼓勵很難言喻。

「宗教醫院比較沒有成本觀念，是以愛為出發，而愛是不分宗教的！」抱著這樣想法的李文星，決定到花蓮慈濟醫院一試。

為了病人，大家都卯足了勁做著。「我們有一組人，包括社工、志工、家醫科，大家定期開會」，李文星說，「那時心蓮病房雖然還未成立，但是大家已經積極地在做安寧療護的努力」。「記得，當時有一位女病人已經到了癌症末期，劇烈的疼痛，深沉的絕望，對家人、同居人都是惡言相向」，李文星回憶著當初給予關懷的難度。

但李文星始終相信，愛的行動能化解一切困境。和醫療團隊殷勤的到她家裡為她止痛，耐心的陪伴，半夜三更呼叫器一響，李文星刻不容緩的趕去她家。終於，「慢慢打開她的心房」！李文星說，病人變得很合作，對於家人、同居男友憤怒的態度也軟化了，後來，也願意到病房做治療。

病人最後的心願「結婚」，也在證嚴上人的祝福下圓滿！「其實，病人在末期時，也不應該放棄」，李文星認為，「病人的態度雖然有敵意，但只有懷抱著慈悲的心理去同理她的心，才能真正有機會去拿掉她的心防，取得信任，而那是一種長長久久的付出」。儘管辛苦，李文星說，「你可以從病人身上看

到人性的善、生命的光輝。病人改變了，四週的氣氛也被改變了，那是一種善的互動。」

正因如此善的互動，讓李文星不斷走下去。如果沒有愛，醫療就會是冷冰冰的！

### 讓我們開始聆聽

護士告訴李文星，有位病人在昨晚發燒了。李文星查房時並沒有在面前流露憂色。「聽說你昨天很熱情喔！」他這麼開了場，一句幽默拉進了彼此的距離，化掉了莫名的擔心。「苦中作樂，心情會好一些」，李文星總是去安慰、鼓勵病人，儘管不樂觀，也要讓病人知道並沒有放棄他，醫生，會永遠在身邊支持他。

從花蓮慈院再到大林慈濟醫院服務，不論是那位能夠圓滿心願的病人、靜方，或是更多更多其它的病人，「聆聽是最重要的！」李文星相信，當病人來時，只要站在她的立場去思考，其實，和病人真的不用講太多，只要用心，病人就能感受得到。「醫生要認同病人，給她時間能夠講自己心裡的話，試著去分擔她的苦。」李文星說，到末期的病人，也知道自已治療不好，也知道醫生通常要告訴他什麼，這個時候，關心就更顯得重要，他已經很不舒服了，而醫生願意坐下來陪伴，那種醫病的默契、感受，應該是再深刻不過了。

當大林慈濟要成立放射腫瘤科時，



李文星發現，醫生的一句話，對於病患與家屬有決定性的影響力，所以他會告訴癌症病患「讓我們一起來想辦法、努力看看！」。

院長林俊龍告訴李文星，希望要有「大愛」的文化在其中，要讓人文與醫療相結合。和李文星立志行醫、付出愛的願望是如此契合。「唯有自己喜歡、享受這樣的醫療工作、把感情和心力全副付的投入，才是醫療的真義。」他是如此堅持與深信不疑的。

註1：「悲欣交集在心蓮」。作詞：靜憫、作曲：慈云。

註2：大林慈濟醫院癌症病人，二〇〇三年四月往生。

# 海藻教授樂付出

醫療志工 江永棉

文口歐又齊

在學校，他是人人敬重的教授，海藻研究的權威；到了醫院一戴上口罩，隨即卸下冠冕，謙遜地奉獻他另一種無私，在醫院急診室服務，數年如一日。如今，教授已卸下教職，但細瘦的身軀依舊踏著不甚穩健的步伐，在醫院的廊道上來回穿梭著。



下午，一輛車駛進花蓮慈濟醫院急診室前庭，不待車門開啓，一個身著志工背心的瘦小身影迅速地推了病床去迎接傷患；留觀室的護士嘴巴一張一合似乎在說些什麼，雖然年紀稍長，但在急診室裡聽力比年輕人好上一倍的他毫不遲疑地又從大門趕到留觀室協助；待身邊工作較少了，他又來回在病患間，一會兒俯身詢問老婦身體狀況，一會兒細心地幫病患把被子蓋上，甚至注意到地上的紙屑，不疾不徐地彎下腰拾起……

## 海藻研究的權威，投入慈濟行列

現年七十五歲的江永棉是一位優秀的自然科學學者。一九六八年他自美國柏克萊加州大學留學歸國後，回在台灣大學植物系任教，而於一九九六年退休。退休之際他無私地將自己與研究團隊近三十年來所收集的海藻標本捐贈給國立自然科學博物館。

榮退後在一九九八年加入慈誠隊，參加了賑災、環保、大愛屋的興建等慈濟志業，從而加入醫院志工的行列。家住台北的他起先是跟隨志工隊週期性地來到花蓮慈濟醫院服務，後來進一步志願擔任領隊，負責聯絡北區志工到訪花蓮前後的種種事宜。江永棉順道提起：「沒辦法每天到花蓮慈院服務，我們也會到台大醫院的緩和病房去當志工，慈濟的師兄姊就是這樣，四處『挖寶』作志工。」

## 與眾不同的跑「三點半」

一九九九年八月時，江永棉受邀至慈濟大學生命科學系擔任客座教授，隔一年起擔任專任教授，剛好搬入甫興建完成的宿舍，成全他服務慈院的心願。五年期間，他這位教授每天往返於宿舍、學校及醫院，一點也不覺得勞苦，還體悟出別人沒有的「三點半哲學」——「早上我就到學校上課，沒課的時候就往醫院跑，做做志工……晚上忙到九點、十點，累了就回寢室睡覺，就這三個點！還有去學校餐廳吃個飯，這個就算半點啦！哈哈……」江永棉開朗地笑著。

與江永棉共事的花蓮區志工都很佩服他的熱忱，卸下教職的他大可以清閒過活，然而他依舊天天向慈濟醫院報到，即使面對不堪入目的傷勢，或骯髒得令人掩鼻的病人，他也「做就對了」，再多辛苦都不以為意，更樂於指導新進志工，所以在急診室，還是有人習慣喚他「教授」，「教授師兄」的稱呼，不脛而走。

江永棉謙虛地再次強調，慈濟有許多許多師兄姊才是值得稱揚的對象，不習慣被說得太好，他簡要的應答：「其實做啊做，到最後，還不是爲了自己好。一直付出，才不會身體閒出毛病，也才有機會向這麼多的法親學習，交這麼多位沒有利害關係的好朋友。」

江永棉在課餘之時會鼓勵學生參加志

工活動，關心學生到醫院服務的心得及狀況；在急診室遇到醫學院學生或學校社團前來志願服務，他都主動教導面對傷病的注意事項和心態；沒有教科書，急診室就是他以行動實現教育的地方。江永棉貴為教授，卻親自投入基礎醫療工作，減輕護理人員的壓力，並幫助病患，急診室涂炳旭副護理長除了訝異，還滿懷感動。江永棉不認為自己有多大貢獻，他謙虛地說自己只是扮演店小二角色，輔助忙碌的醫護人員，也分擔慰問病患的責任。

### 樂當醫院的小螺絲釘

學者深受社會的尊崇，在台灣還沒進入工業社會時更是如此。江永棉身為高級知識分子，向來認為培育菁英，造福

社會是責無旁貸的終身志向，但數十年來致力於培育精英的江永棉感慨良多，他感到年輕人的學習熱忱一年不如一年，偶爾，教學反倒成了令人沮喪的事；在醫院做志工卻不是這麼一回事！雖然研究及教學給了他左右研究方向和調配課程的權力，在醫院裡只能當小螺絲釘、小配角，但後者卻讓他直接地從病患重獲舒適的眼神裡得到成就感。就算是送東西到醫院各單位的小工作，也讓他心靈充實，因為江永棉知道，自己的簡單行為，能夠維繫大體系完整的運作，使每一件事圓滿完成。

江永棉緩緩道出某天早上，他在急診室一段短暫的際遇：「今天早上有一個病人，不知道是出了什麼問題，肚子痛得要命，躺在病床上隨手亂抓……我



江永棉教授面對來到急診室就醫的傷患，總能適時給與精神上的安定與慰藉。



趕緊去他旁邊伸出手，他一把就抓住我。我握著他的手希望能讓他好過點，過一會兒他好像真的不那麼痛了，就不再叫了，那時我心裡的感覺真的很好。」——最大的快樂不就來自於為真正需要的人付出嗎！？

### 樂當志工 法喜充滿

從事志工服務這麼多年，直至今日，江永棉還是經常檢討自己，反省對病人過失及不週之處，「有時候人會因為惰性啊，看到一個病人拿著點滴去上廁所，結果沒有幫他，一回家就會想，哎呀！怎麼可以這樣，人家明明就不方便……有時候也會覺得，嘖！剛剛應該多慰問病人一下，少問一句話都不好。」「我也還有很多讀書人不好的習氣，脾氣有時候也不太好，一直在改，但是還有不好的地方。」

在急診室，大家看到的是溫柔、謙遜的他，沒有學者的權威架勢，口罩一戴上，僅露出雙眼平凡如眾生，默默獻出雙手，實現著小蟻雄兵創造大愛的理想。



退休後的江永棉，仍然以一貫的敬業態度，將志工生活安排的緊湊而豐富，不斷地付出。

問了一下江永棉接下來的行程，他說，「要接著回去加入台北慈誠隊上街為南亞災民勸募，還會再回台大向老同事募款，接著再趕回精舍當志工，下個月再到醫院來……」，所以一個月裡有十來天，你會看到江永棉教授，在醫院各個角落來回穿梭著，「因為在這裡法喜充滿、沒有壓力、做得愉快。」

# 愛 蓮 說

什麼樣的愛，讓你有勇氣面對生命的最終；  
什麼樣的愛，讓你以笑容掩蓋身上的苦痛，  
你的身上插滿了管子，但你的心上卻沒有。

在如淤泥的人生裡，清蓮綻放其中，  
呼吸著生命的甜美，吐露著感恩的喜悅。

你說，生命不在長度而在厚度，  
你說，相約再回人間再來慈濟，  
身影、話語，點滴盡在心蓮裡。

他們在心蓮病房最後的話語





## 心蓮故事一

### 打開心門的第一步

和多數人一樣，來到心蓮病房，浩哥的心裡面充滿了無名的恐懼。剛來那一天，他一整天都沒有說話，呆呆地看著天花板。後來他拿到上人的《生死皆自在》這本書，他在書裡面尋找心該往哪裡去？該去找誰？慢慢地他回想到以前的信仰，浩哥心想：「對呀，我以前曾經是天主教，那我要找天父啊……」

後來天主教的滕神父來探望他，浩哥在幾天之後接受受洗儀式，他很高興自己

終於成爲一位天主教徒，這也成爲浩哥打開心門的第一步。神父和浩哥分享信仰的故事，一起念經文，一起禱告。雖然剛開始神父要浩哥帶領大家禱告時，他有點不好意思，但慢慢地在浩哥的禱告詞中，充滿了他對生命的看法，對眾生的關愛。如同他在禱告中說：

「希望主耶穌基督能夠聽到我們小小的心聲，發揮禰的大愛，幫助所有困苦的人……在這裡我爲全世界的人代禱，雖然是這麼一個小小的心聲，我相信天父，主耶穌基督，聖母瑪麗亞你們都聽得到……在這裡禱告是奉主耶穌之聖名，阿們。」



## 心蓮故事二 看見永恆

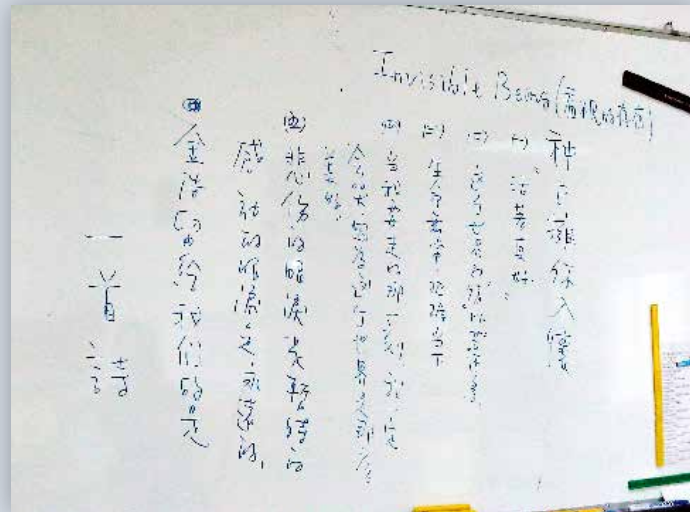
浩哥說：「已經有三、四年沒有到過海邊了……」

浩哥在十三歲到十八歲的年紀，都在遠洋的船上當童工。或許海對他來說有一種特別的意義，所以有一天早上六點半，幾位志工和醫療人員就陪他到七星潭去看海。

太陽剛出來不久，海面上波光潾潾，除了打在岸上的浪潮聲之外，就是海風吹過臉頰的聲音了。浩哥一個人望向天際，許久都沒有說話。不知道在海天交界的地方，是不是留有著他年少輕狂的身影，還有那似水年華的歲月。

浩哥曾說：「夕陽跟早晨是最美的，夕陽好像一個火球，慢慢墜入到地平線」「那早晨呢，太陽升起，第一道光線出來的時候，又是一種完全不同的震撼，那種震撼，讓人全身都起雞皮疙瘩，好像毛髮都豎起來的樣子。那個感覺，太漂亮了。」

從海邊回來後，我們將照片給浩哥看，他說這一張照片讓他最有感覺。他曾經看著這張照片久久不語，好像整個人被吸進照片裡頭一樣。有一天他說，彷彿在這張照片中，看到了『永恆』。或許有一天他不在了，這張照片就代表著他的全部。



### 心蓮故事三 接觸心經

有一天早上，團隊才剛交完班，就看到走廊的另外一頭，浩哥一個人獨自望著牆上看。走近後才知道，原來浩哥正對著牆上的心經看得入神。他專注地唸著上面的文字，似懂非懂。

見到這樣的場景讓人非常感動！進入生命末期的浩哥，他的身體已經是非常的嚴重了。那我心頭的疑問是，怎麼會有一個病人當他的身體已經走到這樣的境地時，他還對自己不熟悉的心經感到興趣呢？

後來，我們請熟悉心經的師伯來跟浩哥講解心經。師伯告訴浩哥，心經裡頭蘊含了許多生命的智慧。對信仰天主教的浩哥來說，心經上的文字是陌生的，他問師伯：「什麼是『觀自在』，什麼是『五蘊』，什麼是『空』……」師伯皆一一地回答他。許多像這樣的午後，浩哥和師伯討論生命的疑問，討論對死亡的恐懼。

浩哥觀看心經的眼神，讓人感受到一種安靜，一種處在生死交界邊緣的安靜。他對生命的疑惑，讓人感受到一種熱情，一種沉潛在受苦生命底層的熱情。

# 活在神聖中

文／花蓮慈濟醫學中心家庭醫學科臨床心理師 石世明

## 少年的航海歲月

浩哥在分享會中提到他成長的過程，他說因為父母在他十歲左右就相繼過世，他十一歲就出社會工作，十三歲輾轉到高雄港打零工，後來就糊裡糊塗地跟上了遠洋漁船，一去就是六年的時間。

航海的日子或許對一般人來講很浪漫，但對一位還在發育的青少年卻不是如此。浩哥回憶說：「一個大浪打進甲板上，一碗泡麵翻倒了，趕緊撈起來卻剩下兩三條麵，這就是一餐。」浩哥表示船長要的是「魚貨量」，不是「人」，所以他根本不會管你有沒有吃飽。

浩哥也曾經覺得自己很悲哀。但有一次船停在印度港，他們一群水手吃完飯起身離開之後，他看到一群孩子蜂湧到他們的桌上，搶食桌上吃剩下的菜渣，「一個盤子要舔過五次」，是這樣的情景讓浩哥深感慶幸，因為他還可以靠雙手養活自己。

十八歲左右航海回到台灣，卻在一年後因故失去了雙腿，二十四歲時因感染而必須截肢否則性命不保，失去雙腿的浩哥從此得進出醫院治療。他曾經頹廢過，但又振作起來，努力到三十四歲獲得的結果是被診斷為淋巴癌。

## Yes，新生命

身體的殘障、社會資源的缺乏、沒有照顧和陪伴的人，這種種條件都讓浩哥一路下來的抗癌治療，充滿了困難。當醫師判斷他剩下三到六個月的生命時，浩哥知道這個消息後，他感到挫折，不知道自己以後的路在哪裡。

這時我才認識浩哥，並介紹他看一位二十五歲病人賴順生「走出臨終智慧之路」的紀錄片。這部短片敘述順生進入心蓮病房後，開始體悟到接納、放下、捨得、感恩，並獲得大智慧的過程。浩哥看到一半就睜大了眼睛，並且露出了笑容。似乎順生所說的一字一句，正一點一滴地照亮出浩哥未來的路。這樣的場景讓我第一次深刻地感受到一個病人的故事，對另外一個病人的重要性。

進心蓮病房後的浩哥，接受天主教的受洗，也逐漸打開心胸去接納別人的關懷，分享自己心中的疑問和思想。有一回浩哥手臂因為長瘡而需要開刀以避免感染，開刀後在恢復室裡，浩哥覺得自己呼吸極度困難，幾乎就快要吸不到氣了，他不斷掙扎，因為他要活下去。就在這緊要的當口，浩哥看到陪伴的志工，還有醫生正協助他撤除管子。

突然間，在他有辦法吸入第一口氣時，他明白上帝的意思，他留下了眼淚，因為他懂了，「沒有所謂的意外，一切都是天父的安排」。被推回病房的路途中，浩哥竟高舉雙手，興奮地向周圍的人吶喊，彷彿是成功射進關鍵一球的足球選手，奔馳在全場觀眾的注目之中，而他嘶喊的是：「Yes，新生命！」

## 明白天主交付的任務

重新回到信仰之中的浩哥，似乎重新獲得了認識這個世界、認識他的病的新眼光。當一個人能夠心悅臣服地在上帝面前跪下的時候，他縮小了自己，同時明白這一輩子自己的任務是什麼。

對於這次開刀的經驗，浩哥說：「我知道這是天父的安排，他的安排我接受了。哇，那種壓力，那種恐懼都在邊緣，我自己也不敢想像。終於通過天父這次給我的考驗，我自己也很高興。」

「我要好好珍惜生命，把這一份新的心得送給別人，也把這一段小故事分享給別人。」

從此之後，浩哥會在自己體力許可的情況之下，回到以前他住的腫瘤科病房，去鼓勵、關懷其他的病友。或許對一般人來說，和別人分享自己的心得並不是一件太困難的事，但對重拾信仰的浩哥來說，卻完全不一樣。去鼓勵病友像是「出一趟遠門」，也像一個重要的儀式。因為浩哥身上有大傷口，他需要

和護士協調換藥的時間，把一些治療和藥物注射安排妥當。此外，沒有雙腿的浩哥，要從床上到輪椅上，再加上身上的尿袋管路等等，真的讓人有一種「盛裝出席」的感覺。

除了外在的準備之外，一向沉靜內斂的浩哥，也必須要做很多的心理準備。他重新去思考自己的過去，這一生三十多年的時間，他遇到什麼困難、怎麼走過去、怎麼去看待自己這苦難的生命。他也問我，要怎麼去跟病人分享比較好。剛開始，我發現浩哥花很多時間在思考這個問題，最後我們的結論是，誠懇是最重要的。陪著浩哥來到其他病人旁邊，看著他認真的表情，一字一句地去向其他受苦的病友分享他的經驗，真的是讓人很感動。

## 重見生命的曙光

浩哥說：「我需要天父，我需要祂的安排，所以我就接受祂，然後自己走出來，去把福音傳給大家。雖然不是一下子就可以傳很多，但是我慢慢的學習，我相信天父會給我指引。」

「天父在考驗我，是不是我忘了祂，其實祂根本就沒有遺棄過我，是我自己遺忘祂，是我曾經遺棄我自己。現在我又重新找回祂，我也找回我自己。」

「你看到大家對我的關懷，你們的愛，我都感覺到了，而且是親身體驗到了，就是這樣。」(待續)





# 澳洲實習 醫師的來信

親愛的林院長：

我寫這封信的目的是要謝謝您及花蓮慈濟醫院給我這個機會，在花蓮慈院完成這段美好的選修實習課程。

在今年一月十七日至二月四日這三個星期的期間，我在由許文林副院長帶領的放射腫瘤部門實習。我在澳洲墨爾本時曾經多次參加慈青的活動，藉由這些活動，得知慈濟在台灣已經建有多所醫院，而這些醫院有一項非常獨特的使命，就是提供貧苦者所需要的醫療照護。所以，當我們學校要求醫學訓練，必需要選擇一個選修實習課程，我便申請到貴院服務，也很幸運的取得資格。

在放射腫瘤部門實習的這一段時間，讓我學習並觀察到許多在台灣和澳洲的醫療照護的差異。在醫院的這三個星期，我跟著許文林副院長及劉岱瑋醫師的門診及住院病人巡房；參加了頭頸部醫療團隊與腫瘤學的各個腫瘤會議；讓我有機會能夠從病人一開始的表徵觀察，一路陪伴到診斷、治療、後續追蹤；也接觸到了直線加速器、PET正子照影中心、實驗室、和加馬刀儀器設備；更廣泛地涉獵了從放射腫瘤學的原理，到最新的研究論文。甚至還非常幸運地，在一次靜思精舍的志工早會中親眼見到了證嚴法師，也聽到了許多慈濟醫師和志工們所做的善行。

在此我要特別感謝許文林副院長，他在臨床上給我的指導和建議；感謝劉岱瑋主治醫師的個別指導與教學；感謝住院醫師蔡恩霖，不管在專業或日常生活上，都很照顧我；感謝廖明雄物理師有系統地教我放射治療的技術；更感謝放射腫瘤部門所有其他的醫師、放射技術師、和護理人員們。

再一次謝謝您給了我如此難得的機會，得以在花蓮慈濟醫院學習。


獻上誠摯的祝福

李齊  
醫學院七年級生  
澳洲墨爾本大學

照片為李齊與蔡恩霖醫師（右）於假日至太魯閣遊玩合影。

【此信原文為英文，由編輯小組翻譯，為忠於原意，以西式書信格式編排。】





慈濟醫療日誌

# 心的軌跡

生命的美，在病苦中淬鍊、在淚水中淘洗、在笑容中感受；  
這是一個拔苦予樂的地方，一個感恩知足的天地。

# 花蓮慈濟醫學中心

凡事豫則立 整形外科、骨科搬家順利

二月二十一日

今天上午是五東整型外科患者「搬家」的日子，早上八點志工在大廳集合後，便上五東「認養」輪椅及病患，開始了今天的搬遷作業。在五東及新大樓合心樓3A現場各有四位護理長坐鎮指揮，由於規劃完善，指揮調度得宜，所以預計十點前完成的「患者搬遷」，在九點二十五分就「收工」，而空床及各項藥品、設備的搬遷，不到十一點就完成。

五東護理長陳玉娟表示，將病人分成六個梯次，每個梯次由一位護士負責，而主護則隨著病人進出，出發前會先確認病人，並知會3A護理站的指揮人員游雪峰護理長，當病人抵達3A時，3A指揮人員也會再一次確認病人並告知新病房號碼後，回報給五東指揮人員，然後才讓第二梯患者「上路」。而在五東區，前段的人在搬家，後段的人員還是正常運作，護理人員依然推著藥車到病房巡房，護士洪鈺婷表示「該治療的還是要做」。

九點二十五分左右，30病房(第三棟十樓)也開始有人進入。六東骨科彭淑敏護理師表示，在五東協助搬遷時，發現有大半的輪椅是用來搬運行李，於是在搬運告一段落後，六東就先更改流程，讓家屬先搬運行李到新大樓，以減少下午搬家時，浪費太多的輪椅在搬運行李上。

看著一間間病房窗外的景色，病人一搬進來之後，都說好美哦！剛從五東撐著拐杖自行走到3A08-2的患者，一來到病房便表示「好像別墅一樣」。另一位患者說：「像五星級大飯店。」還有一位家屬乾脆走到窗邊看起風景來了，他說：「看夜景很好哦！」「晚上會很漂亮。」「看得到美崙山。」而看護賴玲瑛則表示，這裡比較寬敞，感覺很舒服，地板貼上木板皮，乍看還以為是木地板呢！

而有一位患者才搬進房沒多久，就又被推了出來，原來他要進手術房動刀了。雖然搬家作業繁瑣，但並不影響任何患者的權益呢！而原以為他會是新大樓第一個動刀的患者，誰知道開刀房也提早「開工」，舊開刀房也在昨天提前「歇業」。原來昨天新大樓開刀房至少就動了兩台刀，而第一個「開張」的是骨科，由黃盟仁醫師拔得頭籌。

3A病房目前還有很多東西都還沒就位，而且病房裡還有工作人員在做細部施工。而患者及家屬初來乍到，對環境還很陌生，想找個水喝都還要問人。鄭立福醫師很為還不適應的患者及家屬擔心，他表示，最重要的是病人及其家屬的生活用品，如果還要跑到舊大樓地下室去買，那就太遙遠了。給病人及其家屬方便性，這對院方而言是很重要的。不過，護理長們表示，將在一切就緒後，會為醫護人員、病人及家屬做環境介紹。

但是，在還未做環境介紹時，就看見社工師潘國揚在送病人前來時，告訴家屬陪病床的使用方法。原來木製的陪病床一樣是坐臥兩用，但是中空設計，裡面還可收納物件呢！原先的陪病床是前後可伸縮，新的陪病床則是左右可加寬。不過，有些家屬反應，木板床太硬，比較喜歡沙發軟床呢！

走出病房，望向走道盡頭，發現一位患者，半躺在特殊輪上對著的大窗戶遠眺，他是住在3A21-3的患者，在等待去做高壓氧的空檔欣賞好風景，他表示：「可以得看很遠，蠻好的。」「三十米路(中央路)看得一清二楚。」還指著冒著高煙處表示，家就在那個方向。而再往左邊望過去就是海洋公園，轉頭望向三十米路右邊的山頭，白雲縈繞的小山頭的那一邊，就是鯉魚潭……。身為在地人的他，如數家珍的看著自己的美麗家鄉。而他認為從這個視野看出去最好看的地方，就是醫院門口地下停車場有車出入時的動態景象。

下午一點二十分，到六東去看病人搬遷，誰知道他們提早作業，一點就開始啟動了，由於早上就把很多行李搬過去了，所以一點五十分左右就聽到30病房的指揮人員在與六東連線，確認是否只剩一位病人，而張貼在30病房護理站對面牆面的「新舊病人病房對照表」，只要病人一到，就會打上勾，方便現場人員了解

進度。

而六東搬遷還有一個特色，因為病人家屬事先就來過病房，所以，就可發現有些病人只要在家屬的陪同下，就可自行前往。另外，有空檔的家屬，乾脆就當起志工，自己推著家人的病床到30病房來了。

一點五十分左右，3A病房一切就緒。陳玉娟阿長正在聽取廠商人員說明新病床的特色。原來3A病房新進的32張新病床，多了五個功能呢！（CPR時，快速回復病床按鈕；中控輪，一個踏板四輪就可鎖定；油壓傳動軸，聲音比較不吵雜；病床較輕，方便移動；有蓄電功能，在移動時可不斷電。）

而玉娟護理長也介紹了病房內的其它特點，而最特別的是雖然有陽台，但每個樓層的病房區只有四個出入陽台的通道，平是通道是管控室管控的，任何人都無法出入，只有定期打掃時，清潔人員才可進出。

回到護理站，看見坐在輪椅上的患者從護理站經過時，才明白為何護理站的工作台要下降得那麼低。因為如此一來，患者坐在輪椅上也可看到站內的護理人員了。啊！這真是一種尊重病人的設計啊！

下午兩點，志工群已準備回到六東集合，等待收工指令。而來到三西電梯口時，發現身著白袍的癌症中心研究員李明峰以及穿便服的研究員王英輝推著推車要到六東報到。原來他們也是利用時間來當志工呢！

二點三十分，志工組長宣布解散。今天的工作又提早完工了呢！

## 關山 慈濟醫院

慈濟「人本醫療」新春第一站  
——利稻、霧鹿、下馬人醫會義診

## 二月二十六、二十七日

對於關山同仁來說「海端鄉利稻村」是個熟悉的老地方，但是來自花蓮、台東地區的慈濟菩薩，有些人卻是第一次上山體驗這裡的山居生活，體驗村民真實的生活。今日慈濟東區人醫會再度踏上「利稻、霧鹿、下馬」，進行「人本醫療」的新春第一站義診。


二十六日下午四點多，來自台東的香積菩薩余輝雄、宋美智、李吳美惠、王齡珠、陳張菊、魏慧雯抵達後，就迅速先煮起米飯，之後進行切菜、洗菜、配菜等，而關山區則由李金招、陳瑞琴、蕭秋月等師姊加入香積、義診的團隊。

而熟面孔的香積菩薩林淑媛，她說這樣的活動，怎麼能缺席不來；另外，第一次上山的靜立師姊則說這裡的景觀非常漂亮，讓她感到很高興，下次若能撥空，一定會再上來。還說：「這是一個善、快樂的循環，因為醫護人員照顧村民，我們香積人員就煮出美味的食物，來照顧醫護人員，希望大家會很喜歡吃。」

齊聚「台東」、「關山」、「花蓮」的人員，「玉里」的同仁也沒有缺席，玉里慈院的廚房蔡瑞金師姊、門診護士陳廷淑，也在工作完成後，利用自己的休息時間，隨著花蓮的車隊前來，義診時兩位忙著找事情做；而參與多次義診的蔡宗賢醫師，是此次唯一的牙科醫師，每次活動他總是精神奕奕。

因為關山同仁第一時間抵達山上，在佈置場地後，趁著其他義診人員未抵達時，體驗了高山採草莓的樂趣，之後又聚集在「香積道場」幫忙，關山慈濟醫院王志鴻院長、潘永謙副院長兩位也加入切菜的行列，舉凡蘿蔔、青辣椒、皮蛋、海帶、番茄等，「切功」實在不輸女眾。之後關山同仁也與潘副院長一起拔芹菜葉，大家團結一致不到五分鐘，就將兩天義診所需用到的芹菜處理完。

約五點陸陸續續花蓮車隊抵達，大家主動前往義診場地集合，因為氣溫除了寒冷、氣候也非常不佳，在丘昭蓉醫師為大家講解流行感冒的注意事項結束後，同仁抽空趕緊享用「雲霧中的晚餐」。



而丘醫師也以利稻一對年輕「飲酒夫妻(古姓夫婦)」為真實案例，來與居民分享。勁爆的幽默談話，惹來大家哄堂大笑。雖然提倡遠離酒精，不過今日看到古太太仍是一副酒醉的模樣，頭髮也散亂不堪。

民眾在寒冷天氣仍來就診，其中發高燒至39度的小朋友承浩，由阿嬤帶來看診。丘醫師擔心小朋友的高燒會伴隨抽筋，趕緊開了塞劑的退燒藥。而護理人員林曉芬口承浩塞完塞劑，仔細叮嚀承浩的阿嬤說：回家後先幫小浩盥洗後，小心不要著涼，盡量讓他多喝溫開水，並且趕緊睡覺休息，才能盡快退燒。

次外，針對「痛風」引起骨頭酸痛的民眾，潘副院長在看診時簡單談起：居民有人因為工作、或者喝酒而導致骨頭疼痛，嚴重者唯有進行人工髖關節(由髖骨、股骨頸、股骨頭三合一組成)置換術、或半髖(股骨頸、股骨頭)人工關節，才能真正遠離疼痛的折磨。

還有心臟內科，王志鴻院長看診中擔心民眾有糖尿病，於是隨即抽血檢驗，得知在標準值內，盡速讓患者安心。而牙科的看診現場，慈濟技術學院講師也曾前往斯里蘭卡賑災的陳姿妃師姊，則展現團康的專長，緊緊拉住當地小朋友的目光，並且教導他們如何正確刷牙。

另一據點，許久未到利稻的關山同仁胡琇雲、賴秋吟，鍾孟諭，聊起此次看到這麼多民眾來就診，感到非常溫馨，也和醫院裡上班的心情，有很不一樣的感受，雖然大家都是利用休假日參與，卻一致認同，能上來走走真的很棒。

而關山同仁昨晚回到醫院，二十七日一早七點出發上霧鹿村與花蓮同仁會合，另一位同仁黃坤忠則開著救護車，繼續上利稻村載余阿嬤下山住院。另外，霧鹿村民大部份都搭乘遊覽車，到台東參加八部合音演唱，村內民眾不多，於是同仁親自到熟悉的古登山阿嬤家中，用輪椅推著她到現場看診。另一頭，公務車也到下馬載著老弱婦孺到現場來看診。

每次義診牙科、骨科、眼科、心臟內科，是對民眾最為幫助的科別，兩天下來骨科就約有七、八位村民，在醫生評估中需要換人工關節；而先前一位曾因心衰竭而住院的古阿嬤，今日由同仁

陪伴來義診，在王志鴻院長的細心檢查，發現阿嬤在固定服藥後，已獲得很好的控制。

遊客來來回回走著，居民斷斷續續的來看診，結束看診後五十位工作同仁，散步前往日據時代所遺留的兩座砲台景點休憩用餐，這兩天大家都覺得好幸福，身處世外桃源「雙修也雙休」，而關山同仁也因為這次義診因緣，第一次目睹霧鹿的砲台景點。

雖然利稻、霧鹿、下馬村每星期都固定有巡迴醫療，但提供心臟內科、骨科、牙科、眼科的選擇，卻是對村民的「身體健康」保證。

## 玉里 慈濟醫院

地區醫院的品質保證——佛教慈濟玉里、關山兩院通過 ISO 9001 國際品質管理系統驗證

### 二月二十二日

「說、寫、做一致——說你所做、寫你所說、做你所寫」歷經一年多的長期奮戰，玉里關山兩院在所有人的祝福、合心、協力，並歷經多次「改進再改進」的關卡，終通過 ISO 9001 國際品質管理系統驗證。

民國九十二年玉里慈濟醫院原已推動 ISO 9001 品質認證計畫，因逢 SARS 疫情而延宕暫停。翌年，同仁繼續著手 ISO 制度的作業流程，直到同年五月全院同仁盡心投入其中，終於歷經一年多的努力與改進，今日玉里慈院所有同仁，在眾人的祝福聲中，歡喜迎接這項殊榮。而同樣位在花東縱谷的關山慈濟醫院，也在今天獲 ISO 9001 品質認證證書。

「ISO、ISO」，對於台灣人而言它是熟悉的名詞字眼，它是「品質保證」的代言，一向堅持醫療品質的玉里、關山慈濟醫院，多年來除了提供醫療服務，對於醫療品質要求更是不遺餘

力，為能通過ISO品質認證，兩院也開始積極著手進行。期間，除了每一位同仁的用心付出，更有同仁忙至清晨三、四點。

另外，還有同仁因平時就已做好完善的例行工作，於是遇上ISO作業認證，恰巧反應出平時的用心與負責，例如：代理副護理長張東燕所負責的手術室及供應中心，可說第一時間就交出所有的文件流程，而她也將專業真正落實在工作上，於是在評鑑中獲得極高的評價。

而玉里慈院的復健股，由於當初遇上復健人員流動，於是復健股則由王舜光醫師挑起大樑、兩位新進復健人員王慧雯、朱玉琴則全力配合，而關山復健股則由總院復健師林啓文協助。

在ISO頒證典禮上的林碧玉副總提起今天是兩院最重要、也是最大的日子，因為涵括有兩項保證，第一項保證是上人愛的理念，在兩地傳承；另一項則是醫療專業的保證。此外，林副總也由衷感恩院內主管、同仁的付出，再次給予最高的肯定與嘉許。

由於是全院「全面化」的認證，所以從第一線的醫療、護理、檢驗、藥劑、放射，到第二線的行政單位，通通是「台灣檢驗科技股份有限公司(SGS)」所受檢的範圍，由於受檢成績有極高的評價，於是此公司副總裁黃世忠先生也在致詞中肯定玉里慈院。而玉里、關山兩院院長王志鴻，也感恩同仁在評鑑過程的那一段期間，大家無不埋頭苦幹的用心。

而一直陪伴慈濟醫院的財團法人金屬工業研究發展中心陳進明處長則以上人的一句靜思語「只要方向是對的，目標就會達到」，來闡述自己的感動以及四年多來最想說的話。

接下了證書、接下了歷史一刻，大家驅車趕往關山慈濟醫院，關山慈院同樣也是在去年五、六月開始，就同步與玉里慈院進行這項計畫。沿路上，黃副總裁一直讚歎東部的景觀，而馨嬌主任也將斯里蘭卡賑災的心得向黃先生分享。

近中午，關山慈院也接下這項殊榮，接下這項由全院同仁一同努力的所得成果，並在院內享用清淡的新素食菜餚，由於精緻與用心，讓副總忍不住問起同仁，午餐是誰準備？原來是資深慈濟委員李祝枝師姊，及台東地區的委員所共同烹煮的。





# 感恩的足跡.....

走過，必留下足跡。醫院如同一本大藏經，經中述說著生老病死的故事，也訴說著拔苦予樂的過程，在大醫王及白衣大士辛勤地照料下，患者從苦與痛的邊緣走出，而在走出病苦的那一瞬間，心中的感激非筆墨形容，而此一單元將患者及其家屬心中的感恩之情記錄下來，成為一個又一個的「感恩的足跡」。

本人因患胃潰瘍導致胃出血病況嚴重而危急，一月二十九日經胡志棠醫師急診，以胃鏡查出不僅胃潰瘍，發現有三公分大的破洞，緊急操作精密醫療儀器完成補洞止血。之後輸血吊點滴等加強調養，前後五天即康復出院。

胡志棠醫師高明超群的醫術令人佩服。住院期間承蒙吳佳怡小姐、王秀蓉小姐，兩位護士小姐的細心照顧無言銘謝。深感自己以八十六歲的高齡能克服此內憂大患，恢復健康，生活愉快，因此曾令小女向胡醫師致敬送禮，但均被婉拒。惟感恩同再造，僅此借報端一角深致謝忱，舉家永久感恩。

申謝人張盛鳳暨全體家屬鞠躬

本人病得不是時候，在年二十九晚上突患咳血之疾，而到慈濟醫院掛急診住進病房。由主治醫師黃寒裕、胥愛璽、莊銘隆、黃文琦等諸位大德，犧牲年假，秉持證嚴上人博愛精神，以「仁心仁術」賜我康還；以及二十樓護士：吳宜玲、林慧敏、李淑貞、陳惠珍等諸位白衣天使，「視病猶親」「熱心服務」

使患者有如在家過年的溫馨，我今已遵醫囑出院回家休養，按照指定時間回診。謹此建議鼓勵上開醫護人員，益增慈濟大愛之精神更加發揚！

文 / 朱先生

本人為多發性硬化症患者，因而導致膀胱泌尿系統障礙。長久以來，一直自行導尿，看遍許多南部的大醫院都沒效，幸而經由病友介紹，來到花蓮慈濟醫院，經由郭漢崇醫師注射肉毒桿菌及開刀後，一切都好了。真的很感謝郭醫師及二七西醫護同仁在住院期間對我細心照料，讓我又能回到正常人般的生活。真心感恩。由衷感謝郭醫師！！

文 / 來自台南的罕見疾病患者王小姐

嚴重車禍後，我從加護病房轉入一般病房，從頭頂到腳底，全身處處骨折、脫臼、內出血等等，經過數日仍無法動彈，且痛不欲生，絕望的認為自己可能已癱瘓，將終生殘廢……胸腔外科主任趙盛豐醫師耐心、深入的分析我的病況，並持續治療，心理鼓舞……經數日

的驗證，絕望變成希望，我從黑暗中看到了光明，心中對趙醫師的明燈之感恩無限。慈濟醫院有如此仁心仁術、對病人病況如此深入瞭解，並一針見血的對症下藥，精神持續鼓舞(每日)，如父母關心子女般的慈心醫師，證明證嚴上人當年發心蓋醫院的菩薩心願，讓有慈悲心的醫師能在完善醫護設備的醫院，造福病苦眾生。感謝趙醫師，也感謝上人慈悲心願。

文／花蓮市邱女士

因為外子胰臟炎的關係，我第一次來到花蓮慈濟醫院，一進大門，即感受到此醫院與一般醫院的不同。我感受到溫馨、感受到慈悲、感受到用心，這一些正面的感受，讓我覺得「放心」，可以讓外子在此安心的接受治療。尤其是蔡文欽醫師，雖然我們的醫學常識不足，又焦急地擔心病情變化。但，蔡醫師細心的解說，不亢不卑，以及熱心的為病患奔走，我很感謝他，無論成與敗，我都衷心的感謝蔡醫師、林寶彩師姊，以及慈濟醫院的志工，醫療團隊。

文／台中縣豐原市詹太太

身心醫學科陳嘉祥醫師仔細又關懷的口吻，不厭其煩的給予心理輔導，給患者瞭解自己目前的病情，對復原更具信心，是一位慈悲又醫德醫術具優的好醫師。

顏小西護士客氣又笑容滿面的給予患

者服務，細心的指導，說明患者看病前後，應注意事項。對待診區安排佈置的清新整潔，尤其隨時將椅子排整齊，讓看診病人有舒適祥和的感覺。

文／花蓮市蔡女士

感恩三東嬰兒室有耐心、愛心照顧嬰兒及母親，教導一些衛教知識。因正常有些醫院無此耐心人員。另對病房查視時間，不會延誤。

準時、準點，另態度會令人心中無比有安全感，自然會對育兒更有信心了。

文／王女士

感恩三東謝惠蘋及產房和嬰兒室醫護同仁。第一次生產，很緊張，也很擔心。護士很細心的跟我解釋生產情形及注意陣痛狀況，無法忍受時會馬上幫我解決。在生的時候，產房同仁也會給我鼓勵及支持，讓我對第一次生小孩除了痛之外，無其餘的問題。生完也時常慰問關心。嬰兒室小姐也是很細心的跟我解釋小孩的種種問題，讓第一次當媽媽的我緊張感減緩許多。而且有問題馬上能解決，總之，此次生產及育兒，讓我很放心。

文／花蓮市張小姐

整理 / 黃秋惠

## 國內外重大發現

### ● 膽固醇含量由皮膚檢驗 3分鐘揭曉

未來在診療室做一種檢測膽固醇含量的簡單皮膚檢驗，可立刻知道檢驗結果。由於這項檢驗只要3分鐘就可揭曉結果，故可做為現有較複雜且較昂貴的膽固醇檢驗以外的新選擇。

麥迪遜威斯康辛醫學院心血管醫學副教授史坦說：「測量皮膚膽固醇含量的簡單檢驗，可發現外表健康、但已處於心血管疾病初期的人。」膽固醇在動脈壁堆積的同時，也會在皮膚等組織堆積。因此在手掌小指底部做的這項皮膚檢驗，可準確告訴醫師患者的心血管（而非血液本身）有無膽固醇堆積。

這項檢驗劑是由美國McNeil Consumer Healthcare藥廠研發，每劑25美元。

史坦說，這項檢驗的目的不是取代標準的膽固醇檢驗，只是對沒有症狀的人提供有無心臟病危險的資料。他說，有半數心臟病發患者的膽固醇含量正常，部分原因在於血液中的膽固醇含量未必能精確顯示膽固醇在心血管堆積的情形。皮膚檢驗則可以比較精確檢查血管裡的膽固醇含量。

### ● 一分鐘風險評估 骨鬆檢測自己來

國內50歲以上婦女平均每3人就有1人罹患骨質疏鬆症，但多半缺乏警覺，往往等到骨折才被診斷出來；為此，國內醫界與國際同步發起「一分鐘骨鬆風險評估」，呼籲民眾自我檢測，及早防治這個「無聲殺手」。

蔡克嵩說，骨鬆初期無明顯症狀，頂多腰痠背痛、駝背，所以許多人是在骨折後才知道罹病；據健保統計，國內每年55歲以上髖骨骨折者高達2萬7千人，比率之名列世界前茅，而老年人一旦髖骨骨折，每年死亡率女性達22%、男性15%。

由於一般人平日多半不注意骨質健康，所以，國際骨質疏鬆基金會發起一項全球宣導活動，並首創「一分鐘骨鬆風險評估表」，國內由骨質疏鬆症學會引進，在三八婦女節正式發表。

蔡克嵩表示，這份自我評估列出了骨鬆症的主要危險因子，其中以家族遺傳、年齡、體重最重要，也就是，父母患有骨鬆症、年紀愈大、體重愈輕者，發生骨鬆的機率愈高。

### ● 防關節老化 玻尿酸好用

減輕症狀 延緩置換人工關節時間

玻尿酸給妳好看，也讓妳膝關節勇

健！高雄醫學大學附設醫院骨科將廣泛應用在美容的玻尿酸，用來治療退化性關節炎，5年來共收治了上千例，結果發現玻尿酸老少咸宜，從18歲的運動選手，到90多歲的阿祖都適用，可減少置換人工關節的命運，且健保給付。

高醫骨科醫師陳勝凱說，玻尿酸是從新鮮雞冠提煉精製而成的關節保養劑，直接注入退化的關節內，具有高度的保水性、黏彈性和潤滑作用，對關節軟骨有親和性，可覆蓋於軟骨表面保護軟骨，防止磨損及退化，更可藉由其特性，來抑制發炎反應，改善關節攣縮，增加關節活動。除了少數有紅腫反應外，沒有太大的副作用。

### ● 南部成人氣喘盛行率近3%

國內首度以「成人氣喘盛行率」為調查對象的研究報告日前出爐，針對台南、高雄、屏東南部五縣市，發現盛行率為2.94%，推估有11萬8531人為成人氣喘患者，除了遺傳因素，環境是引起氣喘的重要因子，沿海高度工業化、人口密集地區，盛行率甚至飆高到6%以上。

衛生署國民健康局為了建立成人氣喘的資料庫，去年委託成功大學，率先針對南部五縣市，透過電話訪問，進行成人氣喘盛行率的調查計畫，參與的成大職業及環境醫學科醫師李永凌表示，雖然整體盛行率遠低於英、美，不過由於電話拒訪率高，民眾對氣喘的認知仍低，因此這個數字應是低估，潛在患者恐怕超過一倍。

就個人體質而言，統計顯示過敏性鼻炎、結膜炎以及異位性皮膚炎是成人氣喘的危險因子，李永凌解釋，氣喘者多半有過敏性體質，加上空氣汙染、全球暖化現象，又讓台灣整體氣溫上升1度，改變了室內外過敏原的分布，都促使氣喘發作。

## 健保與政策

### ● 智障、自閉患者 全面納牙科麻醉給付

#### 4歲以下幼兒 蛀牙處置給付加三成

由於智障與自閉症患者看牙時，容易躁動不安，且配合度較低，必要時需全身麻醉才能進行治療，中央健保局決定，即日起將給付成人智障與自閉症患者的全身麻醉(亦即鎮靜麻醉)費用，受惠人數可望達7、8萬人。另外，健保局也針對4歲以下幼兒蛀牙的處置費用，其醫療支付標準可額外加三成給付。

由於確有需要，健保局醫務管理處襄理陳玉敏指出，該局於91年5月時即已納入智障兒童在接受牙科治療時，開放申報全身麻醉費用，而且效果不錯，因此該局同意自即日起，將所有智障患者及自閉症患者都納入牙科全身麻醉的範圍，並可溯及元月一日起開始申報，使用面罩麻醉支付3520元，插管麻醉則支付3850元。

此外，為了提高國內兒童齲齒防治，達到早期治療，健保局也將把原先屬於牙科總額給付「嬰幼兒齲齒防治」專款試辦項目，改列為一般服務，並納入正式的支付標準表，以後4歲以下兒童若因蛀牙而

需要根管治療或銀粉充填等處置，一律按現有支付點數額外增加三成給付，預計自4月起可上路。

### ● 中藥藥酒 檳榔攤、超商將禁賣

未來檳榔攤、超商也不能賣中藥藥酒了！目前參茸、龜鹿二仙膠等中藥藥酒，一般雜貨店、檳榔攤、超商就可購買，衛生署為避免國人濫用，擬使出鐵腕政策，將所有藥酒一律改列「指示藥」管理，聘有藥師、藥劑生的藥局(房)才可販售，此舉將嚴重衝擊中藥藥酒市場，也挑戰民眾的購買習慣。

前一陣子台北市衛生局等地方衛生局雷厲風行，在街頭巷尾各大檳榔攤取締販售「維士比、保力達B」，因該類產品依法屬於「指示藥品」，不能在檳榔攤販售。不過，衛生署管理出現「雙重標準」，同樣是藥酒，中藥藥酒如參茸藥酒、五加皮藥酒等，卻列為「乙類成藥」管理，檳榔攤、百貨店、雜貨店、餐旅服務商都可以賣，不僅民眾搞不清楚，也令人質疑藥政管理的混亂。

所謂乙類成藥，除了中藥酒，還包括綠油精、萬金油等，這類藥品因安全性較高，依照「成藥及固有方製劑管理辦法」，雜貨店就可以賣。

### ● 肺結核有逐年增加趨勢

#### 勞工健檢要照胸部X光

鑑於國內具傳染性肺結核病有逐年增加趨勢，行政院勞委會安全衛生處修訂「勞工健康保護規則」，規定勞工體格

及健康檢查一律均應實施胸部X光大片攝影檢查，此外，為擷節醫療資源避免浪費，修改勞工健檢頻率，由45歲以上兩年檢查一次，30至45歲3年檢查一次，改為65歲以上每年檢查一次，40至65歲三年檢查一次未滿40歲5年檢查一次。

此外，參考健保成人預防健康檢查規定，修正勞工一般健檢期限，以避免醫療之浪費。另近年肺結核有上升趨勢，為保障勞工健康及避免傳染同一工作場所勞工，恢復勞工體格及健康檢查均應實施胸部X光(大片攝影檢查)檢查。

### ● 末期腸癌患者 花錢買時間

#### 新藥抑制癌細胞增生 衛署准專案進口

根據衛生署統計，國內每年約有近萬人罹患大腸直腸癌，4千人不治死亡，其中多數是因為確診時癌症已轉移；所幸，由德國默克(MERCK)藥廠所研發成功的新一代抗癌藥物Erbitux，它對於第四期且化療無效的患者，可抑制癌細胞增生與轉移，衛生署核准可專案進口，已有一名患者因此延長生命一年多。

不過，由於Erbitux一劑的藥費需1萬多元，一周需打3~5針，光是一個月需花費20萬元，一年的藥費多達240萬元，台北醫學大學附設醫院血液腫瘤科主任戴承正表示，由於該抗癌藥劑只是延長病患生命期，對於已屆末期的腸癌患者無法達到治癒效果，如同花錢「買時間」，若經濟狀況不好，散盡家產而債留家人，他並不建議使用。



# 國際慈濟人醫會全球據點

## 台灣慈濟人醫會

|           |        |                       |               |
|-----------|--------|-----------------------|---------------|
| 北區慈濟人醫會   | 台北分會   | 台北市106忠孝東路3段217巷7弄35號 | 02-27760111   |
| 中區慈濟人醫會   | 台中分會   | 台中市403民權路314巷2號       | 04-23054073   |
| 雲嘉南區慈濟人醫會 | 大林慈濟醫院 | 嘉義縣622大林鎮民生路2號        | 05-2648000    |
| 高屏區慈濟人醫會  | 高雄分會   | 高雄市807九如二路150號3號      | 07-3163660    |
| 東區慈濟人醫會   | 花蓮本會   | 花蓮縣971新城鄉康樂村21號       | 03-8266779~80 |

## 新加坡慈濟人醫會

慈濟新加坡分會 25, Trengganu Street, #01-01, Singapore 058476 +65-63246889

## 馬來西亞慈濟人醫會

慈濟馬來西亞分會 316, Jalan Macalister, 10450 Penang, Malaysia. +604-2281013

## 馬來西亞洗腎中心

檳城洗腎中心 Penang : 19-B, Jalan Gottlieb, 10350 Penang, Malaysia. +604-227 1013  
日得拉洗腎中心 Jitra : 26A, Pekan Jitra Dua, 06000 Jitra, Malaysia. +604-917 3604  
北海洗腎中心 Butterworth : 6664, Jalan Bagan Ajam, 13000 Butterworth, Malaysia. +604-323 1013

## 馬來西亞馬六甲慈濟人醫會

慈濟馬來西亞馬六甲分會  
7850, Lot 922-923, Kawasan Perindustrian Batu Berendam, Peringkat 3 (B), Batu Berendam, 75350 Melaka  
Malaysia. +606-2810818 <http://www.tzuchimalacca.com>

## 馬來西亞馬六甲義診中心

慈濟馬來西亞馬六甲分會  
7850, Lot 922-923, Kawasan Perindustrian Batu Berendam, Peringkat 3 (B), Batu Berendam, 75350 Melaka  
Malaysia. +606-2810818 <http://www.tzuchimalacca.com>

## 馬來西亞巴生義診中心

慈濟馬來西亞巴生聯絡處  
Tzu-Chi Free Clinic (Klang) 74, Jalan Dato Dagang 24, Desa Idaman 2, Taman Sentosa, 41200 Klang, Kuala Lumpur Malaysia +603-5161 2048  
馬來西亞沙巴亞庇慈濟人醫會  
LOT 15024, Jalan Teluk Likas, 88805 Kota Kinabalu, Sabah. +60-88-381779 ☎382779 Fax:60-88-383013

## 菲律賓人醫會

菲律賓慈濟人醫會 慈濟菲律賓分會197 N. S. Amoranto St., 2nd Floor, Quezon City +632-732-5731  
菲律賓三寶顏慈濟人醫會 慈濟菲律賓三寶顏聯絡處  
62 Governor Lim Avenue, Zamboanga City, Philippines 7000 +6362-9910226  
菲律賓宿務慈濟人醫會 慈濟菲律賓宿務聯絡處  
Dunkin Donut Bldg., 1058 Hernan Cortes Street, Subangdaku, Mandaue City 6014 +6332-3458664

## 印尼慈濟人醫會

慈濟印尼分會Jl. Mangga Dua Raya, Gedung ITC Lt. 6 Jakarta 14430, Indonesia +62-21-6016332

## 印尼義診中心

慈濟印尼分會Jl. Mangga Dua Raya, Gedung ITC Lt. 6 Jakarta 14430, Indonesia +62-21-6016332

## 巴西慈濟人醫會

Rus Onze De Fuvreiro 372, Jabaquara, San Paulo, SP, Brasil CEP 04319-020 +55-11-5021-4627

## 巴拉圭慈濟人醫會

Suecia1458 cEuropa Asuncion Paraguay +595-21-310588

## 美國總會義診中心

Buddhist Tzu Chi Free Clinic at Los Angeles

1000 S. Garfield Ave., Alhambra, CA 91801 Tel: 1-626-281-3383 Fax:1-626-281-5303

## 夏威夷義診中心

Buddhist Tzu Chi Free Clinic at Hawaii

100 N. Beretaina Suite 122, Honolulu, HI 96817 Tel: 1-808-550-8608 Fax:1-808-550-8608

## 紐約艾姆赫斯特家庭健康門診中心

Tzu Chi-Elmhurst Hospital Family Health Center

41-60 Main St., Suite 201, Flushing, NY 11355 Tel: 1-718-334-6730 Fax:1-718-334-6749

## 美國慈濟人醫會

### 美國總會慈濟人醫會

Headquarter Los Angeles 206 E. Palm Ave., Monrovia, CA 91016 Tel: 1-626-305-1188 Fax:1-626-305-118

### 紐約慈濟人醫會

Northeastern Region 41-60 Main Street Suite 201 Flushing, NY 11355 Tel: 1-718-460-4590 Fax:1-718-460-2068

### 新澤西慈濟人醫會

Mid-Atlantic Region 150 Commerce Rd., Cedar Grove, NJ 07009 Tel: 1-973-857-8665 Fax:1-973-857-9555

### 芝加哥慈濟人醫會

Midwest Region 6601 S. Cass Ave., #G Westmont, IL 60559 Tel: 1-630-963-6601 Fax:1-630-960-9360

### 德州慈濟人醫會

Southern Region 6200 Corporate Dr., Houston, TX 77036 Tel: 1-713-981-8966 Fax:1-713-981-9008

### 北加州慈濟人醫會

Northwest Region 175 Dempsey Road, Milpitas, CA 95035 Tel: 1-408-262-3389 Fax:1-408-262-3390

### 夏威夷慈濟人醫會

Pacific Islands Region 1238 Wilhelmina Rise, Honolulu, HI 96816 Tel: 1-808-737-8885 Fax:1-808-737-8885

### 華府慈濟人醫會

Washington, DC Region 416 Hungerford Dr., #212 Rockville, MD 20850 Tel: 1-301-838-8990 Fax:1-301-838-8991

### 亞特蘭大慈濟人醫會

Atlanta, GA 2000 Clearview Ave., #100 Doraville, GA 30340 Tel: 1-770-986-8669 Fax:1-770-986-7466

### 克里夫蘭慈濟人醫會

Cleveland, OH 1569 E. 30th St., Cleveland, OH 44114 Tel: 1-216-696-7145 Fax:1-216-241-3291

### 達拉斯慈濟人醫會

Dallas, TX 400 N. Greenville Ave., #5 Richardson, TX 75081 Tel: 1-972-680-8869 Fax:1-972-680-7732

### 鳳凰城慈濟人醫會

Phoenix, AZ 2145 W. Elliot Rd., Chandler, AZ 85224 Tel: 1-480-838-6556 Fax:1-480-777-7665

### 橙縣慈濟人醫會

Orange County, CA 2851 Pullman St., Santa Ana, CA 92705 Tel: 1-949-833-0822 Fax:1-949-833-3686

### 佛雷斯諾慈濟人醫會

Fresno, CA 6702 N. Cedar Ave., #203 Fresno, CA 93710 Tel: 1-559-298-4894 Fax:1-559-298-4894

### 拉斯維加斯慈濟人醫會

Las Vegas, NV 3311 S. Jones, #108 Las Vegas, NV 89146 Tel: 1-702-880-5552 Fax:1-702-880-5552

### 西雅圖慈濟人醫會

Seattle, WA 12639 NE 85th ST., Kirkland WA 98033 Tel: 1-425-822-7678 Fax:1-425-822-6169

### 舊金山慈濟人醫會

2901 Irving Street, San Francisco, California 94122 Tel: 1-415-6820566 Fax:1-415-6820567



# 凝聚全球 慈濟愛 合心力援 紐奧良

百餘年來最強大的五級颶風（相當於十七級強風）卡崔娜，在2005年8月29日襲擊美國南部。狂風暴雨如挾帶萬噸磚頭般沖擊，無情風刀襲捲墨西哥灣沿岸，重創密西西比、路易斯安那、阿拉巴馬等三州，眾多百姓喪命，家園、生計一夕全毀。密西西比州州長形容滿目瘡痍的災區，如同原子彈轟炸後的慘狀，紐奧良市更遭海水淹沒，宣告棄城，無數人民流離失所，哀哀求告。

面對「驚世的災難」，我們應有「警世的覺悟」，以「戒慎虔誠」之心，為罹難者虔誠祝福、為受災者提供援助，並以感同身受的心情，凝聚眾人的愛心善念，將愛送進紐奧良，讓真情廣慰災民，成為漫漫重建路上最有力的支持與陪伴。

## 慈濟人援助狀況：

美國慈濟人已於德州休士頓和達拉斯等地收容中心，關懷災民，展開賑災工作。

- 一、義診與廣慰：慈濟人醫會醫護人員及志工進入收容所為災民義診，廣慰身心。
- 二、發放：與大型物流公司合作，提供災民每人一百元物資兌換券，依其需要換取物品（菸酒品除外）。
- 三、中長期安頓方案規劃：直接與災民接觸，實地訪視瞭解需求及客觀條件，規劃中長期關懷與安身方案。
- 四、愛心總動員——全球四十個國家，二百三十多點慈濟人總動員募款募心，為美國慈濟人救災做後盾。

## 您可以怎麼做？

- 一、珍惜平安，居安思危，知福惜福再造福。
- 二、發心捐款：一分善款一份愛心，隨喜功德，金額不拘。  
戶名：佛教慈濟基金會賑災專戶。  
帳號：06692433  
護持「凝聚全球慈濟愛·合心力援紐奧良」專案
- 三、日日祈禱發好願，善念共攝連天驪：祝福自己也祝福全世界。
- 四、虔誠齋戒：減少殺生少惡業，勤植善因增福慧。
- 五、將此訊息分享给五位好朋友，呼籲一同獻愛心。

## 諮詢電話：

- 東區(03)8266779  
北區(02)27760111  
中區(04)23054073  
嘉義(05)2777852  
台南(06)2792999  
高雄(07)3163660  
屏東(08)7363953



佛教慈濟基金會  
TAIWAN BUDDHIST TZU CHI FOUNDATION