

# 環保愛大地



凡事簡單，就是疼惜自己的生活品質，一個簡潔、淨化的觀念，卻是意義深遠。

大林慈濟醫院從建設開始就以環保為出發點，整體都是環保綠建築，例如中水回收，現在已經灌溉出一座生態園區，有水塘、濕地、草坪，不時飛來蝴蝶、蜻蜓，還有鴨子也會定時來到，形成一個豐富又活潑的生態。

白天，大地綠油油的草坪，樹木林立十分優美，供人散步、休憩，好不悠閒。夜晚則是燈火通明，這些燈具都是利用白天吸收太陽能所轉化的電力供應的。

林俊龍院長、簡守信副院長，他們不僅照顧病患、醫療病痛，對於環保更是無時無刻不以身作則在做。在大林慈院的長廊，經常看到林院長挺拔的身影，有時彎下腰撿垃圾、枯葉，有時是伸手關掉不用的電源，長年累月恆持這念心。

簡副院長也倡導環保的重要性，並以理性的頭腦具體分析，譬如大林慈院每日都有一千多名員工、志工，以兩餐計算，筷子用過就丟，差不多要消耗三千雙筷子，想想，那要浪費多少竹材資源。

因此大林慈院送給每位同仁及住院病患一雙筷子，既環保又衛生，還能保護自己的健康。這都是一個觀念，一點點巧思，就可以發揮很大的良能。

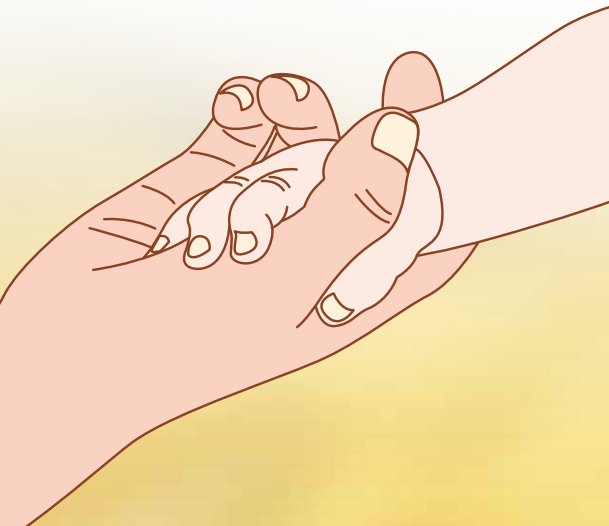
這樣的環保精神也深入了各科室。護理部呂欣茹主任，不只是在院內帶動環保，也把環保精神帶回家，每個月兩次帶全家到環保站投入資源分類，教育子女，讓環保觀念往下扎根。

在加護病房，可愛的妙文護理長，面對重症病患，她都發揮護理的專業，用志業精神去疼惜與愛顧。下班之後，也不浪費時間，會來管理加護病房區的垃圾分類，還會研究如何不浪費物品，回收再利用。

平時生活簡單一點，多用點心呵護大地，節省能源、資源再利用。這都是美德，值得大家去推廣，互相讚歎，鼓勵更多人美化心境，同時美化環境，與人人共享福氣與平安。

釋證嚴

《錄自二〇〇五年六月二十九日上人開示》



## 封面故事

### 16 | 給寶貝， 再多點愛

樂得兒生產模式

### 25 | 我真的要生了！

——第三孕期及產前準備

### 29 | 執著，對於生命

李裕祥 台北分院產科主任



## 上人醫療開示

### 1 環保愛大地

## 發行人的話

### 6 感受 文 / 林碧玉

## 社論

### 8 談毀滅與空寂 文 / 何日生

## 交心集

### 10 祈願年年精進

——大林慈院五週年有感 口述 / 林俊龍



### 12 大慎心德——大林慈院生日快樂

文 / 石明煌

### 14 重新出發，從「心」開始 文 / 徐榮源

## 健康專題

### 50 兒童過敏保健妙方 文 / 林崇舜

### 54 快速致命的黑色素癌

### 56 【心素食儀】

抗憂鬱快樂食譜

## 主題人物

- 62 在雲端找回自我——賴育民  
大林慈濟醫院家庭醫學科醫師  
文·圖 / 于劍興

## 社工專欄

- 78 生命的終曲不等於服務的終止  
——醫療團隊的全程照顧 文 / 黃慧娟



- 81 【心的軌跡】慈濟醫療日誌

## 醫病之間

- 48 全球人醫紀要  
70 落難的天使  
74 脫離洗腎歲月  
90 感恩的足跡  
92 醫情報  
94 全球人醫會聯絡點



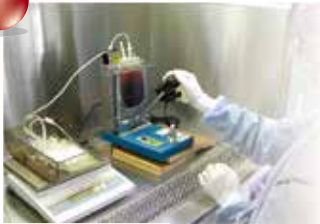
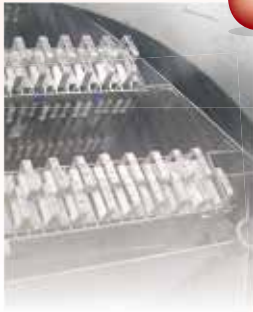
## 特別企劃

### 36 | 舞生命風采

大林慈院五週年院慶紀實



# 臍帶血



# 期待血

聯繫媽媽與寶寶的臍帶血  
可以拯救陌生人  
更是替寶寶植福田的開始

意者請洽慈濟骨髓幹細胞中心臍帶血庫  
電話：(03)8561825轉3359或3707  
或上網查詢：[www2.tzuchi.org.tw/2004/tc-marrows/ma-cord/menu1.htm](http://www2.tzuchi.org.tw/2004/tc-marrows/ma-cord/menu1.htm)



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、張玉麟、潘永謙  
張耀仁、簡守信、王立信  
王志鴻、許文林、游永春  
石明煌、呂紹睿、賴寧生  
蔡勝國、徐榮源  
總編輯 何日生  
副總編輯 賴睿伶  
主編 黃秋惠  
採訪編輯 曾慶方、葛傳富、劉芳助、楊青蓉、  
程玟娟、吳瑞祥  
網路資料編輯 卓明儀  
美術編輯 謝白富

感恩  
香積志工 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、  
林宜龍、翁月雪、吳建銘

中華郵政北台字第二二九三號  
執照登記為雜誌交寄  
2005年8月出版 第20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 馬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，郵資國內一年一百六十元，國外一年七百元，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。

# 發揮護理良能 歡迎您的加入

您有否聽過病患對您說：「我昏迷時，耳朵一直有聽到你們要我加油的聲音，每次聽到你們呼喚，我就會又燃起希望，因為我知道，我並沒有被放棄，也因為有你們的陪伴，我才有勇氣和病魔抗爭。」

白衣大士是慈濟醫療對護理同仁的敬稱，因為白衣大士的慈悲心腸，就如同觀世音菩薩般聞聲救苦。慈濟醫院的護理人員不敢以此自居，而願以此為勉勵。

南丁格爾女士曾經說過：扶持人的軟弱與提升人生命的價值，兩者的交集就是護理的工作。

歡迎您加入花蓮慈濟醫院醫療團隊，在充滿愛的工作環境裡，讓我們成為心手相連的一家人。

## 我們正在招募——

### 各類護理人員

專科以上畢業，有臨床護理工作經驗及護理師證書者優先錄取

### 眼科、精神科、婦產科專科助理各一

大學以上畢業，具三年以上相關臨床護理經驗並具護理師證書

### 護理佐理員數名

高中以上畢，具照顧服務員訓練或相關經驗者尤佳  
急重症單位、一般病房部分工時護理人員

專科以上畢業，具證照，有臨床護理工作經驗者優先錄取

### 感控護理師一名

專科以上畢業，具相關證照

### 社區健康中心護理師

專科以上畢業，具區域教學醫院-內外科三年以上經驗，具長期照護護理基礎訓練結業證書者尤佳

### 兼職輸送員數名

高中以上畢，經驗不拘

意者請備履歷照傳及相關證書影本

來函寄至970花蓮市中央路3段707號 慈濟醫學中心  
人力資源室

聯絡電話：(03) 8561825 分機 3611或3604

電子履歷請寄至：[resume@tzuchi.com.tw](mailto:resume@tzuchi.com.tw)



我們的心中，一直有盞不滅的燈，肯定身為護理人員的驕傲與榮耀。

# 感受

◆ 撰文 / 林碧玉

午夜時分救護車呼叫聲由遠而近，嘉義大林慈濟醫院急診室同仁嚴陣以待，接進一位五十歲男性病患，據家屬說明病患於晚間十一點左右劇烈胸痛、冒冷汗，痛苦難當，險些休克、送到醫院已是清晨三點，病患頻頻喊痛，醫師立即診斷疑似急性心肌梗塞，緊急施行心導管安置支架手術。

醫療團隊們鬆了口氣慶幸已挽回病患生命，哪知道，接著病患卻滿口髒話不聽指揮，情況怪異，林醫師著急的全身冒冷汗，靈機一動懷疑患者莫非是急性心肌梗塞併發中風，緊急作斷層攝影證實確實併發中風，顱內出血。

一方面緊急聯繫「二十四小時救腦小組」，一方面倍感壓力，因為類似併發症少之又少，且其行為怪異之外，生命垂危，家屬又如何能接受？自然無法相信醫師建議需緊急開顱手術之建言。危急之餘，幸有志工師兄姊的協助，勸導救人第一，家屬始同意接受治療。

急性心肌梗塞病患機率不高，能有二十四小時內施行氣球擴張術醫院不多，更甚者能有二十四小時心、腦、神經團隊搶救生命之醫院少之又少。無法想像在嘉義若無大林慈院，病患怎能在最黃金時間內（何況該病患是在三小時內施行手術）挽回生命？且更難測的是罕見

併發腦中風，能在短短時間內進開刀房開顱更是難上加難；更更艱難的是病患家屬的信任，若非志工師兄姊的協助，不但無法救回病患生命，可能導致醫療爭議又一樁，在挽救生命的狂浪中看到一線曙光，那就是醫療團隊、志工作伴，無限感恩湧上心頭，不由慨嘆「醫者仁者」之悲喜，有誰能理解呢？

病患可知道，醫師在揮汗搶救生命度過緊急時刻後，卻又要憂病患之憂呢？尹醫師兩年前為病患作活體腎臟移植，手術非常成功。那知，兩個月後病患卻憂心忡忡來到診間，原來是懷孕了。

本該歡喜迎接新生命，卻擔心服用抗排斥藥，懷孕是否會導致後遺症？小孩該保留否？陷入抉擇兩難啊！尹醫師也陷入無限矛盾中，最後病患決定保有胎兒，尹醫師的壓力隨之而增，心裡的牽掛與胎兒共成長。漫漫十月真難度日啊！幸好生下正常寶寶，鬆了口氣。不由憐惜著「醫者仁者」之牽掛，是否足以向外人道也？

更令人敬佩尹醫師樂於牽掛病患，聲聲感恩在慈濟世界；既可麵包——可養家活口、愛情——家人和樂幸福、興趣——救人志向充分伸展，三者並行不悖幸福滿滿，良醫難遇今巧遇，不說感恩真困難啊！

耳鼻喉科何醫師經常往診到病患家裡，看到病患之困頓難解，謀思解困之道。與工務室合作製作讓病患可以在家打電腦，促進家人對該病患之接受與愛，「人醫」走進家庭走進生活解困厄，這正是以人為本最佳寫照。

一般小孩聽到媽媽聲音應是天經地義，而在台灣卻有多少病童渴望聽見媽媽的聲音而不可得。何醫師爲了讓病童聽得到媽媽的聲音，尤其是學齡前語言治療之必要，於九十三年首創國內第一例「微創人工耳植入術」，讓病童惠琪終於聽到媽媽的聲音，那一刻多麼扣人心弦！

岡陽的媽媽來台十年，比起許多外籍新娘家庭，岡陽媽媽很滿足的說：「先生不錯，願意養家且生活正常，小孩有聽障爸爸願意負責」。如今帶著岡陽積極治療，期待儘速讓他聽到媽媽的聲音，而令人敬佩的是何醫師感嘆的說：「大林新生兒四分之一爲外籍媽媽所生，十年後醫院特聘的工作人員，可能四分之一便爲外籍媽媽所生，這重要的社會問題大家是否該重視呢？」，「醫者仁者」不只關心病患更關心社會，還感性的說：看到兩位離職一年後再回來的同仁，讓他感受到小孩翅膀長硬了，羽翼豐了，飛出家門，一旦受到委屈或……回來了，而大林就像個家，可以隨時回來、享受家的溫暖。「醫者仁者」不只關懷病患，更憂心社會，最重要的是「家」的耕耘。

在醫院經常看到人間至情，一位二十九歲病患洗腎六年，因爲迷信偏方，服用偏方，導致右腎萎縮，必須換腎才能活命，等待無期之餘，父母均相爭取捐腎，經檢查後媽媽雀屏中選捐腎，術後一住加護病房，一住一般病房，母子情深相互憂心，擔心對方身體復原狀況。護理部呂主任感受母子情深，用數位相機爲病患錄影，讓他對著相機向媽媽說話，隨即送到普通病房讓媽媽看，媽媽看到相機內兒子身影，紅著眼眶好似兒子在眼前，一再對相機說：「會啦，會啦，我會很快好」，又點頭又回答，其情其景令人辛酸。呂主任感動至極，向媽媽表達想對兒子說什麼話，請盡量對著相機說，她會錄影給兒子看。人間至情大放送，護理主任忽然扮演「宅急便」使者，父母無私的愛，醫護「仁心」呵護，愛的醫療不斷傳送。

凡走過必留愛的痕跡，凡做過必留甜美回憶，誰說白色巨塔生冷？只要有心替對方「感受」，「感同身受」真好，凡走過的必注入彩色慧命！大林慈院雖僅僅五年，在西部地區爲搶救生命寫下許許多多醫療新猷，最重要的是像個「家」，用愛齊力搶救生命，用「感受」寫下醫療新生命！歡慶大林五周歲，歡喜「醫者仁者」萌芽在人間！



# 談毀滅與空寂

◆ 撰文 / 何日生

根據天文學家的研究及判斷，地球的壽命已經經歷了四十五億年，它的生命已經逐漸接近終點。我們生存所依賴的太陽，再經過二十億年會逐漸的膨脹，它的溫度會超過兩千度，屆時連地球的山脈都會被融化，地球上的生命也消失無蹤難以生存。最後將地球整個融化成一團火球，灰飛煙滅，地球正式滅亡。

而在這之前地球上的人類也早就滅絕，我們所宣稱的文明，也無法在這灰飛的塵埃中找到任何蹤跡。既然如此，世間的種種努力及創造之意義又何在呢？

佛陀說一切物理世界都必然經歷成、住、壞、空。而按照佛陀的算法，現在地球正經歷壞劫。溫室效應造成的地球氣候之變遷只是地球毀壞的一部份現象。一次花蓮靜思堂博覽會展出地球成住壞空的不同模擬照片之風貌，一位慈濟人陪同證嚴上人正在看展覽，這位居士就問上人，地球如果最終毀壞成空，那我們在這裡努力是為什麼？上人回答他說，「也是要努力救救看，或許來得及。」這是一種大智慧的領悟。

其實佛陀說壞和空，這個空並不是無，而是一種至高的超越及不執著。不只不執著，還要超越有，並且再創造。

就像一個杯子可以裝水，但也可以裝不同之液體。一味執著水杯中的有，杯子的功能就被限制了。能裝水的，並不是那個杯子的玻璃，而是玻璃裡面的空。能包裹我們身體的衣服，不是那個布料材質，而是衣服裡面的那個空。

所以「有」「無」是相成相形的。因此老子才說無之以為用，有之以為利，老子說的無，就是佛教講的空性。因此空是一種不執著、是超越、是給予、是成全、是愛、是不執著、是無所求、是一種超越、是一種能再創造的能量。就像杯中的水倒掉了，它還能再裝。當玻璃碎了，那能裝的空依然存在宇宙之間。所以佛陀要我們放棄執著的心，要超越這一切感官的色界及意念的無色界。

能創造及超越的空性是常存的，但眾生執著有，所以才產生困惑。眾生把一切的色聲香味觸法、眼耳鼻舌身意都當作真的長存的，所以生命才產生問題。如果我們明瞭，存在不應依附在六觸及有形的色身，我們就能追求一個更高的存在。這存在是一種不執著，能創造的真如佛性。

唐朝的杜順大師及澄觀大師，他們提出佛陀所闡述過的第九識——即是真



如之本性，即是佛性，即是法性。這佛性、法性是不妨礙緣起的，是不否定創造的，是不妨礙一有情世界的真善美的，所以他們說佛性緣起、法性緣起，用真如之本性，灌注於一切創造物之中，滿盈於一切世間之事物之內，點化世間之一切有情界及無情界，如同陽光佈滿虛空，照澈一切凡塵世界。

真如的本性是無我的、是成就的、是圓融無礙的、是不執著的、是至愛的、是不分別的，照見一切對立面的內在之和諧，能含攝一切衝突世界現象背後之同一性。它是創造的，是生成的，但同時也是超越的，*Within and beyond*，是不執著於「有」的一種創造，是在其中的同時又超越它，以真如的法性創造一切，才是圓融無礙的佛性的境界。

這種極高的智慧解決了生滅對立，聖凡對立的問題，也解決了創造即是業的迷思。將一切萬有都注入最清淨無染的至愛及美，用一種純然的超越觀去擁抱一切有情眾生。

如果我們能跟隨證嚴上人的理念，具體的從無所求的付出中，去實踐空性，並讓不染著之真如本性逐漸浮現，一步一步的我們能成就個人及全體人類至一種更高的存在，即依靠著真如本性的一種更高級的生命。以具體言之，屆時我們的科技及智慧都已發展到超越三度空間之存在，人類在地球的物質性滅絕之前，早就移居別處星河。就像科學家不

斷的預估，有一天人類會發展出蟲洞的科學途徑；蟲洞，是宇宙的一條祕密捷徑，這捷徑可以快速的帶著人類離開地球到幾億光年之外的星球定居。

或許佛陀的智慧早就看見人類發展之可能性，佛陀早就看見在浩瀚星球之中有許多的生命是以真如之佛性存在著，那些佛國之生命，不必仰賴眼耳鼻舌身意這些會生滅的生理及物理性而存在。而我們尚停留在較低生命層次之人類，經過歷練及修行，或許能獲致那更高之佛性。

而當壞劫來臨，其實不是失望或絕望的時候，倒是成就佛性最好的開始。

這正如同維摩詰經裡所說，煩惱界才能成佛。看到壞劫到臨時，大地自然的崩解及毀壞，人類終能慢慢明瞭一切的有形物都是不長存的，都是必然幻滅的。看到了那必然的有形之物的終點，人類才能真正理解無形之空，才是真正應該把握的。那生生不息之常存慧命，既不依賴有形之存在，也不會因為有形之毀壞而消滅。

如果能如此，煩惱及壞劫正是成就空性之最好契機。我們應該把握這份契機，努力為人類之超越及最高智慧的締造而竭盡心力。



# 祈願年年精進

## 大林慈院五週年有感

口述 / 林俊龍 大林慈濟醫院院長

五載光陰逝如梭 年年精進不蹉跎  
感佩志工菩薩願 恩情難報祈成佛

時光飛逝，轉眼之間，大林慈濟醫院已啓業五年。「凡走過必留下足跡，凡參與必留下回憶」，這五年多來，確實留下了不少的足跡，也有非常美好的回憶。心裡面感受到的就是感恩、感恩，再感恩。

就如我們在啓業誓裡面所言，我們首先要感恩上人的領導，全球慈濟人的付

出，建設了這麼好的硬體與設備，讓我們能夠在短短的幾年內，從事我們的專業，以最溫馨親切的態度來提供高品質的醫療服務，落實讓大林慈濟醫院發揮大愛救人的功能，成爲雲嘉南地區鄉親守護生命的磐石。

其次要感恩的是大家每一個人，我們有緣相聚在大林，合心協力、不分晝夜、廢寢忘食爲這個家來付出，塑造出本院美好的形象獲得主管機關、社會人士的認同，要重要的是，受到雲嘉南鄉

親的肯定，服務量屢創新高，這都要歸功於全體同仁的努力。唯有毫不自私、全心投入，才能有這麼好的成績。

另外要感恩的是來自全台灣各地，志工們毫無所求的付出。一進大門，就可以感受到溫馨親切的招呼，不識



字的阿公阿媽，可以毫無困難地掛號、看診、檢查、拿藥，等待的時候還可以聽聽大廳裡鋼琴、二胡、揚琴、手風琴演奏出來的懷舊歌曲，或者是阿公阿媽隨著老歌旋律哼唱，好像回到幾十年前每逢節日，廟口、榕樹下那種熱鬧的景象。另外，在門診、加護病房外面、在普通病房裡面，師兄師姊的陪伴與安慰，減輕疾病所帶來的痛苦，讓我們的病患與家屬得以身心康復、輕安自在、重新出發。

雖然我們有不錯的成績，五年多來也確實非常「幸福美滿」。最近台大公衛所對全國一百零八家醫院出院病人的



問卷調查結果顯示，不管是在技術、或者在人際關係方面，我們都名列前茅，可見病患對我們服務的肯定。但是我們必須牢記肩負師志，要「為佛教、為眾生」，還有努力改善的空間，讓我們

合心協力，更上一層樓。同時也期望這個「家」，不僅是成爲一個從事專業服務病患的場所，更是修心養性最好的道場，能夠接引更多有志之士加入我們的行列，一起締造出亮麗的未來。

大林有鄉土、有人文，大埔四位阿公專程下山為醫院慶生，與大埔醫療站護士如同一家親。



# 大慎心德

## 大林慈院生日快樂

文 / 石明煌 花蓮慈濟醫院副院長

大林 俊龍  
慎簡 守信  
心游 永春  
德林 欣榮

好高興，大林慈濟醫院就要過五週年慶。在上人愛心及全球慈濟人呵護的「大林孩子」，就要念小學了，田中央的大病院，為嘉義地區的民眾已經默默的付出了一千八百二十五個日子。

辭彙字典形容「俊」是知識才智超過平常人，人中之龍，曰俊龍，從美國回台灣的三千六百五十天，時時付出，時時歡喜，那就是帶領同仁登峰的大林慈濟醫院院長林俊龍醫師（大林、俊龍）。五年前第一批跟隨院長的三百多位同仁，如今依然健在，護持之心不退轉，至今員工數目已經成長達到一千三百多位。

慈濟醫療的特色是醫護團隊、志工作伙。書經曰：「慎簡友僚」是說進朱赤，近墨黑，要謹慎選擇朋友及同僚。學佛第一要親近善友，慎簡友僚第一人選就是大林簡守信副院長，他所主持的大愛醫生館早就超過一千集，深入淺出



的解說大眾所關心的健康議題，不僅是民眾受益，即使是專業醫師也是受用無窮。其他同僚與健在之員工，守志不動，是初發心，也信守承諾要給與嘉義地區民眾最好的醫療與關懷（慎簡、守信）。


上人說，用心即道場，在慈濟醫院的修行道場裡，游心法海。要發心，用心，集人人愛心。也要讓集合之愛心，生生不息，日日長春（心游、永春）。

欣賞別人即是莊嚴自己。  
*Seeing virtue in others  
is in itself a virtue;  
in appreciating others,  
we in fact dignify ourselves.*

— 靜思語

大林慈濟醫院就要邁向六歲了，花蓮慈濟醫院滿十九歲，新店慈濟醫院才不到一歲，加上玉里及關山慈濟醫院，我們有五院，只有一家，相互扶持，讓慈濟醫療普遍化，讓上人「人本醫療、尊重生命」的醫療理念能夠推展與落實。

接力，用力，集人人大力，集眾人之力成就之功德林，如發芽綠意，欣欣向榮（德林、欣榮）。慈濟之美，在於群體之美，藍天白雲是最美的組合，群體的美在於個人的善，大林有林俊龍院長勤耕福田，新店及花蓮的林欣榮院長也會帶著滿滿的祝福與感恩，祝福大林——生日快樂。

「大慎心德」是取「大乘心得」之諧音，取大乘佛法教化修行之意。借用大林院長林俊龍醫師、副院長簡守信醫師、副院長游永春醫師、新店及花蓮院長林欣榮醫師之大名，深感惶恐，但表達祝賀與尊敬之情，真心誠意。 



# 重新出發， 從「心」開始

文 / 徐榮源 慈濟醫院台北分院副院長

在昔日同仁滿滿的祝福中，離開那栽培我、造就我的國防醫學院及三軍總醫院，十分感恩。自己以一個即將畢業的心情，踏進另一個令人期待的慈濟醫院服務，關心我的朋友都說，到一個剛成立的、新的醫院，沒有實習醫師與住院醫師，是十分艱苦的。其實我心裡都有準備，一切從基層做起，只要我們有能力、有自信，往那別人不願去的苦難地方，把事情處理圓滿，我們會學到智慧，心中更會充滿喜悅。

六月一日報到至今，不算長的時間，在我心中有無限的感受，這裡的確是一個十分不一樣的醫院。其一是，醫生對病人、志工對醫生、甚至病人對醫生之間，到處都充滿著愛與關懷；例如在胃



腸科的大腸鏡檢查中，若患者感覺不舒服，我們的同仁會在患者的肚皮上獻上薄荷油……諸如此類的貼心動作，科內的同仁替患者所做到的，希望總能比患者所預期的多一些些，讓患者更感受到我們給予的愛與關懷。

其二是人文教育的場景。在院內的許多角落，滿是溫馨的音樂與歌聲；隨時抬頭一看，都有上人給我們的精神食糧

——靜思語，教我們要即時孝順與行善等。此外，院內還規劃了台灣的良醫典範、南亞海嘯館及地震館等展覽。第一週我邀了表姐，第二週安排爸爸、媽媽、岳父、岳母來參觀，大家都感受此地真是一個發人深省的人文教育好地方。

其三是這裡建築美好，空間與設備完善；如同林碧玉副總所說，新店慈濟醫院有如一片牆，靠我們大家有志一同的為

了這個醫院，在這片牆面上創作出一幅美麗的畫。其四是在堅持專業品質外，我們有人文活動，讓我們藉著分享日常生活中所做的事，大家彼此學習。在這社會及醫療風氣不振的時代，期待看一個不一樣的醫院的誕生，能發揮社會影響力，在未來可影響全台灣及全世界。

行醫二十餘年，離開了過去的醫療團隊，重新加入新的醫療團隊，畢竟一個人的力量是渺小的，現在心中最急的是去認識每一個團隊成員的專長，我們將與各種不同的科部進行臨床討論會；同時自己也準備一本小簿子，記下所有相關醫療成員的姓名、專長與電話，一切以病人為中心，因為一個人的力量總是有限的，我會秉持過去服務患者的精神，仔細尋找出病患的臨床問題所在，與團隊同心協力、更圓滿地診療好患者的疾病。而醫療路上，有了志工作伴，肝膽腸胃科團隊將定期、不定期與病患



衛生教育，戮力於提升治療我們的國病——肝炎，更進一步使醫病關係更和諧。

身為醫師，勉勵自己要在最短的時間內讓患者信任，醫生和患者之間有了信任度，日後的診療才能事半功倍。而在過去的生涯中，我最敬佩及感恩的人，除自己的父母、親人及師長外，就是社會中默默耕耘的義工、孝順的人、教育親子有成，值得效法的模範父母。此外也感謝默默付出的醫療成員，讓我們提昇對病患的服務品質。而宗教家、音樂家、畫家、詩人等等，持續於各自的領域努力，以其專長淨化社會，也是我由衷佩服的。期望今後能在慈濟文化的洗禮及上人的教導上，日日都能提昇自己，做個具有時代使命的良醫，共創我們具有人文、關懷與愛的慈濟醫療志業。



給寶貝，  
再多點

愛



A stylized illustration in shades of orange and brown. It shows a hand from the left side, with the thumb and index finger gently holding a baby's head. The baby's head is depicted with simple lines and a yellow highlight on the forehead. The background is a gradient of light blue and orange, with a curved line separating the top and bottom sections.

# 樂得兒生產模式

策劃／慈濟醫院台北分院公傳室

文／楊濬光、黎芳玲、吳瑞祥 內文攝影／吳建銘

專業諮詢／楊濬光 慈濟醫院台北分院婦產科醫師

產科醫生的出現，讓現代的準媽媽得以擺脫難產死亡的陰影，但曾經，過度的醫療介入，卻使得生產過程多了些冰冷、少了點溫情。

如果，準媽媽能有親友家人的陪伴與支持，度過陣痛的每一秒，直到最後一刻，一起迎接心愛寶寶的到來，孩子定能感受到全家人的力量，全家人的愛；如果，新生兒乍然來到世上的第一刻，突然失去羊水的保護，卻能浸潤於全家人的溫暖與呵護之中，生命定是充滿喜悅的開始。

樂得兒生產模式，是今日能照顧到媽媽與寶寶的醫療安全性，又符合人性化在家生產需求的一種生產選擇。而在台北的慈濟醫院，產科醫師、護士、小兒科醫師等組成的醫護團隊，樂於給寶寶和家人多一點時間，再多一點點愛，讓新生寶寶從踏入世界的第一秒起，在愛中成長。

孕育新生命，是女性最美好的人生經驗之一，回憶懷孕過程中，即使有害喜、孕吐、抽筋、腰痠等種種的不適，但親撫著肚中胎兒的踢動，就足以取代種種的不適。

雖說瓜熟自然蒂落，時間到了，肚子裡的寶寶自然會娩出，但生產過程的種種痛楚、慌亂、以及危險性，都令每一位即將分娩的媽媽心懷忐忑。古諺所言，「生得過，雞酒香；生不過，四塊板」，分娩不只是肚中寶貝能否平安出世的第一關，也是女性能否成母的第一關，在古早的年代，這是一個關口、兩個生命的大事。而在醫療進步的現代，則是講究「優質」、「安全」的感受。

### 孩子生得少，大家都想生得好

孕產婦的死亡率及新生兒的周產死亡率為國際間認定一個國家開發程度之指標。根據衛生署統計，台灣地區於民國七十二年孕產婦死亡率為十萬分之十七，九十二年最新的統計數字已降至十萬分之六點六一，產科醫療水準已與歐美開發國家齊步；現代的準媽媽不再需要擔心自身的生命安全，而能更專注於肚子裡寶貝的健康成長。

綜觀台灣新生兒人口數，九十一年有二十四萬七千個新生兒，到九十二年一年僅有二十二萬七千零七十個新生命誕生，少了近兩萬個人口數，也難怪政



將近百分之百的定期產檢率、及先進的超音波檢查，讓寶寶在媽媽的懷裡安全的成長。（圖為莊耀仁醫師）

府竭力鼓勵生育。另一個現象則是近日媒體上所謂「熟女」生產，意即接近三十五歲高齡產婦或更高齡產婦增加的現象，在都會區尤其明顯。因為孩子生得少，所以必須把孩子生得好；也因此，每個媽媽生產的經驗，總讓自己和家人刻骨銘心，每個孩子出生的時刻，珍貴而終生難以或忘。

### 生產感受天差地別，狀況不一而足

手抱小小寧馨兒，文美出院之後，住進坐月子中心。幾位新手媽媽聚在月子中心的交誼廳聊天，互相交換初為人母的經驗，而生產時的經歷永遠都是百談不厭的話題。

聊著聊著，忽聽有位媽媽提起：「其實，我到現在想起生產的痛，還是很害怕，要我再生一次，我真的不太敢。」

「對啊！對啊！肚子痛的半死，都沒力了，還要爬上產台，我緊張的抱著肚子，真怕小寶寶會直接掉下來呢！」

「還說呢，隔壁床那個產婦的叫聲，叫得我心驚膽跳，簡直比我自己生還恐

有親密的人在即將生產前陪伴在側、安慰，將使得痛感降低。夫妻兩人雙手交握，一起準備迎接孩子娩出前的難關。



原來，答案是「樂得兒」。

## 什麼是樂得兒？

從入院待產(Labor)、生產(Delivery)、到產後恢復期(Recovery)，若能在同一個空間、同一張床上完成，這種讓準媽媽儘可能舒服、輕鬆又兼顧安全的生產環境，就是所謂的樂得兒產房(Labor-Delivery-Recovery Room)，台大醫院黃俊曉醫師為其取了一個非常貼切又充滿祝福的音譯名稱。

樂得兒生產模式的產生，源自於醫護人員希望提供給產婦和家屬一個最接近「家」的人性化生產環境，「樂得兒」代表著人性化生產的意義，除了待產生產合一之外，還包括：以產婦的感受為第一優先、準爸媽的產前教育、母嬰同室、家人陪產、降低不必要的醫療介入等。

但是探詢了多位媽媽們對於樂得兒產房的認識，大家對於這個名詞都顯得陌生而好奇，雖然有些媽媽早已經生過兩胎、或是才剛生過小孩。為什麼這麼好的生產環境，在美國已行之有年備受歡迎，在台灣卻未被接受、乏人問津呢？

慈濟醫院台北分院婦產科楊濬光醫師解釋這個現象，「現今台灣不少醫院的

怖。」

「生得那麼辛苦，我們家先生竟然說，看著我進產房，接著就抱出一個小寶寶說是他的女兒，好不真實，一點參與感都沒有。」

正在翻閱新生兒護理手冊的文美，抬起頭，對著眼前幾位媽媽的遭遇，露出不解與微笑，「我沒有換產台，也聽不到別的媽媽的尖叫聲，而且，我先生進來陪我聊天、幫我加油、按摩，一路陪著我到寶寶生下來，他一直都在。」

話一說完，換來交誼廳中的所有媽媽的不解與疑問，她們盯著文美問：「怎麼可能？」「哪有可能這麼順利？」「太幸福了吧！」

樂得兒產房，使用率不夠好，有些甚至已經挪為它用。這樣的結果當然令人訝異，一個原因可能是婦產科醫師認為在樂得兒產房生產比較不安全，沒有辦法應付緊急的生產併發症；此外，醫護人員對於樂得兒床等等的設備操作不夠熟悉，可能也是一個原因。再者，醫院對於護理人力的緊縮，使得空有人性化設備，卻欠缺人性化的照護，也讓使用過的產婦沒有特別不同的印象。」

### 傳統模式換八次床，樂得兒一床搞定

「要生產了，趕快推進去產房。」

「哈氣哈氣，不要用力，不要用力，不然寶寶會生在推床上。」當產婦在傳統的待產室中歷經幾個小時越來越強烈的產痛，直到快要臨盆的時刻，醫護人員就急急忙忙的推來一張床，一面拉開簾子，移動點滴，一面把正在陣痛的產婦從待產床或推或拉、七手八腳的挪到推床，再火速通過醫院的長廊，進入生產室；在生產室中，再將產婦從推床上移到生產檯上，讓產婦開始用力。上面這一段過程，歷時雖然不超過五分鐘，不過險象環生的場景卻是時有所見。

而當產婦辛辛苦苦的把寶寶生下來後，全身已經累癱，真需要好好的休息了，然而媽媽必須從生產檯上再度移到推床，經推床送到恢復室，在恢復室中的病床上休息一兩個鐘頭，再轉送回產後病房。使用傳統的生產方式，算一算，您相信嗎，從檢查室，到待產室、

生產室、恢復室，最後到產後病房，一共要換五個房間，換八次床！當然，過去這種頻頻換床的狀況，在母嬰親善醫院中已大有改善。

在花蓮及嘉義大林的慈濟醫院都已通過母嬰親善評鑑，媽媽們進入醫院後，待產生產，一床搞定。這種神奇的產床即是樂得兒房中的百萬產床，完全符合人體工學的設計，待產婦能自在的操控著身體或躺或坐，即便遇到緊急生產，只要經由醫護人員輕易的把腳下墊子移開，並將配置於床邊的手把、置腳墊升起，孕婦便能藉由醫護人員的導引抬起腳、出力，自然的將嬰兒生出來。生完後，手把、置腳墊歸回原位，原床即可休息，媽媽寶寶安若泰山，不再手忙腳亂！

### 兼顧家庭的溫馨與醫療的安全

「醫學進步至今，除了照顧好母親與胎兒的健康之外，我們開始注意到，要



新生兒醫師是產科醫療團隊不可或缺的一員，寶寶一生出來後，會立即檢查其身體健康狀況。

如何為母親以及整個家庭打造一個溫馨的環境，」楊濬光醫師談起樂得兒產房的源起，「在家生產(home birth)是十多年前開始在歐美地區被推行的一個方式，畢竟幾千年以來，大家都是在家中生產的。不過，生產過程的不確定性如難產、胎兒窘迫、產後大出血……等等併發症，往往無法預測，而且來得又快又急，所以在家生產是否安全無慮，一直以來受到大家的質疑。於是，兼顧產婦生產過程的人性化與安全性，『樂得兒』應運而生。」

文美說出自慈濟醫院台北分院樂得兒產房生產的感覺，「那一天，破水之後我就趕快到醫院。當護士帶我進入樂得兒產房時，原來很緊張的心情在看到那個房間之後，我的心情都亮了。因為那個房間溫馨極了，好像回到家的感覺；而且我那個房間還看得到窗外的花園及明亮的陽光！」

慈濟醫院台北分院產科李裕祥主任表示：「讓每一位媽媽在快樂的氣氛下迎

接新生命，讓產後的復原更順暢、親子關係更完滿，是每一位關懷新生命、尊重婦女生產隱私權的醫生與醫院，最努力的目標。」樂得兒生產模式便是此目標的具體實現。

文美接著說道：「先生陪著我在樂得兒房裡聊天、等待，我還吃了點兒東西，當陣痛來時，他就陪在我旁邊，一直幫我加油、喊口令，幫我控制呼吸。」

「對了，寶寶一出生，護士還在幫寶寶清洗時，我先生就在一旁猛拍照，可說是全程參與。」

李裕祥主任認為，樂得兒

產房中，最值得提出的便是鼓勵家屬參與生產過程。慈濟醫院台北分院樂得兒產房的規劃非常寬敞的空間，只要產婦願意，親密的家屬都可以全程陪伴，也許是有過生產經驗的媽媽或是婆婆，可以在一旁給予最大的經驗指導或鼓勵；而曾經一起學過「拉梅茲呼吸法」的先生，也可以在一旁幫忙產婦喊口訣，讓產婦的呼吸更順暢，減輕陣痛的難受，

## 樂得兒產台

適合東方人體型的全自動電動待產床，只要一個按鈕，再把床墊取下，就成了一張適合產婦使力、方便醫生接生的產台。



這樣的安排，讓產婦比較有安全感。

「在這個房間中，大到地板裝潢，小到夜燈擺飾，儘量強調柔和溫馨。更重要的是，所有的醫療設備，從手術燈到點滴架，都採取隱藏式或是鑲嵌式，在安全無虞的前提下，讓產婦忘卻身處冷冰冰的醫療環境，而能夠心情更舒緩的待產。」全程參與樂得兒產房規劃設計的楊濬光醫師驕傲地談及慈濟醫院台北分院的用心。

「爲了慈濟的樂得兒產房，大家真可以說是費盡苦心，全心投入，不但彙集台灣地區多家醫院的施行情況，更多次的派員出國考察，學習國外的經驗。」

而慈濟醫院台北分院樂得兒產房的安

全性措施，務求做到滴水不漏；有最進步、完整的新生兒處理與急救設備，而且緊急剖腹產房就設置在五步之遙處，以應付突發的狀況；而在人力的配合上，婦產部祝春紅主任及產科李裕祥主任更帶著大家集思廣益，制定標準作業流程，且要所有醫護同仁都能熟稔每一個步驟，完全發揮樂得兒人性化生產的功能。

### 只作對媽媽和寶寶都好的事

而位於花蓮、大林、及台北的慈濟醫院產科，不管在樂得兒產房或一般產房中，都徹底遵行世界衛生組織的母嬰親善規則，擺脫過去高介入性醫療的習

在孕媽咪講座裡，婦產部祝春紅主任親自將產科團隊的每一位成員介紹給準爸媽、和媽媽懷裡的寶寶認識，從懷孕期就建立起熟悉的感覺、像家的溫暖。



性，譬如：剃陰毛、灌腸、剪會陰、打點滴、待產時不能進食、胎心音監視器一直掛在身上不能隨意走動等等，醫護人員若覺需有醫療動作之前，也會與產婦妥善

溝通、徵詢意願後才執行。於此特別建議準媽媽及準爸爸，愈積極準備參與生產，選擇自己要什麼、不要什麼，越能給自己家人及新成員最人性化的對待。萬一風險發生時，才會更能接受醫療介入的必須性。

此外，積極鼓勵媽媽們哺餵母乳、母

## 樂得兒產房的特點

- 個人專用一室，獨立空間，完全不受干擾
- 先生與親友可以進入產房，全程參與
- 不需要換房間
- 不需要換床
- 先生可以捕捉到親愛的寶貝來到世上的第一刻

嬰同室，儘可能以最自然的方式對待母親及新生兒。寶寶出生之後，護士會先幫寶寶清理乾淨，再把寶寶抱到床前，讓爸爸、媽媽仔細端詳，護士還會協助寶寶找到媽媽的奶頭，讓寶寶吸吮媽媽的奶，雖然這時媽媽的奶還沒有分泌乳汁，卻是穩定心情，培養親子感情最好

台北分院從啓業開始，婦產科便以母嬰親善醫院的標準嚴格執行，自我要求。產後立即讓寶寶與媽媽肌膚接觸，安心的躺在媽媽懷裡，或練習吸吮母乳。



的時機。

產後媽媽仍會留在樂得兒產房中觀察兩個小時，然後護士就會送媽媽到一般病房好好休息。

## 自然產的媽媽才能樂得兒

當然，準媽媽們在生產前，總會經歷在自然產與剖腹產之間抉擇的猶豫期。相較於國際間剖腹產率百分之十到十五的標準，台灣高達百分之三十三的剖腹產率讓世界衛生組織及衛生署不斷鼓勵台灣產婦在安全的考量下，儘可能採行自然產，對媽媽寶寶都好。

而樂得兒產房可是自然產媽咪的最佳選擇。能夠到樂得兒產房待產，代表著醫師檢查通過，媽媽與寶寶的健康狀況都很良好。

## 醫生護士全陪伴，一起迎接新生兒

過去醫療化的生產照護模式，護理人員或許只需關心機器數字正常與否，

萬一孕婦喊痛，就過來幫她加點藥，然後走開去忙別的事，讓孕婦痛得想找護士又不好意思，異常煎熬。而樂得兒產房則有護士個別照護。醫師的部分，楊醫師表示，當產婦進入樂得兒產房後，在等待的過程中，醫師會評估產婦的情況，大約每半小時到一小時，便會去看看產婦子宮頸展開的程度；等到媽媽開始用力時，醫師就會進去樂得兒產房準備接生，一直到小寶寶順利出生，醫師才會離開樂得兒產房，所以產婦使用樂得兒產房只要把自己的心情和呼吸調整好，和爸爸、家人全心等待迎接小寶寶就好，其他的事都可放心交給醫生和護士。

未來，李裕祥主任最希望著力之處，希望能遴選有自然生產經驗的志工媽媽，經過專業的課程訓練後，能全程參與、陪伴即將臨盆的準媽媽，一方面可以讓產婦更受尊重、更有安全感，另一方面也可以分擔醫護人員的工作壓力與人力。

樂得兒產房是疼惜生命的醫院、醫生與護士，期望獻給產婦最好的生產環境，基於每位產婦各自的考量，可以自由選用，在此祝福每一位產婦，無論是否使用樂得兒產房，都能用最歡喜的心面對產程，以愛和尊重迎接新生命。

看到寶寶平安生出來後，每個媽媽都說：承受的那些苦痛都值得。





# 我真的要生了！

## 第三孕期及產前準備

文／魏淑貞

採訪諮詢／慈濟醫院台北分院婦產科方月吟護理長

「好痛啊，我不要生了啦！」產房裡傳來高分貝的叫聲，準媽媽緊緊抓住一旁陪伴的先生，清楚的十指抓痕，看得出媽媽的疼痛指數有多高。產婦曾太太是如此形容的：「寶寶即將出來的那一刻，一個劇烈的疼痛，從腰椎延伸開來，整個人好像快要崩裂開來一般。」雖然如此，孕婦對於「生產」還是充滿期待的。



### 第三孕期的產前檢查

當懷孕達三十六週後即進入所謂的第三產期，肚子裡小寶寶的各種機能發育已經完成，從超音波裡可以清楚的看見寶寶的樣子；而且準媽媽時有肚子不規則發硬的情形，頻尿的狀況也益形顯著。此一孕期，隨時都要有迎接新生命降臨的準備。

岡生完的曾太太說道：「雖然是第二

胎了，但生產日子一天天的接近，等待的心情也還是跟著七上八下，雖然醫師都說胎兒一切都正常，仍然擔心寶寶是不是四肢健全？五官正不正常……」

方月吟護理長表示：「飲食的選擇、產前的衛教及待產時要準備些什麼？如何克服產前的焦慮？什麼樣的情況下該到醫院待產？準爸爸又該如何一起迎接新生命的來臨？都是第三孕期裡準爸爸與準媽媽要特別留意的事。」

而為了讓孕婦能夠順利生產，每週例行的檢查如尿糖、尿蛋白、超音波、胎

心音、胎動、胎位、胎盤功能等，都是婦產科醫師所關心的事。同時，醫師亦會以檢查的結果與孕婦討論如何選擇最適合的生產方式，像是自然產（一般的待產模式或是樂得兒生產模式）、剖腹產，是否無痛分娩等等。

### 準媽媽聰明吃，寶寶長壯媽媽不胖

懷孕，是女人一生中最能「放心的吃」的時段，孕媽咪除了供給寶寶足夠的營養外，還能享受家人倍加呵護的喜悅。而進入第三產期以後，胎兒的位置降至骨盆中，少了頂住胃部的不舒服感，準媽媽容易食慾大增，但是仍須謹記整個孕期體重的增加應控制在十二至十五公斤之內。

此孕期每日二千大卡的熱量即已足夠提供寶寶所需，尤其是患有妊娠糖尿病的孕婦更應特別注意飲食的控制，不要攝取過多的熱量造成胎兒過大導致難產，或是由於體重增加太多而讓腰酸背痛的症状更明顯。

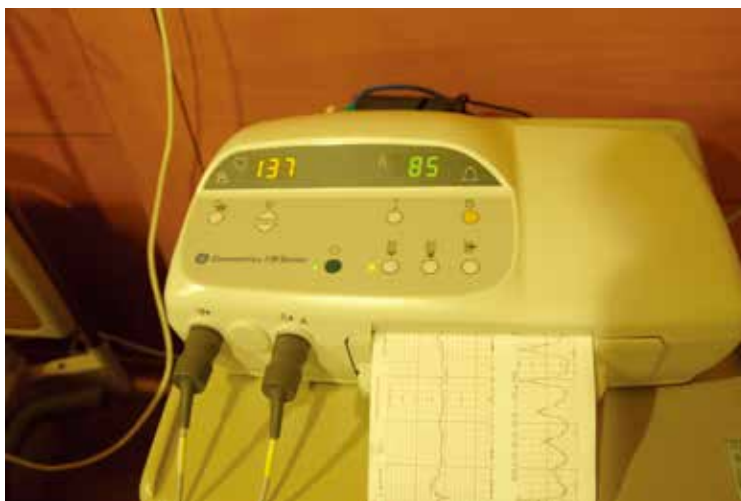
那麼，在此一孕期飲食方面該如何做選擇呢？多吃富含纖維質的蔬果、五穀雜糧及喝足每日約二千毫升的水量、預防便秘；避免食用容易造成子宮收縮的食物如人參、薏仁等補品；飲食宜清淡，少

吃太鹹或口味太重的食物，減少造成下肢水腫的機會；並降低患有妊娠高血壓的孕婦合併蛋白尿、水腫等症狀，而造成子癲前症（即所謂的妊娠毒血症）的風險，保護母親與胎兒的生命安全。

### 夫妻一起運動、學習，生產更順利

另外，適當的運動及保持正常的生活作息方式，也是此一孕期相當重要的事。若是準爸爸可以陪同散散步、爬爬樓梯、協助準媽媽做一些簡易的運動，增加或是參加媽媽講座、學習拉梅茲呼吸法等，既可以增進夫妻情感，放鬆焦慮不安的心情，又可以儲備生產時所需要的體力及耐力。

「預產期」的前後兩週都是寶寶可能出生的時間，也應避免遠行，且身邊最好有家人陪伴或是隨時可以找得到緊急聯絡人，全家人如同進入「備戰」的狀態。



## 提醒您，記得這些產兆訊號

輕鬆感覺	胎頭下降，呼吸更順暢、胃口也變得更好
落紅	通常出現在子宮開始收縮前的24-48小時。
陣痛	規則而持續的子宮收縮，疼痛感也隨產程的進展而增強。有時伴隨著便意。
破水	羊水無法自我控制的自陰道流出

已觀察胎動的次數，當胎動一天少於四次時表示處於潛在危險的情況，應儘早至婦產科做進一步的評估檢查。

另一個很重要的產兆是「破水」，羊水為顏

色近似尿液，稍有腥味的透明液體，素有「胎兒生命之水」之稱，它可以保護胎兒並含有供給寶寶生長的重要物質。當羊水不自主的流出時，孕婦則應即刻到急診室報到，讓醫護人員作適當的處理，避免造成感染。

而「陣痛」則是寶寶即將出生的重要訊號，說的是「子宮規則性的收縮而引起的陣痛」。第三孕期以後，孕婦常常會有悶悶、漲漲的陣痛發生，若是可以藉由姿勢的調整、按摩或走動而獲得舒緩，即是所謂的「假性陣痛」，通常不需要到醫院觀察。但是，當初產婦持續一個小時上，有規則五分鐘陣痛頻率，或是經產婦半小時內有三到五次持續而規則的陣痛，表示開始進入產程，應該趕快到醫院待產。

若是沒有以上的現象，不過有腰酸並伴隨「落紅」的情況發生，而且出血量多於月經來潮時的第一天，色呈鮮紅，也應即刻到醫院做進一步檢查。

### 事前準備好，從容待產

在預產期即將來臨之際，準媽媽及準爸爸滿心期待的「算日子」。除了設定日期的剖腹產外，寶寶何時出生是由他自己所決定的，因此，當產兆出現之際手忙腳亂的情形難免上演，尤其是初產婦更是如此。方月吟護理長表示，「在婦產科門診，護理人員會事先告知孕婦，生產時需要準備哪些東西。」

準備「待產包」，讓準爸爸與準媽媽有了新生命即將來臨的真實感。待產包的內容物可能因個人習慣而異，一般而言包含了：產婦與先生的身份證、健保卡、掛號證、紀錄各項檢查資料的媽媽手冊、產包、孕婦的換洗衣物、寶寶的衣服等。

### 寶寶即將出生的產兆

方月吟護理長提供幾個重點，讓孕婦們知道是否該進產房了。首先，要特別注意「胎動」的減少，平日孕婦就要自

## 隨時關心胎兒動靜

「小寶寶，你聽，這個音樂你喜不喜歡啊？」「爸爸，你摸摸看看，寶寶又在拳打腳踢了喔！」「寶寶，你要乖喔，不要讓媽媽太累了」。

常常和肚子裡的寶寶說說話，保持生活環境的安靜，家人祥和的相處氣氛，這些適當的刺激與愛的語言，寶寶都可以明顯的感受得到。有個媽媽說：「有時候寶寶突然不動了，就會開始緊張，趕快拍拍肚子，跟寶寶打聲招呼，直到他也踢了兩下回應，我才安心。」

而產檢時，超音波的影像伴隨著「砰！砰！砰！」一聲聲強而有力的心跳聲，這是寶寶活靈活現的生命呈現。而胎動，除了是寶寶與爸爸媽媽打招呼的一種方式外，也是他想要出來見見這個世界非常重要的訊息。



慈院台北分院定期舉辦孕媽咪講座，請過來人分享懷孕生產等相關資訊。圖為大愛台新聞主播倪銘鈞分享自身之胎教經驗。

## 新生命降臨，驕傲的一刻

等待的時間裡，對於產房的一切，準媽媽心中有著無限的想像空間。

曾太太回想當初待產時的情景，子宮強力收縮時，疼痛感伴隨分娩監視器的指數往上揚，陣痛幾乎是排山倒海而來，她說：「雖然和先生在家練習過千百回，可是當陣痛真正來臨時，什麼呼吸都忘了，我還被取笑說『你在練功啊』。還好護理人員指導著『用鼻子吸氣，吸二三四，用嘴巴吐氣。』她們的引導，讓我可以正確的使力順利生產。」而一旁陪產的先生緊緊握住的雙手及關懷眼神，則給了曾太太最大的精神支撐。

孕育生命，是一個艱辛的過程，歷經漫長的等待與努力，當「哇！」的響亮哭聲從產房傳來，這是爸爸媽媽最想把

心中的驕傲昭告全世界的一刻。

看著懷裡的小寶貝，緊閉著雙眼，小小嘴巴不時的吸吮著，可愛的小手也隨著揚起的微笑而揮動，懷胎十月期間噁心嘔吐、身心疲倦、背痛、水腫的種種不適，早已為此刻滿溢的幸福所取代。

# 執著，對於生命

李裕祥 慈濟醫院台北分院產科主任

文／謝淑鳳 圖片提供／李裕祥、文發處 攝影／吳建銘

「師姊！妳急著要去那兒？」

在新店醫院門診間走廊，志工陳玲婉向我打招呼，我回答說與李裕祥主任約見訪談，她即露出欣喜的表情說：「我好久沒看到李醫師了，很想見見他，和他聊聊！」

她的兒子是李裕祥接生的，今年已經大一，經過十八年，她依然懷念當時李裕祥對產婦的細心照顧、關懷，讓她平靜度過陌生不安的初產，那份溫馨陪伴著她與嬰兒，也撫平生理的疼痛與心理的惶恐，讓她在初為人母的臨界點上，站穩腳步出發。

與李裕祥主任尚未謀面，心中卻好奇著：「是怎樣的一位醫師？是什麼魅力？能讓病患對他如此的懷念！」

## 佛誕日出生的菩薩心

民國三十九年一月五號（農曆十一月十七日）是佛誕日，也是李裕祥的生日。

生活在一個大家族，兄弟姊妹二十二個，惟獨他是從小被阿嬤指定要當醫生的，他也不負所望，成爲一位醫生，家族中的唯一。



年少輕狂時的李裕祥，十分帥氣，喜好運動。

一份因緣讓他進入人醫會，因爲上人一句：「我在慈濟等你！」兩年後，他真的培訓、受證成爲委員。

去年退休，因爲和病人成爲好朋友，許多病人都很依賴他，所以，原本計畫退休後，只是偶而在原醫院診間服務老病人，不領薪水，做多少事拿多少錢。不抽煙、不喝酒，也從不外食，每二週

去一趟環南市場買菜，生活過得儉樸但卻怡然自得，往後的日子將做做人醫會志工、運動健身，李裕祥心想，這樣的日子也很不錯！

然而，九十三年十二月二十七日（星期一）下午三點一通電話打進李醫師門診間：「李醫師你好！這裡是花蓮慈濟總院。」

他嚇了一跳，心想是否人醫會有出國重要任務需要他協助？

沒想到，是林碧玉副總要和他講話，問他：「李醫師你退休了嗎？」

「是啊！」

「那你是不是上人的弟子？」「是啊！」

「你是不是發願要跟師父走！」「是啊！我有在做人醫會的工作。」

其實當時心虛了一下，除了人醫會他

還有練「小白球」運動健身。

林副總希望他能去慈濟醫院台北分院幫忙，而為了實踐上人的理念，李裕祥做出選擇，「從五月份到任慈院，朋友已經兩個月沒看到我了！」

三天睡不到六小時，媽媽在大愛電視節目上看到他，打電話給他：「你不知道自己有病，你不要命了嗎？」

上人也慈心的對他說：「不要太累了！」

李裕祥說：「都是命！上輩子欠師父的緣！」

## 用心讓病人窩心和寬心

談到產後憂鬱症，李醫師說：「一切惟心造，心理、生理本是一體。」

「產後憂鬱的產生有多方的因素，病人本身、家屬、護士，甚至是醫生都可能是兇手！」

「每位病人的家庭背景不同，事業、環境也不一樣。」

「醫師所扮演的角色是我如何去投入，用病人的立場來想，讓她感受到關懷與尊重！」

「要讓產婦感受到愛！」

李裕祥參加人醫會義診。





雖然已「閱人」無數，每一次面對準媽媽，李裕祥還是心腦並用，用心讓產婦放心。

在病人心中，他有如磐石般讓她們依靠，安定了她們的情緒與不安。無論何時何地，只要病人需要他，他常常公而忘私，一定以病人為第一優先。

「如何與病人建立良好的互動關係，就要看你有沒有用心！」

「慈濟本身就是一個愛的道場，你會發覺到上人理念所創造愛的力量有多大！」就是基於對病人的愛，他才會如此執著於服務病人，用心去了解每位病人！

李裕祥的腦袋好像一個個抽屜，裝了許多檔案，對於接生過的病人，他都能如數家珍的記住每個細節。病人的生產日、家庭背景，李裕祥都瞭若指掌，所以每當病人打電話來，他馬上就能說出：「你是XXX，你X月X日要生了哦！」

病人總是吃驚又感動的問：「咦！李主任，你怎麼知道的！」

面對病人的感動，李裕祥了解：「醫師的用心，會讓病人窩心，就會寬心，心一寬，病人心中就無罣礙了！」

松山機場大廳，李裕祥手提著行李，正準備搭機南下，突然手機響起，傳來護理人員捎來消息：「李醫師您的病人破水了！」他不假思索的提起行李，攔了計程車直奔醫院守護需要他的病人。

李裕祥說：「她們的產檢都是我經手的，我最了解病人的情況，在她們最需要我的關鍵時刻，我絕不能缺席！」

## 路要自己走過才知道

「路要自己走過，才會知道！」

十五年前八月罹患咽喉癌，提起從前，好像翻起往日的日曆，李裕祥掉入回憶中，娓娓道來：「虛浮恍盪的歲月，總是要付出代價！」

「我曾經年少輕狂、留著一頭披肩長髮！」

「我曾經喝酒一瓶不會醉！」

「我曾經每天抽兩包菸！」

如今，菸也不抽了！酒也不喝了！

李裕祥主任告訴我們，他的爸爸今年八十四歲了，也還在抽菸！他的身體很健朗，每個關節都換過了，卻還在騎腳踏車！而且記憶力超好，每年自己生日都記得！

「算命說他可以活到九十三歲！」曾祖父母也都是長壽一族，所以覺得自己這麼倒楣，才三十九歲就得了癌症。

接受電療後無法自身產生唾液，因此口腔的乾燥感片刻不離地挨著他，必須時時補充茶水，李裕祥喝了口水，繼續

說道：「追根究底，可能是因緣！六十九年我為罹患子宮頸癌的婦女作雷射電療。」「整整半年的時間，沒有任何防護罩保護，可能是因為如此才產生癌病變。」

## 重病中仍執著於崗位

七十九年九月李裕祥始接受癌症電療，在工作崗位上，那個月他從未請假過一天。

每天(週一至週五)一次的電療，時間排定，每次僅需一分半鐘，他下午兩點至台大醫院報到，療程加車程來回半小時，馬上又回到醫院上班。

接生超過一萬多個孩子，李裕祥也是桃李滿天下。照片中這些孩子為一家五姊妹的小孩，全部都是李裕祥接生的。





翻開記事簿，那個月份他接生開刀的次數多達八十九次，當時，即使打著點滴，如果正逢他的病人要生產了，針管一拔、接頭鎖著，貼上膠布，就走進產房接生開刀。

「是敬業的角度讓你這樣做的嗎？」

「就是執著，認為這就是要做的事！反正做就對了！」

### 慈悲心腸，接引新生命與愛

白袍下隱藏著一顆慈悲的心，在他自行開業的三年間，遇到家境不好的病人，他不忍收取費用，所以診所雖然生意好卻不賺錢！

七十三年十一月天，空氣中已凝滿初冬的微寒，路上行人已穿上厚衣，一位穿著薄夏舊孕婦裝的婦人，走進李裕祥開業的診所，腳上穿著一雙十元綠色塑膠拖鞋，磨平的鞋底與粗裂的腳皮，無言地說出她的故事。看診完畢，身上的錢不足支付診費。

李裕祥問她：「你有沒有勞保？」

婦人回答：「沒有！」

再問：「先生做什麼行業？」

婦人又回答：「沒有！」

原來先生租借朋友的計程車，與朋友輪流開，因此無固定收入，育有一子，在深坑租屋居住，李裕祥回想著那位孕



罹患癌症十五年來，李裕祥一日比一日精進，不論是在醫學專業或生活上。

婦在初冬哆嗦的身影，他說：「你看她生活的苦不苦啊！」「我怎麼忍心收她的錢呢？」

他不但沒收診療費，李裕祥太太從後面抱了一堆奶瓶、浴巾讓她帶回去。到了足月來生產時，李裕祥到各個病房，收集其他產婦用剩的乾淨棉布、消毒棉花、醫療用品等，減輕此婦人的醫藥負擔。隔了兩年，這位婦人又到李裕祥的診所，她又懷孕了，這回腳上穿鞋子了，身上合宜的孕婦裝煥發出她的愉悅與安定。

李裕祥笑著說：「恭喜！妳又來了！」

先生跟在後頭，雙手提了兩瓶蜂蜜要謝謝醫師。靦腆的向李裕祥報告著：「我現在買了一輛二手計程車。」

「也終於有一間付貸款的房子，安定家人生活了！」

看到這一幕，李裕祥心中湧出山泉般的甘美，這一刻的珍貴勝過賺到的金錢，能親眼看到他們生活的改善、與幸福相約，這份嵌印在

心裡的溫暖、感動，他說：「我忍不住要與大家共同分享！」

現在，這位婦人也來新店醫院，找李裕祥作抹片檢查。

他不僅將初到人世的娃兒交給父母，也將信心、希望、愛帶給此家庭。

李裕祥對待病人，以尊重生命為前提，不僅關心產婦本身，也設身處地為家屬設想，執著在工作的專業醫術，不

僅讓病人安心的將腹中的寶貝託付給他，也因為對病人無保留的付出，陪伴著一位位準媽媽們一起走過喜悅又煎熬的九個月，對待她們如同是自己的親人，好像是一家人，因此才會與病人、家屬之間成為永遠的朋友。

行醫幾十年，接生嬰兒數量多到無法統計，曾經接生過年紀最大的產婦四十五歲，也有在六十八年接生的嬰兒，現在自己做了媽媽，也找李醫師接生。

接生過年紀最輕七十五年次的產婦，在看診時，這位年輕媽媽頑皮的問李醫師：「考考你！糖果是公的還是母的？」

李裕祥傻眼了：「啊！沒聽過糖果還有分公的還是母的！」

年輕媽媽促狹狡黠的宣布著：「笨啊！當然是母的，因為它會「生」螞蟻嘛！」

雖然年齡隔了一代，但是醫病關係之間依舊溫馨、和諧，讓病人能做開心胸與他談天、說笑。

站在人生的舞台上，不論是醫師或是病人的角色，他都親身體驗過，李裕祥說真正的人性化，應該是以人為本，而在醫院裡，就是以病人為本。如果問他為什麼你的病人都對你懷念特別多？也都成為一輩子的好朋友，他的回答就是「執著」。

執著於一個信念「視病如親」，也是上人期許每位醫師的信念。



就是捨不得

— 母乳是最天然的營養食品 —



行政院衛生署國民健康局 關心您

5th Anniversary



# 舞

## 生命風采

文·圖 / 吳幸娟、賴豔慧、曾善慧、何姿儀



## 大林慈院五週年院慶紀實

佇立於一片甘蔗田裡，守護著雲嘉鄉親的健康，大林慈濟醫院已經五歲了。

五年來，大林裡裡外外、分分秒秒，都上演著美善的故事，這些美善故事，都來自於醫療團隊、志工作伴；每一個默默在崗位上盡心盡力的同仁、用真誠純樸之心與人交會的草根人物，團隊的合與和，為大林慈院

凝聚起一股安穩卻撼動人心的力量。

此篇特別企劃以摘錄方式呈現大林慈院五週年院慶的一系列熱鬧活動，從手語比賽、路跑、運動會，到引人入勝的晚會表演，無法躬逢其盛的人，亦不難感染慈濟人及大林人的欣喜。

五歲的醫院有多麼青春活力，看同仁們在舞台上表演手語，台下熱力呼喊加油的音量，就知道啦！

### 手語比賽拉開序幕，院慶暖身

七月二十七日晚上，大林慈院五樓大講堂座無虛席，正進行著五週年慶活動系列之一的手語比賽，全院同仁組成十二支隊伍參加比賽，場面熱烈。

瞧，隊名有「七手八腳隊」、「聞雞起舞隊」、有「十緣隊」（主持人誤唸為

十緣隊，引起哄堂大笑），有「牙工紅不讓隊」……哇！熱鬧滾滾，動員精神超強，真是舉院歡騰哪！

看每個隊伍都使出渾身解數，而談到成員的組合，就不得不提斗六門診部加人文室組成的「人文斗六隊」，他們爲了爭取佳績，可說是千辛萬苦，兩地奔波，上台的成員橫跨行政、護理、醫技、人文室同仁與斗六的社區志工，最特別的是，他們居中呈現平常活動的影片，增加「大愛讓世界亮起來」手語的



不斷變換的隊形，是同仁克服萬難，構思勤練而來的。

可看性，所以贏得亞軍的好成績。

當然最佳的組合，莫過於申斯靜主任所帶領的總務室，取名「聞雞起舞隊」，他們隊員人數最多，共二十七人，服裝整齊、動作熟練、個個笑容燦爛，看得出要訓練這樣的隊伍，沒有「聞雞起舞」的精神，還真是達不到這樣的水平，奪得冠軍實至名歸，給他們最熱烈的掌聲。

再告訴大家喔！當他們聽到自己獲得冠軍，全員飛奔上台領獎的陣容，真是驚動全場，連營養師黃玉華（成員之一），顧不得她預產期將近的大肚子，竟一躍而起的大動作，真是嚇壞全場同仁，高興的心情可想而知。

賴寧生副院長分享到，看到大家這麼快樂學習手語，自己也感到很快樂，這是人文很重要的一環，眼看院慶的到來，值得大家期待，絕對是精彩萬分啦！

## 路跑慶生，健身又幸福

大林慈院五週年院慶路跑暨運動會在八月七日這一天即將熱烈展開。為了迎接這一天的到來，各單位同仁與師兄師姊從三個多月前就展開籌備工作，不但要讓活動內容豐富精彩，也要讓各個年齡層的參加者都能賓主盡歡。

而今天的第一個重頭戲，就從大林慈院歷來的傳統——院慶路跑展開。

路跑之前，要先暖身，所以就由復健科蔡明倫治療師帶領參賽者做柔暖操，

動作簡單，所以也使在場每個人都跟著動起來，在這裡看到每位都很用心的來參與，路跑過程中最重要的是要將自己照顧好，並且隨時也能去關懷別人，不以競賽為目的，而是以健身為主。

接著林俊龍院長在大家唱著「生日快樂」歌聲下，切下五歲生日蛋糕，現場響起一陣歡呼聲，而院長也以感恩心來歡迎各位參與路跑活動，雖然一大早下起雨，就像菩薩灑淨，洗滌大地的塵埃，如果中途又下雨，就當作甘霖降臨，洗滌我們每個人的身心，只要參與的每個人就是優勝者。



在所有參加者的生日快樂歌聲中，院長切下五歲生日蛋糕。

## 鳴槍起跑，信心毅力勇氣伴我行

五點三十分，院長鳴槍，每個人跑出第一步，就是跑出信心、毅力及勇氣。

晨跑的路線以醫院為起點，向周邊環繞延伸，直到醫院前的運動公園為終點，總長約六點二公里。起跑不久，原本還降著細雨的天空開朗了起來，晨曦穿透雲層，帶給每一位運動員一身的清爽與滿懷的希望。

跑在前頭有幾位年輕面孔，仔細一看是嘉義慈少班的小菩薩，今天約有十多位慈少班的小菩薩參與晨跑。年輕人願意起個大早來參與有意義的大林院慶晨跑，讓人欣慰的看到人間無限的希望。

游副院長與幾位大醫王的腳程普遍都不錯，跑在隊伍的前頭，而平時就有慢跑習慣的院長，一路跑來步履穩健。這群守護健康守護愛，對於自己的身體保健也毫不疏忽的大醫王，真是令人敬佩萬分。平日繁忙的院務，已佔據大部份的時間，仍願意起個大早，參與路跑的心，院內同仁的艱毅、慈悲，令人佩服。

在晨跑的隊伍，不難看到一組又一組的家庭成員總動員，爸爸媽媽及小孩，互相扶持、互相鼓勵，全家跑完全程的畫面，看到溼透的背部，既溫馨又動人。





## 愛的加油站，鼓舞士氣

全長六公里多，跑來有些寂寞，正當孤寂疲倦時，聽到了豆子在保特瓶裡滾動的聲音，並聽到「一二三三二一二三四五六七加油！加油！」熱烈的加油打氣聲，由全院各科室同仁與嘉義互愛三師兄師姊共同組成的加油站，總是適時地溫暖運動員的心，鼓舞運動員賣力前進的動力。

雖然一直都在距離醫院不遠處，但運動員一路上有時背對著醫院，有時醫院被眼前的樹叢遮擋著，只能很專注地調整自己的步履和呼吸。當穿過漫長迂迴的小路，轉個彎突然發現醫院就在不遠處時，對已經頗感疲憊的同仁簡直是莫大的精神寄託。

## 參與就是勝利，通通抵達終點

路跑的終點站，就設在大林鎮運動公園的跑道上。從踏上橢圓形跑道那一刻開始，所有的選手幾乎是卯足全力，一鼓作氣向前衝。

志工男子組第一名竟是總務處庶務組實習生林俊男，他是慈大四年級學生，父母親都是新港的委員，這是他第二次參加路跑，平時都有運動的習慣，能跑出第一名，對自己來說也是很驚訝的一件事，可是從中也得到法喜充滿，因為得到那麼人的祝福，所以更要用心來學習。

不過，最值得鼓勵的，還是院內的同仁們，大家平常工作都很忙碌，運動時間很少，趁週年慶舉辦活動，歡喜參

加，值得加油。

值得讚嘆的是臨床病理科的楊淑雅，已經連續三年獲得院內女子組冠軍，她說，運動最好的禮物，是不用減肥，的確，看她苗條的身材，一路上步履輕盈，便可印證。

此次大會還頒發了一個特別的獎項：「幸福獎」，得獎者護理部呂欣茹主任，是全家大小共同參與，欣茹主任對院內活動的積極參與，是對所有同仁的最佳身教。

晨跑大約在七點半圓滿完成，每個參與的運動員憑著信心、毅力及勇氣完成重要的路跑活動。

看到老老少少都能有毅力的回到終點，每個人都揮汗如雨，但也滿臉通紅，笑容燦爛，在這個橢圓形的運動場上，沒有誰贏誰輸，大家用最快樂的心，參與大林慈院五週年院慶，都應該給予最熱烈的掌聲。

## 熱力展現的運動會

清晨的路跑告一段落，運動員們享用了雲林香積組準備的豐盛早餐後，緊接著院慶運動會就要正式開始了。

早晨七點多，由大林慈院醫師、護理、醫技、行政、雲嘉南區師兄師姊及大林鎮衛生所與社區團體所組成的運動員們，集合在橢圓形的跑道上整隊準備進場。這時大會司儀靜淇師姊忽然一聲驚嘆，順著靜淇師姊的指引，大家齊抬頭仰望天際。



在醫師的舞龍下，運動會正式展開。

啊！原來是雨過天晴，天空在這時繪出了一道七彩的虹，彷彿也在祝賀著大林慈院五週年，讓每個人心裡受到莫大的感動，為今天的運動會揭開美麗的序幕。

今天的運動會，由內科系及外科系分別組成的舞龍隊伍揭開序幕，在這兩條龍的前導之下，全體運動員陸續踏進運動場。慈濟隊伍浩蕩長，運動員也在「拉車向前行」音樂中進場，每支隊伍都是那麼有精神，並且都是那麼有秩序地進場，每個人都是那麼認真扮演自己的角色，讓會場呈現莊嚴的一面。

## 大愛幼兒展現大將之風

所有進場的運動員當中，有一組隊伍最是引人注目。二十一位大林大愛幼兒園的小菩薩，穿著整齊，純真有禮，在園長廖淑茶師姊的帶領下，昂首闊步走進運動

場，其中還不乏包著尿布的小娃娃。

五年來，同仁們全心全意投注於醫院的工作上，孩子們就在幼兒園教師的愛心教育下，變得乖巧懂事。

「大樹種子、用心培育、愛心幼苗、今朝發芽。祝福慈濟大林醫院五周年生日快樂！」

在小菩薩祝福聲中，揭開了運動項目的序幕。小菩薩站上司令台，以一首「幸福美滿呼啦啦」的健康操，帶領全體運動員活動起來，小手小腳靈活的動作模樣煞是可愛，看著台上台下滿場舞動，不禁教





佛教旗與慈濟旗緩緩進場，現場氣氛莊嚴祥和，令人不禁熱淚盈眶。

人感動。這個活動是經過一個星期的練習，由吳幸娟師姊負責訓練，每天利用午睡起來的一個小時的時間不間斷的練習，才能有如此的成果，其展現的的生命力讓人看見幼苗在發芽。

## 合心協力一家親

運動會首先登場的比賽項目，是醫師隊與一家人隊（醫療志工組成）的拔河友誼賽。在裁判長說明比賽規則後，兩對人馬展開一場熱烈的拔河。

友誼賽嘛，兩隊組成比例大不同，有



男有女，有老有少，醫師隊不久就把一家人隊往前拖動。醫療團隊志工作伴，不論比賽輸贏，每一個選手在比賽結束後，都與對方選手一一拍掌互相打氣，裁判長不禁直呼：「院長，你真的成功了吶！」大林慈院全體同仁與師兄師姊的合心、和氣、互愛、協力，無論在職場或是運動場，皆展露無疑。

場上有激烈的拔河，當然也有適合親子的趣味競賽。「讓愛傳出去」是由每一組十個隊員手拉著手，把呼拉圈從第一人傳到最後一人。爲了以最快的速度完成任務，大家心手相連，一會兒是扭動身體擺動雙手，一會兒得縮小自己，讓呼拉圈通過身體。場上的運動員是渾身帶勁，場邊的啦啦隊可是又叫又跳，比選手們還要緊張。

而「法輪常轉」，則是許多人小時候

的記憶——滾鐵圈。每一組二十個人，要把鐵圈滾到對面的組員手上，再由另一組員滾回來。

槍聲鳴起，技藝高超的選手是一馬當先衝出，鐵圈直直滾到對面交棒；有人則是一路上像是用鞭子趕鐵圈似的，鐵圈就算快要滾出跑道，也會在危機邊緣被趕回來；有些不曾滾鐵圈的人，一路上走走停停，鐵圈東倒西歪，但見大家是小心翼翼維護著鐵圈，一不小心還有運動員連人帶圈撲倒在地，場邊加油聲此起彼落，趣味橫生。

院內雖然分成醫師、護理、醫技與行政四隊，但無論哪一隊上場參加競賽，

其他組的隊員依然不分你我，圍在旁邊熱烈地加油打氣。

## 童玩區，親子同樂

今年的院慶運動會，爲了鼓勵同仁闔家參與，讓各年齡層的人都能玩得盡興，特別設置了一個童玩區，邀請彰化鹿港傳薪民俗工藝社的梁國棟師兄來承擔。

梁師兄說，「玩」就是與「物」的互動，在操作中啓發智慧的能量。而「遊」是與「境」的互動，即到一特定環境中體驗，感受來刺激心理、生理的成長。在「戲」的互動，就是同儕間的社會學習。所以，鼓勵家長多帶動或者



趣味競賽考驗選手的智慧，大家心手相連，一起完成同一件任務。

在大林大愛大家庭落地生根，五年來同仁在大林孕育一百三十三個小寶寶。



多與小孩一起互動、成長。

院內不少醫師在此難得的五週年慶運動會假期，帶著家中大小來同樂，新陳代謝科連偉成醫師偕太太與分別就讀於大班及小班的兩位小菩薩前來體驗，看爸爸認真的教孩子如何解開遊戲密碼，親子之間的互動，就這樣構成一幅很溫馨的畫面。

還有簡瑞騰醫師也和太太翁瑩惠帶孩子來玩，看翁師姊專注的看志工師姊操作童玩的過程，孩子也耐心的學習，真的一起感染了他們的快樂。

看師姊熟練的教導孩子們，就知道事前的學習下了不少功夫，使得這個童玩區更加有趣，更有價值喔！

歡樂時光總是過得特別快，但是圓滿結束正代表下次活動的開始，所以要互相

珍惜相聚的時光，結束前大家也感恩由許老師所帶領的裁判團隊，讓活動都能在公開、公平下進行，也因裁判團隊付出，才能讓每支隊伍留下最美的回憶。

## 院慶晚會，人文之夜

接著在八月十二日晚上舉辦「舞生命風采」五週年慶人文之夜。早上十點開始，同仁就陸續加入工作行列，展開會場的佈置工作。在這次的晚會籌備，醫事室則承擔會場座位佈置、動線引導、節目進行中的道具搬運、以及會後的場地復原，一肩扛起大多數的雜務。

醫事室同仁陳健榮平時在院內廣結善緣，順利號召了各單位同仁，共同協力圓滿此事，將近六十位各行政單位與醫技同仁，二話不說加入工作團隊，這是家裡難得的盛事，眾人齊力一心，要把幕後工作打點好，期待舞台上美好的呈現，盼晚會順利進行，賓主盡歡。

在上人與多位志業體主管的親臨祝福下，晚會正式展開。一開場，就讓人充滿驚奇——五顆大壽桃裡，蹦出五位醫師和小孩。同仁的付出，為醫院創造無限的生命力，像家一樣的歸屬感，讓所有同仁選擇在大林落地生根，願意與這個大家庭共同成長茁壯。五年來不僅同仁從原本的三百多人，成長到一千三百多人，一百三十三位同仁的小寶寶，更陸陸續續在這個大家庭誕生，每個同仁有共同的林爸爸、林媽媽，每個孩子都有共同的林爺爺、林奶



醫療團隊志工作伴，志工歡喜的笑容，解開同仁與病患的憂愁。

奶，讓這個家庭充滿和樂的氣息。

短短兩個小時的晚會，能呈現的故事雖然有限，但延伸出大家共同的回憶，像紀錄片般，在所有經歷過的同仁、志工、病患的腦海裡不斷的重複放映著。

巴掌寶寶譚皓謙、菲律賓的傑博、懷孕中發現罹患淋巴癌的勇敢媽媽洪琪琇，以及剛完成活體腎臟移植手術的母子，在醫療團隊的陪伴下陸續上台，病患的感恩對應著醫師臉上欣慰的笑容，訴說著病患的安康，是每個醫護人員最大的期待與安慰。其中捐腎手術剛出院的方媽媽，即使自己依然還沒完全恢復，在台上依舊不捨的撫摸孩子的肚子，讓台下不少觀眾跟著潸然淚下。

從手語比賽、運動會到今天的晚會，對輪三班的護理同仁來說，要聚在一起練習至為不易，但參加的護理同仁卻抱著感恩的心情說，這些活動，讓他們有機會體驗更多的慈濟人文，因為相聚上的困難，反而讓大家更加珍惜。

當「藥師經序曲」音樂響起，六位穿著黑衣的醫師步入道舞台中央，頓時將

現場氣氛由原本的溫馨祥和帶到熱烈高潮。隨著歌詞的意境，時而全身充滿詮釋戰爭、嗔恨的力道，時而展現與無明拉扯的那種糾纏，神情投入，讓觀眾內心不禁隨著情境而起伏。但當藥師如來光出現時，著白袍的醫師們以安定沈穩的手語，解開了人人心中的那份緊繃。

每一次的練習，總有醫師因為夜診、開刀等許多因素，無法全員到齊，醫師辦公室的同仁們在每一次的醫師表演練習過程中，扮演著重要的補位功能，分別學習不同的角色，當醫師有空時就個別指導，幾位上台表演的醫師都說，近來在行進間，總會不知不覺就比起手語了呢！

此次晚會前兩天，慈悅師姐開始為同仁密集彩排，即使慈悅師姐說可以休息了，醫師們還是自行留下，反覆練習、走位，連續兩天排練到幾近午夜。原來，高度的自我要求，加上密集緊湊的訓練與彩排，才能有如此成績的最主要原因。

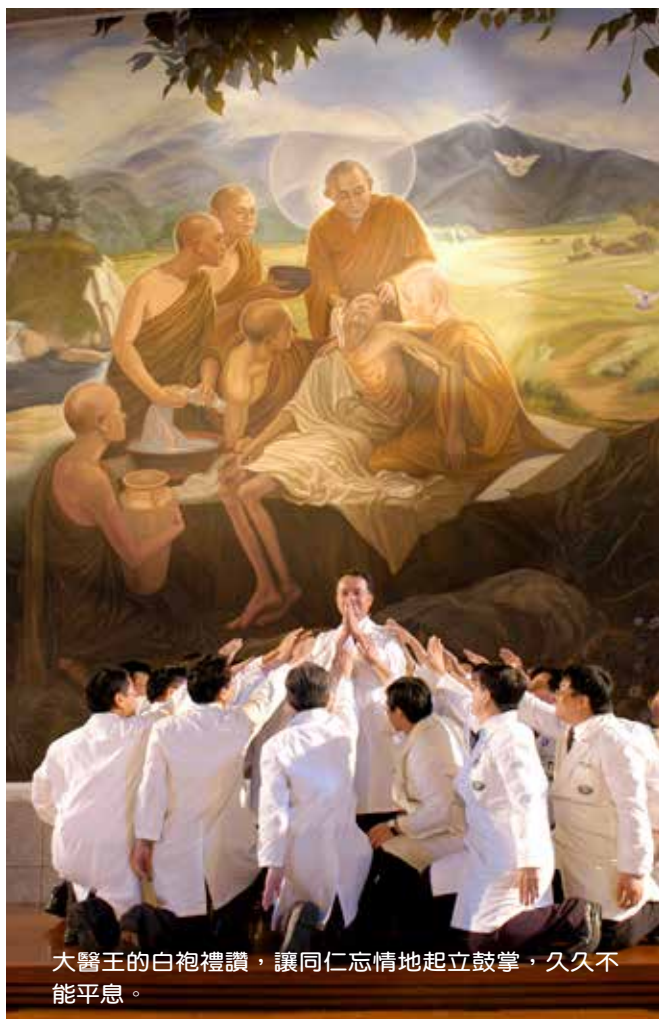
台上兩百多位同仁與志工不捨晝夜的

準備與演練，以及幕後一百多位同仁歡喜承擔著工作，終於讓晚會有了圓滿的呈現。精彩的晚會，在上人的感恩與祝福聲中落幕。大家離開的同時，醫院還準備了美味的小蛋糕，還有公傳室精心彙編的五週年紀念專輯，由醫護人員分送給每一個蒞臨現場的貴賓。

遠道而來的三千多名觀眾，即使有些地方只能看著螢幕，無法看到舞台，每

個人的臉上依舊充滿歡笑，互道感恩的聲音不絕於耳，浸潤在大家庭慶生的喜悅裡。

目送著鄉親的離去，內心深深感恩，感恩慈濟人的愛與祝福，感恩十方大德的護持，每一張純樸的笑顏，提醒著每一個同仁，不負上人的託付、鄉親的期待，要共同守護好大林的家，更多的五年、十年、淵远流長……。



大醫王的白袍禮讚，讓同仁忘情地起立鼓掌，久久不能平息。

在這場屬於自己家裡的慶生晚會中，同仁們高興上人與林副總等大家長的親臨打氣；讚嘆著日常工作伙伴，能夠有如此精彩的演出，也對每一個角落的溫馨故事，雖然沒有身歷其境，卻也一樣有著內心身深的感動。

這個大家庭，在院長、副院長，以及三個媽媽的努力之下，早就打破職場界線的藩籬，取而代之的，是彼此之間濃郁的親情。這幾個同仁口中的「爸爸、媽媽」，就好像真的是這樣，照顧一千三百多位「孩子」；而同仁之間，也常以師兄、師姊彼此相稱。這樣的感情，加上對於「人本醫療」核心價值的認同，讓這家醫院，很快就有了亮眼的成績。

當熱切的歡笑與掌聲隨著夜色歸於寧靜，歡喜與感動依然在許多人的心裡澎湃繚繞著。

# 全球人醫記要

## Tzu Chi Worldwide Medical Network



- (印尼) 七月二十三日慈濟印尼分會再次為大愛一村居民舉辦牙科義診。牙科病患一百二十八人，牙醫十九人，牙科護理員七人，志工二十人。接著於七月二十四日，假一座建築未竣工坐落在Pemandangan III街的一間倉庫內舉辦義診。參加義診的居民多來自雅加達西區Kalideres鄉Tegal Alur村，他們皆是貧困居民；普通病患八百九十七人、牙科病患九十八人，投入工作的普通科醫師十八位，牙科醫師十九位，由四十名慈濟志工協助工作。
- (巴西) 七月十七日巴西慈濟醫療隊共十九位醫生及六十六位志工，帶著一大車醫療設備及食物籃、毛毯（目前巴西正值嚴冬）等等，陸陸續續開赴Cocaila，同時進行義診與發放。本次義診設有兒科、內科、婦科、牙

科、皮膚科、心臟科、眼科、耳鼻喉科、中醫、按摩、氣功、超音波、驗血糖、量血壓、藥房、義剪、法律諮詢等十八科服務項目，並備有豐富的午餐。門診有四百零七人次，眼科並為病患驗光配置二十七副眼鏡。

- (菲律賓) 七月廿六日上午在馬尼拉首都南郊Taguig市一個回教平民村Quiapo Dos, Maharlika Village一場火災，燒燬了四百戶回教貧民屋。七月廿九日下午，慈濟志工首次踏入回教貧民村進行賑災發放，並考量需要臨時安排了小兒科義診同步進行。三位臨時應邀到場進行義診的大醫王在短短兩小時內會診了一百三十九位病童。

菲律賓第五十二次義診，於七月三十一日假王彬街聖軍學校舉辦。這次義診有內科、外科、小兒科、眼科、牙科和義齒科。七十八位醫護人員，三百四十位慈濟志工，還有來自各區志願消防隊員一百三十九位，自動自發加入做志工，在大家通力合作下，





醫治了二千一百五十五位貧苦病患：內科四百四十八人、小兒科七百一十七人、牙科二百九十五人、眼科四百九十三人，其中患白內障九十三人及眼翳八人將另外安排在醫院手術；外科一百九十二人，其中十位疝氣、二十四位甲狀腺瘤及七位兔唇病患需要在醫院手術。

- **(馬來西亞)** 八月七日星期日早晨，十一位人醫會醫護人員、近七十位志工與慈少集合在馬六甲義診中心前。今天，人醫會醫護人員除了在義診中心舉辦例常的義診外，也首次前往照顧戶的住所進行打掃與關懷服務。七月三十一日早上七時，九十七位慈濟志



工前往甘榜新邦阿浪(Kampung Simpang Arang)原住民村第一次進行義診與發放。此次參與義診的五位醫師與十三位護理人員即包含了巫、華、印三大種族。短短三個小時內，牙科醫師共檢查了六十一個小孩，其中三十一人需拔牙，十八人需補牙；也診治了二十三個大人。家庭科方面，醫護人員也為一百四十位村民看診。

- **(美國)** 達拉斯市每年為低收入戶學童舉行學前園遊會，於八月十一日舉行，計有兩萬名五歲至十八歲學生參加。達拉斯人醫會承擔起學前健檢活動。

# 兒童過敏保健妙方

文／林崇舜 花蓮慈濟醫院中醫科主治醫師 台灣家庭醫學科專科醫師

三歲的小志最近半夜總是咳醒，呼吸的聲音變大，有時還會夾有咻咻的聲音，甚至張口抬肩的喘，焦急的媽媽趕緊帶小志到醫院。醫師回顧小志的家族史時，發現小志的爸爸媽媽均患有過敏性鼻炎，每天早上都被打噴嚏流鼻水所苦，而小志才四個月大的妹妹則滿臉的紅色疹子，常常因為搔抓在臉上造成不少的抓痕，前幾天才被醫師告知是異位性皮膚炎，最後醫師診斷小志患有過敏性氣喘。

## 過敏是人體免疫系統 抵禦外來物質的反應

這就是典型的過敏家族，「過敏」顧名思義就是過度的敏感，也就是當人體接觸到某些特定的外來物質(一般稱為過敏原)時會引起人體免疫系統產生一些免疫抗體，這些抗體伴隨一些其他的物質，引起人體的發炎反應以抵禦外來的物質。這樣的反應在正常人身上並不厲害，但在具有過敏性體質的人身上，其發炎反應會很激烈而引起人體自身的破壞與病變，發炎發生在支氣管會造成氣喘，發生在腸胃道會引起過敏性腸胃炎，發生在鼻腔會造成過敏性鼻炎，發生在眼睛會造成過敏性結膜炎，而發生



專長婦兒科的林崇舜醫師建議，孩子平常應避免接觸過敏原，非發作期則適時以藥膳食療改善體質。

在皮膚則會引起異位性皮膚炎、蕁麻疹或溼疹，這一系列的疾病就統稱為過敏性疾病。

過敏到底有多普遍呢？根據長庚兒童醫院前院長謝貴雄教授針對台北市學童所做的流行病學調查，民國六十三年時，氣喘的罹病率是百分之一點三，到民國八十三年躍升為百分之十點七九，二十年間增加了八倍。過敏性鼻炎盛行率更高達百分之三十三點五三，換句話說，三個孩子當中就有一個鼻子過敏。

那過敏的原因又是什麼？根據研究顯示，遺傳、飲食與環境都有很大的相關。當父母雙方都沒有過敏時，下一代發生過敏的機率是百分之十九；父母其中一方有過敏症狀時，下一代發生過敏的機率提高到百分之三十二；值得注意的是，當父母雙方都有過敏時，則下一代發生過敏的機率高達百分之八十四。另一方面，某些食物與環境中的物質，也特別容易引發過敏而成爲過敏原。常引起過敏的食物包括牛奶、蛋白、花生、堅果類、巧克力、帶殼海鮮(如蝦、蟹等)、黃豆、麥類、芒果、草莓、柑橘類……等；而環境中的家塵、塵蟎、黴菌、舊棉絮、稻草、蟑螂、花粉、貓狗等寵物的毛與皮屑、二手煙、空氣污染、化學物品……等也常是造成過敏症狀的元兇。也就是說，過敏是因爲一個人在先天遺傳上即帶有過敏的體質，當在食物或環境中接觸到會引發過敏的物質時，就引起人體的過度發炎反應而產生過敏性疾病。

### **打從娘胎裡，就要開始預防保健**

那是否具有過敏性體質的人，終其一生都需飽受過敏之苦？並且禍延子孫呢？那也不盡然，其實只要在日常生活上多加注意，過敏疾病的發生其實是可以預防的。若不幸已經產生過敏性疾病，如果有適當的保健措施，不僅發病的嚴重程度可大幅下降，連發病的頻率都可降低，而具有過敏性體質的人，只

要不發病，其實就跟正常人是一樣的。

過敏的預防與保健之道，最重要的就是要避免接觸過敏原，而且要儘早開始，要早到多早呢？答案是從胎兒時期就要開始。以下幾點預防過敏的方法供您參考：

- 一、根據研究顯示，若婦女在懷孕的第四個月前就開始注意避免接觸容易引發過敏的食物與環境因素，則生出過敏寶寶的機會會明顯下降。
- 二、當寶寶出生後，使用母乳哺餵至少六個月，最好能達一年以上，如此也能降低寶寶過敏的發生率。哺餵母乳期間，媽媽也應避免接觸或食用過敏原。若因故不能哺餵母乳，則應使用水解蛋白的嬰兒配方奶。
- 三、應延後副食品的添加，一般的副食品應等寶寶六個月大後才開始添加，而較容易引發過敏的食物，則建議等小朋友至少一歲，甚至是三歲後再讓小朋友開始食用。
- 四、適量的服用某些純化的益生菌(如LGG, LP33等)，在臨床研究上也顯示能降低過敏的發生。
- 五、適度的運動能降低過敏發生的機會。

### **居家生活，也避免接觸過敏原**

至於避免接觸過敏原的方法，除了在飲食上要特別注意外，日常生活的環境上，也有一些小地方可以特別注意，如下所示：

- 一、居家環境中，避免使用厚重的窗簾、地毯、榻榻米等；並將容易引起過敏的絨毛玩具換成容易清洗的橡皮或塑膠玩具。
- 二、被單、床套、枕頭套等物換用具有防蟎作用的材質，並經常換洗，換洗時可用70°C以上的熱水清洗或經常接受日曬。
- 三、使用除濕機降低室內溼度，並使用具有醫療級濾網的空氣清淨機過濾室內空氣。
- 四、保持室內的清潔，排水口以細網阻隔，以避免滋生蟑螂。
- 五、不要豢養貓狗等寵物。
- 六、避免接觸二手煙、香水、除臭劑、化妝品、化學藥劑、清潔劑等物。

如果過敏的症狀發作，最好趕快請醫師診治，將急性的症狀控制住，因為過敏是一種發炎性的疾病，一旦被特定的過敏原引發發炎後，局部發炎的部位會變成過度的敏感，連原本不會引發過敏的一般刺激因素，如刺激性的食物、溫度或溼度的變化等都會讓局部的發炎越來越嚴重，越來越敏感，而形成惡性循環，因此當過敏症狀發作時，儘快就醫也是避免過敏加重很重要的一環。

另外，有過敏症的人，最好也能找出到底是對那些東西過敏；而找出過敏原的方法則包括飲食

紀錄、皮膚貼布試驗或抽血檢查等方式；當找到特定的過敏原後，在日常生活上較能特別注意去避免接觸，而且也只有機會接受減敏療法去預防過敏發作。

### 急則治標 緩則治本

換個角度，以中醫的觀點而言，過敏是一種「本虛標實」的疾病，處理的原則就是「急則治其標，緩則治其本」；也就是說，當過敏發作時，應先治療過敏的症狀，使其緩解，而在緩解期才根據病患的根本體質加以調養，以增強病患對過敏原的抵抗力，讓過敏發作的頻率降低，甚至是不再發作。而過敏病患的根本體質大多表現為肺、脾、腎等三個臟腑的虛損，因此除了上述避免過敏



補肺湯有助於調整孩子的過敏體質。

原的接觸外，調補肺、脾、腎也能改善病患的過敏體質，讓病患不再飽受過敏之苦。

除了請中醫師使用中藥或針灸等方式調補體質外，其實日常生活上也有一些簡單的藥膳食療能對過敏症有著預防與保健的功效。以下介紹三則簡易食療方供您參考：

### 一、四神湯

組成：山藥、茯苓、芡實、蓮子各一兩，也可再加入薏仁。

作法：將上述藥材先以清水浸泡後燉煮至熟爛即可食用，亦可加入各種素料等食材。

功效：健脾、補肺、固腎、利濕、養心安神、調節免疫力。

### 二、補肺湯



加味玉屏風茶：可補脾益肺，增強免疫力。

組成：粉光參兩錢、紅棗四錢、核桃仁四錢、生山藥三兩。

作法：粉光參、紅棗、核桃仁加水浸泡，先以大火燒開後轉小火續煮二十分鐘，再加入山藥同煮十五分鐘即可食用。

功效：有滋肺補腎、補脾健胃功效，對於小孩、老人有過敏性體質者，有調節免疫力的作用。

注意事項：感冒、氣喘發作、發燒、熱病急性期，應暫停服用。

### 三、加味玉屏風茶

組成：黃耆五錢、白朮三錢、防風二錢、山藥三錢、紅棗五枚

作法：紅棗拍開，將藥材加水以大火煮沸，再以小火煎煮二十分鐘後，濾出代茶飲用。

功效：補脾益肺氣，調節免疫系統。

總而言之，過敏並不可怕，透過適當的預防與保健措施，就可以讓過敏所帶來的不便與病痛降到最低的程度；只要在日常生活中注意避免接觸過敏原，不讓過敏發作，一樣可以健康快樂地享受世上一切美好的事物。

# 快速致命的黑色素癌

文／楊青蓉

六十歲的賴先生從病發到死亡，只活六個多月，六十三歲的王太太從病發到死亡，只活四個月，他們都罹患惡性黑色素癌，或稱黑色素瘤，這是所有惡性皮膚癌中最惡毒的一種，罕見但死亡率奇高，通常會擴散到其他組織或器官而致命。

## 黑色素癌死亡率高且易致命

六十歲賴先生的黑痣長在腳後跟，因為疼痛而去診所就診，一年多來情況一直未見改善，而且黑痣周遭慢慢形成傷口、皮膚潰爛，並且潰爛的面積越來越廣，經切片證實罹患惡性黑色素癌，已進入第三、四期，雖然緊急將腳後跟組織切除，但癌細胞已深入體內，術後兩、三個月賴先生就因癌細胞擴散至淋巴系統與肺部而往生。

六十三歲的王太太在第三根腳指頭末端發現一顆痣，並且慢慢變大，因為會疼痛而以爲是得了雞眼，至某家醫院切片檢查，但傷口一直未癒合，至花蓮慈濟醫院檢查時，整型外科主任李俊達醫師懷疑爲癌症，經切片檢查後發現爲惡性黑色素癌，雖然馬上開刀將第三腳指切除，但爲時已晚，癌細胞很快移轉至肝臟、肺臟，四個月後即往生。

花蓮慈濟醫學中心整型外科李俊達主

任表示，惡性皮膚癌分爲基底細胞癌、鱗狀細胞癌、與惡性黑色素癌，而惡性黑色素癌是最令人聞之色變、死亡率最高的，通常被發現時已是末期，而這個每年造成六千八百個美國人死亡的可怕疾病，在中國人中並不常見，但不幸的是，中國人最常得到的惡性黑色素癌，卻是黑色素癌中最容易死亡的一種：肢端型黑色素癌，長在手腳末端，包括手掌、腳掌、甚至指甲以及指縫，正是快速奪走生命的原凶。

一般而言，皮膚癌都與日曬有關，雖然日光可以幫助人體製造維他命D，但也會產生皮膚曬傷、老化、曬斑等種種缺點，而罹患惡性黑色素癌的原因與人種、家族史、巨大型黑痣突變、普通痣突變有關。根據統計，白人較喜歡曬日光浴，但沒有足夠的黑色素保護，容易得皮膚癌，而黑人較不容易得；如果孩童身上有二十公分以上的巨大黑痣，有十分之一的機率會造成突變，應儘早割除；再者，小時候曾曬傷脫皮、或容易曬傷脫皮的人也要小心，因為在紫外線照射下容易造成細胞突變。根據流行病學研究發現，間隔性的強烈日曬比長期連續的日光照射(如勞工)更容易導致黑色素瘤。

什麼都沒做，就是空過的人生；  
能不斷付出利益人群，就是大好的人生。

——靜思語

## 手掌、腳底有黑痣嗎？

由於東方人的黑色素瘤好發於手腳部位，而且黑色素瘤初期看起來就像黑痣一樣，所以腳底長黑痣的人請特別留意，而且惡性黑色素癌是一種皮膚原發的惡性腫瘤，非常惡性，容易在早期時便由淋巴轉移，而且對於化療、電療、放射線治療反應並不良好，所以根除黑色素瘤的最好方式便是及早發現及早治療，第一、二期的病患十年存活率高達百分之七十，第三期（轉移至局部淋巴結）的存活期平均三年，而第四期患者的存活期只有一年左右，如果癌細胞已轉移至內臟器官者更短。

李俊達醫師表示，每個人身上平均有十五顆痣，普通痣病變的機率不高，但也不能疏忽大意，黑痣病變成黑色素瘤的前兆有ABCDE四點要留意，A(Asymmetry)不對稱性：痣的兩邊不符合；B(Border)邊緣：不規則；C(Color)顏色：不均勻；D(Diameter)大小：直徑大於六公釐；E(Elevation)隆起。另外如有流血、潰瘍、疼痛等情形出現也要立即就醫檢查。

除了注意身上黑痣的變化外，也要注意防曬，減少接觸陽光，可降低罹患皮膚癌的機會，尤其是早上十一點至下午三點是陽光最猛烈的時間，如要出門，一定要做好萬全的防曬措施，另外也請盡量避免曬日光浴。



# 抗憂鬱快樂食譜

示範 / 王靜慧、鄭明珠、范志興、莊雪卿 攝影 / 李進榮

## 營養師的小叮嚀

目前所知導致憂鬱症的原因包括腦部的血清素(serotonin)下降、神經系統失調、壓力、營養失調、長期失眠、運動量低、個人特質及社會環境因素等。平日飲食注意均衡且多選擇讓心情快樂的食物，是揮別藍色憂鬱的好方法。

攝取全麥麵包、高纖維食物等複合性碳水化合物，有助於增加血清素。蛋白質胺基酸(色氨酸)是製造情緒荷爾蒙的原料，和情緒安定有關，而富含色氨酸的食物包含香蕉、葵花瓜子、牛奶、乳酪、堅果、花生等。

維生素B群能維護神經系統穩定、增加能量代謝、調節內分泌，是克服壓力的重要營養素，因此平時需補充足夠的維生素B群，特別是B6，如小麥胚芽、南瓜、糙米等。

青椒、芥藍、菠菜等綠色蔬菜，和柑橘、芭樂、木瓜、草莓、奇異果、櫻桃等水果，都是補充維生素B群及C的良好選擇，飲食、菜色上都可依心情多樣變化。

此外，礦物質鈣、鎂、鋅參與神經傳導、肌肉放鬆等的荷爾蒙作用，其中鈣具有撫慰情緒、鎮定和鬆弛神經的效果，是一種天然的神經穩定劑，包括奶製品、豆製品、海帶、芝麻、優格、起司、深綠色蔬菜等。

妥善運用中藥材的特點，也能讓食療效果加倍。紅棗溫甘補脾胃，定心神，助益氣血循環改善；百合有安心益智作用並能醒神；無花果富含菸鹼酸、鎂、維他命B群，能維持神經系統及正常腦機能，對抗憂鬱、降低緊張有大幫助；金針能清心忘憂；蓮子具寧心安神、穩定情緒效果；黑木耳是一種天然的滋補劑，強心補腦、益志清神，改善心煩氣躁，保護肝臟。利用食材所提供的作用加入日常的菜餚中，協助你輕輕鬆鬆走出藍色幽谷！最後建議抗壓除了從「心」做起，也不妨從飲食著手！

(文 / 范鳳鈺 花蓮慈濟醫院營養師)





# 無果乳酪卷

**材料：**低脂乳酪片10片、雞蛋2個、大春卷皮8張、紫菜4張、長條蘆筍12條、胡蘿蔔1條、無花果乾16粒、小麥胚芽4小匙、萵苣葉4片

**調味料：**低脂沙拉1茶匙

**作法：**

1. 雞蛋煮熟後去殼，壓成泥狀備用。
2. 胡蘿蔔切粗條如同蘆筍，二者均川燙之後放涼備用。
3. 無花果切細條狀。
4. 取一大盤，春卷皮二張重疊平鋪，放入紫菜皮一張、乳酪二張半、萵苣葉一片，平鋪後，將蘆筍、胡蘿蔔條、蛋泥、無花果絲、小麥胚芽等材料排列好，擠入少許沙拉醬後，捲成圓筒狀。接口部份抹一點沙拉醬沾黏，然後切斜段排盤即可。

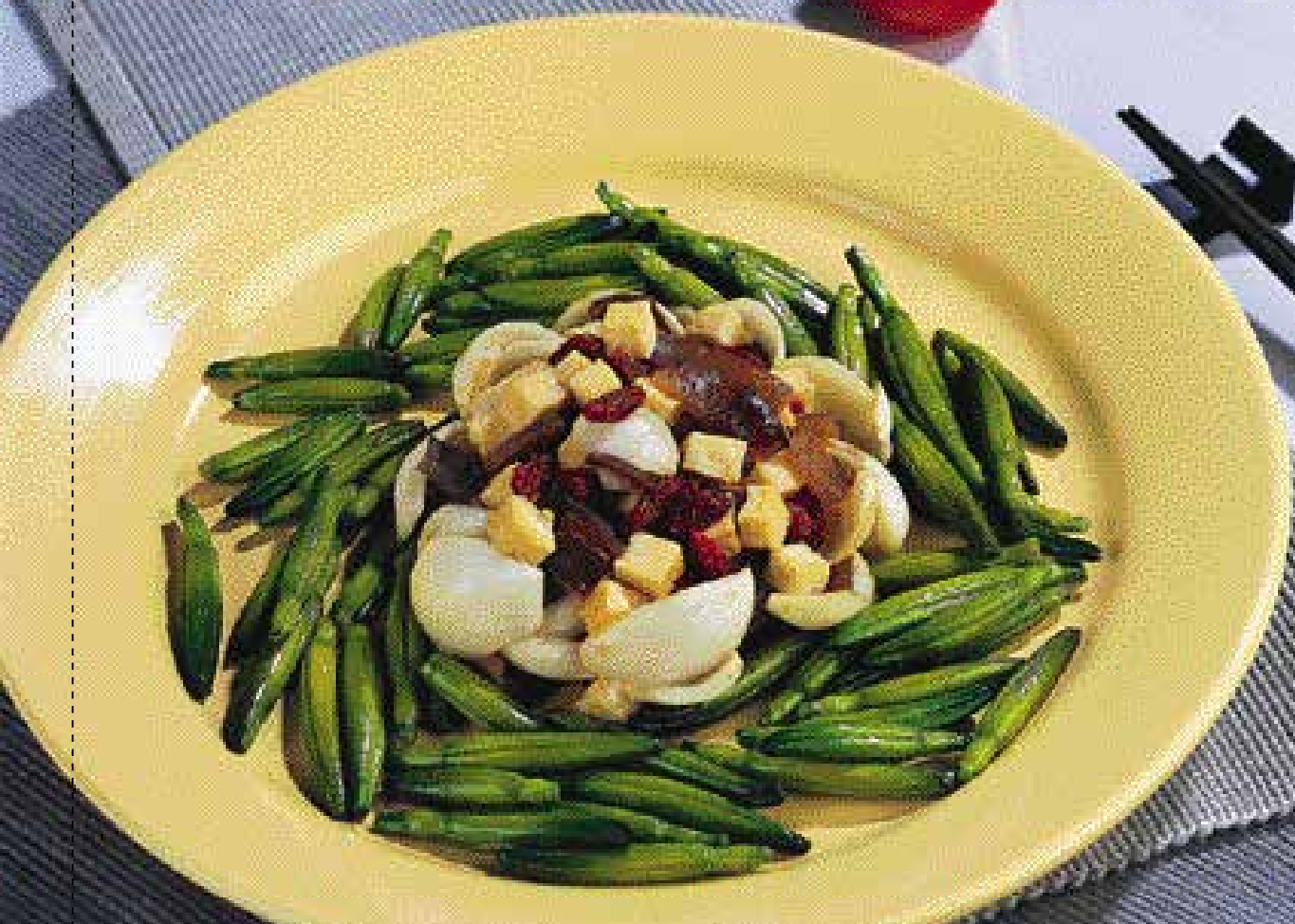
---

# 香蕉櫻桃奶酪

**材料：**香蕉半根、低脂鮮奶400C.C.、果糖1大匙、吉利丁8克、櫻桃數粒

**作法：**

1. 香蕉去皮切塊放入果汁機中，加入鮮奶、果糖攪打均勻，並加溫至70°C。
2. 吉利丁加入少許冷水與果糖調勻，並倒入1料中拌勻。然後倒入小杯模型內使冷卻，放入冰箱冷藏凝固。
3. 食用時飾上美味可口的櫻桃即可。



# 安神冬瓜湯

**材料：**小麥2兩、甘草3錢、紅棗10克、冬瓜240克、素雞150克、胡蘿蔔丁40克、蓮子40克、香菇少許、海帶結少許、生薑2片

**調味料：**鹽少許

**作法：**

1. 小麥淘淨，以清水浸泡1小時後，瀝乾備用。
2. 將紅棗一顆顆對半切開，與甘草、小麥、生薑一起放入鍋中並加8碗水煮沸，轉至小火燉約四十分鐘，即成高湯。去渣後備用。
3. 素雞切塊狀，入鍋中油炸至微金黃，即起鍋備用。
4. 冬瓜切丁備用。
5. 將冬瓜丁、胡蘿蔔丁、蓮子、香菇、海帶結加入高湯中，以小火煮至冬瓜軟熟，最後加入素雞塊，再加鹽調味即可。

# 忘憂草園

**材料：**綠金針5兩、枸杞一湯匙、黑木耳一大朵、新鮮百合一粒、百頁豆腐一小塊

**調味料：**鹽、糖、黑胡椒粉少許

**作法：**

1. 將綠金針用少許鹽抓軟，去鹽待用。
2. 枸杞洗淨，黑木耳切小丁，百頁豆腐切片。百合剝瓣洗淨。
3. 熱油鍋後，將百頁豆腐片先煎黃，起鍋備用。
4. 綠金針用大火炒熟，呈盤鋪平。
5. 其餘所有材料及百頁豆腐片加入調味料一起炒，快速起鍋置於盤中央。黑綠相稱，美味可口。

# 慈院常飄心靈香

與花蓮慈濟醫院常住志工的生命交會



醫院是最真實的地方，也是最殘酷的地方，更是一個充滿愛的地方。不論身份是尊貴卑微、不管財富多寡，一進了醫院，生命就回到原點。

生命遭到苦難，才會重現最原始的面貌。使我們產生勇氣的往往不是生命中的順境，而是生命中的苦難。

## 【微笑看人生】

志工服務是花蓮慈濟醫院的特色，來自全省甚至全世界的慈濟委員慈誠，穿梭病房之間，提供服務，解開病人心結，成為醫病關係的最佳橋樑。

## 【無常看人生】

花蓮慈濟醫院有一群常住志工，長期關懷病患，這些個案都是最好的生命教育教材。經由這些個案，我們瞭解：生命需要去愛，去珍惜。

關於生命，我們永遠體會太少。



# 十八羅漢 醫者的容顏

他是一個喜歡漫步在雲端的醫師，  
緩緩前行、舉步踏實。  
唯有克服一次次的疲勞週期，  
翻越一座座現前的障礙，  
才能登上高峰。

但在登頂成功之後，  
他沒有征服的喜悅，  
而是感恩山的悲憫！  
登山是尋回自我的過程，  
而他深刻學會作人謙卑的道理！

登山，  
更點燃了他對醫療的熱情，  
願走入人群，去付出。



## 十八羅漢之十六

# 在雲端找回自我

大林慈濟醫院家庭醫學科醫師 賴育民

文·圖 / 于劍興

豆大的雨點，不留情地落在肩上、染濕了一地。而橫在前方的只有滾滾溪水、綿延的林木，覓不著前進的絲毫蹤跡；黑幕逐漸披上了天際，彷彿下一刻，自己就要被這座陌生的山林吞噬。那是高中畢業、等待大學聯考放榜時發生的事。暫別了在台北的家，賴育民和三位同學一路南行。沒有登山經驗的他們，避開了熱門的阿里山—溪頭路線，選擇冷門的阿里山—豐山路線，卻種下迷路的因。

### 走出幽谷，愛上登山

「很幸運地，我們往回走，最後找到了路，終於在天黑之前趕到了夜宿地點——豐山。」

賴育民回想起那段雨急心慌的記憶。也許，我們臨到這樣懾人的片段記憶，總會想盡辦法逃避、試著抹去。不過，在賴育民生命中的這段恐怖經驗，竟開啓了他對山的嚮往。當他進入台大醫學院、參加登山社團之後，在數不清的披荊斬棘與窮山惡水的洗禮下，體悟到那



與山深刻對話的雀躍，及沉澱之後的心靈悠淨。

「有時清晨四點，就要出門去幫勞工朋友作團體健康檢查，即便再睏，只要告訴自己要去『爬山』、『看日出』，就會跳下床，趕著出門。」或許，因為醫生的承擔而難再恣意親近山林，但總



賴育民醫師全家福。

在心中回盪不已的動人片段，讓他能夠保持源源不絕去付出的氣力。

事情總是沒個準，賴育民說自己不是個會去規劃人生的人，但一切總有它的因緣，任誰也不得不接受。

儘管年紀小，但國小之前住在違章建築裡的賴育民，對於那低矮的房子、媽媽總是蹲在地上煮菜飯的景象，記憶猶新。

記憶中，開中藥舖的父親總是不願意休息，即便難得的假日亦然，而平常，總要忙到接近午夜才願打烊，但因為他的勤奮，讓一家人的生計無虞，到了賴育民快上大學時，全家終於擁有了自己的房子。

## 因為山，父子關係解凍

對家中的長子，父親可是不假辭色的，而小時候的賴育民個性執著、不會轉彎，被修理是常有的事。常見的景象

是父親拿著棍子追打自己，而從小就疼愛賴育民的奶奶，則是在後面追打著父親。

父子倆真正「把手言歡」，是因為山。父親從擔心兒子爬山的安危卻不敢多講，到接受兒子的邀請、終於把店裡的事放著，休一天假去爬爬山吧！現在父親早已爬出興趣，從週休一日到週休二日，更成為台北市山岳學會活躍的成員。爬山，讓父子倆的心更貼近。

## 從自閉到走進人群

喜歡數學、物理的他，小的時候並不喜歡與人相處，甚至該說是有些自閉吧！但會在醫療領域之中，選擇要深入社區與民眾互動的家庭醫學科，那都是心中的一股「正義感」在鼓動著自己往前行。

「願意選擇接觸人，是因為慢慢體會人的生老病死。」賴裕民自己說道。奶奶該是最疼自己的了，也許因為自己是長孫吧！她教了賴育民許多事。記得那一天，奶奶拉著賴育民想要交代一些事情，他卻只顧著安慰奶奶把身體顧好，結果這也是他們最後的一次對話。「晚上回到家裡，家人都不在，後來趕到馬偕醫院，奶奶已經過去了。」一切都已經太遲！後來才知道有咳嗽、會喘的奶奶，聽了旁人的小道消息，瞞著大家請來西藥房的人打針，原以為可以擺脫



痼疾，但針還沒打完，奶奶喘得更厲害了，在送到醫院前，早已沒了氣息。

在住院醫師階段，大自己幾歲的表哥罹患口腔癌。好不容易安排好開刀時間，但隔天到醫院時卻讓人傻眼！表哥的病床已收拾整齊，原來家中的長輩連夜北上將表哥接走，因為他們認為開刀會讓癌症擴散，於是他們寧可散盡家產，讓表哥接受非正統的醫療。半年後，傳來表哥過世的音訊。家人的相繼過往，只因家人、親戚沒有得到適當治療、正確的醫療觀念；慢慢地，賴育民開始去反思，不管自己對醫療這條路是否感興趣，都應該把臨床醫學的知識學好，才能對身旁的人有所幫助。

## 攀登高峰之後

曳著遼遼流水，漫步在約莫四、五公尺寬的大理石河床上，在一片雪白中閃耀著藍色透明的光芒，那該是水中的寶石隱隱耀動；當抬起頭，但見拔地而起的南二指山、針山交會成V型的身影；光滑似雪的山峰，穿過迷濛的山嵐，在天際崢嶸！而數不盡的水白絹絲正從雲霧間飄逸而下……

若不是人間仙境？又會是何處呢！這幅撼動心裡底層的景象，讓賴育民魂縈夢繫。這是第二次嘗試踏勘南二子山<sup>註1</sup>的奇遇，而為了台灣岳界的首登，賴育民和隊友們歷經了四回的努力。

在大一時，賴育民順利地通過了嚮導的筆試、戶外考試。從地圖便能辨別自



歷經多次的努力，終於成功登上南二子山，也創下台灣山岳界首次成功登頂的紀錄。



這些愛山者，喜歡走自己的路，喜歡走地圖上沒有的路，不是出自睥睨與驕縱，而是追尋自我的動人過程。

己所在的位置；要會生火、找路；遇到困難地形時的確保，要能爬岩、過溪。但這些與安全相關的技能固然重要，都比不上必須帶領隊伍上山的領隊重要，因為那關係到是否帶領隊員免於危險、更能成功到達頂峰，攸關的是個人的人格特質。而賴育民也快速的在大二便通過這屬於精英制度的遴選。一切都是因為對山的熱情。

在台大登山社時期，賴育民首登的山峰有九座，但對於南二子山，賴育民情有獨鍾。而計畫的緣起，是在台大圖書

館中，由一本花蓮縣志所引起的漣漪。除了對南二子山型態特殊的描述，從地圖上密密麻麻的等高線，彷彿已經親身體驗了山的壯麗，而在等高線中明顯可見的二子溫泉，同樣引人注目。

心中做好準備，也就不以為苦。經過三次探勘南二子山、失敗的經驗及資料累積，而此時的賴育民也已經生上大學六年級，那年寒假，眼看就要當實習醫師了。

孤注一擲吧！賴育民心想再不嚐試，往後的機會渺茫。尤其，除了最後一段登頂路程猶未可知以外，其它的路線、爬法都已很清晰，而隊員彼此的默契也已成熟……

第四次，當離開那夢幻的溪面開路往上攀登，兩側岩壁上原始的檜木林相逐一映入眼簾，從它們巨大的身影也可想像年代的久遠。不斷的迂迴、或走或攀，沉重的是背上得以持續探勘的水與糧食，而不安的是夜宿絕壁峻嶺之上的呼嘯風聲。

在完成攀登如端坐的金字塔般的南峰之後，望著整座由岩石構成的北峰，那是在百岳中都難得一見的美麗頂峰，眼看就要完成首登的歷史時刻，但此時大家猶豫了！因為兩峰之間的稜線，竟是由破碎的大理石岩塊交錯而成。「像是劍龍的背脊」，看起來毫無立足之處，但在姑且一試之下，終於讓大家舉步維艱的攀爬上四面八方都是絕壁的北峰，立下了台灣岳界的壯舉。



與大自然親近，不時會帶給賴育民無盡的驚喜。圖為罕見的台北樹蛙和保育類的台灣爺蟬。

至今攀登的百岳僅過半百，但其實百岳不是賴育民與夥伴的目標。他們喜歡走自己的路、那沒有人跡、地圖上沒有的路，不是出自睥睨與驕縱，而是追尋自我的動人過程。沒有指標、沒有路徑，隨身的只有一份地圖、一把開路的刀，以及一顆對山油然起敬的心。

未知，那就是挑戰性之所在，也是驚喜之源；確信可成，那是因為我們能耐住飢渴、我們願意闖蕩叢林，以及對山中永恆之美的熱切渴望。

這是台大登山社夥伴們不渝的信念。因為有優良的學長、學弟傳承歷史，而能一代又一代延續生生不息的生命力。在台大登山社出版的書籍中，以賴育民為發行人的《白石傳說》在一九九七年出版，書中紀錄著耗時七年的「白石山泰雅族聖地探勘計畫」，從地理到人文史跡，為台灣登山運動的歷史，寫下憾動心弦的一頁。

對於山，賴育民早已從體力與耐力的考驗，進入到與歷史、人文深度探索的層次。而在不斷的與山的對話之中，在這片山林中與其子民的相遇、相知，激盪出起了賴育民的慈悲心腸，具體行動在醫療的奉獻上。

## 愛從山林出發

回憶在南二子山探勘的第一回，以洽堪溪上的二子溫泉為目標。從花東縱谷上的萬榮鄉林榮村進入，沒有路徑，只能來回於溪床和兩岸之間，而溯溪的波折與驚險，消磨去大家的心力。但就在快要放棄的邊緣，幾位原住民緩緩地來到眼前。

問完賴育民的來意後，原住民便領著頭往前去了。就在他們的帶領與扶持下，終於抵達二子溫泉，原本只是在圖書館裡引人渴望的溫泉就此現身。而每一回，當遇到絕境、遭遇困難之際，總有原住民前來相助，也許，大家都有著同樣對山林的尊敬吧。而再回到都市之後，看到原住民在城市中的劣勢處境，讓他那追求公平的心又起，也期待著能為他們做些什麼。

愛山的個性，讓賴育民希望自己的工作能在外面活動，他無法忍受封閉環境，為此他選擇家庭醫學科，希望與民眾直接接觸；而因為勞工的弱勢，一如他對原住民弱勢的關懷，他在醫學院後選擇繼續攻讀職業醫學。

「最好到山地或離島當醫師！」賴育

民心中有這樣的願望。在住院醫師第三年時，他曾到埔里基督教醫院協助山地巡迴醫療，後來在總醫師時期，則把握機會參與一個公益組織在新竹縣尖石鄉持續舉辦的義診活動，能到山區、和他熟悉的原住民互動，他義無反顧。

## 在雲端上的醫療

現代醫療是從醫院中發展出來，病人送到醫院有一定的治療流程。但是在野地時，如何會有醫院的設備呢？這個時候只能回歸到原點，活用老祖先的智慧。「像是在山上中暑時要先脫去衣服、用冷水擦身體」，賴育民說，那是和急診室完全不同的世界和處理方法；高山醫療的重點不在於疾病本身，而是在受侷限的醫療環境中，必須因地制宜的措施。

到現在，賴育民已經成為高山醫學領域的重要諮詢對象，他持續為山岳雜誌寫高山醫療的專欄，為喜歡登山的朋友盡點心力。而因為投入，也讓人很難忘得了他。

「很多都是經驗的累積吧！」賴育民說，在台灣專研高山醫療的人不多，很多都是他個人經驗的累積，再加上參考國外的相關書籍。而值得重視的是，很多因登山往生的人，許多死因未明，如同矗立在雪山山頂三角點上的紀念碑，總讓人不勝唏噓。

記得有一回，一位學弟在中央山脈白石山的牡丹池突然腹痛，經過電話聯繫



對山的尊敬與愛，引出賴育民對原住民的關懷，也讓他更願為弱勢族群付出。

後，緊急請海鷗救護隊將他送往醫院，結果是急性腎衰竭，如果再拖延下去，後果不堪設想。

前幾年，有一位博士班的研究生在無名山發生急性高山症，身體狀況越來越差，但海拔三千五百公尺的山、前後都是斷崖，且天候惡劣，根本無法救援，最後終於絕望，結果讓人遺憾。

其實，高山症事前都有一些徵兆，就像糖尿病要終身治療、肝不好的人不要喝酒……，只是在身體出狀況前，大家都不願意承認。如果試著去追溯曾經發生遺憾的故事，其中許多案例是屬於急性高山症。賴育民說，高山症可不是

攀登聖母峰才會發生，只要海拔超過兩千五百公尺就有機會發生。

急性高山腦水腫或肺水腫都是會致命的！而那只能從預防著手，賴育民期盼年輕的登山後進者不要只顧挑戰自我的意念，而將可能的危險置於一邊。

### 在大地震後的省思

九二一大地震之後，許多醫療人員一股腦兒想要往災區去奉獻心力，對於賴育民而言，感受又多了一些，因為看到許多過去爬的山崩的崩、塌的塌，一幕又一幕的場景，都是自己熟悉的地方。

當輾轉來到埔里基督教醫院，一下

車就看到藍天白雲的慈濟人送上熱騰騰的食物，讓還沒付出行動的自己有些慚愧，也深刻感受到慈濟人動員的效率。

因緣，在幾年之後成熟。在李龍騰老師的鼓勵下，賴育民來到了當初那曾帶給他恐怖經驗的山腳下——在大林小鎮的慈濟醫院，也得以再次領略慈濟人的付出。現在的他以家庭醫學、職業醫學為重心，在這片民情敦樸的土地上辛勤耕耘。

溫文儒雅是賴育民給許多人的第一印象，但在斯文的表面之下，卻蘊含豐沛的生命力道；也許就像登山一樣，雖然緩慢，卻是步步踏實，唯有克服一次又一次襲來的體力極限、攀越一座又一座迎面而來的險阻，才能一探無人的祕境。

## 學會謙卑、尋回自我

「天氣好能上山，那是山的悲憫！」賴育民始終堅信著這一點。其實，能當醫師的人應該都算聰明的吧，自視應該也不低，大抵也很少嚐到挫折的滋味，而許多成就感的來源更可能來自於打敗了許多的人！

「但山改變了我的個性。」賴育民說，爬山是一種冒險、創新與探勘，面對不確定的前方，更需要承擔失敗的勇氣，往往，要爬上兩三次，在挫折與疲累中修正，才能登上未知的頂峰，而好天氣能夠上山，那是因為山的悲憫！試想，當大自然憤怒時，人的力量何其渺

小，每次上山，除了是心靈壓力的紓解，更應懷抱著敬意。

為何喜歡爬山？在驀然回首之際，除了迷戀山的美麗、一分莫名的情感，爬山對賴育民而言更是一種解脫與逃避。因為那是可以讓自己暫時離開人工的世界，與生命的起源做最直接的接觸。在攀登一座又一座的山峰之後，賴育民心中並沒有「征服」之後的驕傲或快樂，有的是親炙崇山峻嶺之後，體會到生命的原點、學會到人該要有的「謙卑」。

來到大林，他偶爾會從以咖啡聞名的華山出發，約莫半天來回海拔一千三百多公尺雲嘉大尖山，雖然上山的步道有許多選擇，但他依舊維持老習慣——走人工化較低的一零九號步道。因為，不用和許多來來去去的人碰面以外，更有豐富的生態在眼前流轉。

找出機會，去爬爬山吧！而您，會選擇哪一條路徑呢？

註1：南二子山位於知亞干河流域的心臟地帶，它的南峰高2523公尺，北峰則有2454公尺高。在其西南邊有溪水終年圍繞，而在日以繼夜的崩蝕作用下，南峰就像是金字塔般端坐，而北峰因為西面的山壁垂直落到安來溪底，景象讓人震撼不已。儘管兩峰之間的直線距離不到兩千公尺，但與河床的落差達到一千五百公尺以上，行在峽谷之間的感受，讓人難以忘懷。



# 落難的天使

文口傳進華

「正民啊～你怎麼那麼傻！沒有什麼事不能解決的啊！」王媽媽聲嘶力竭的哭喊著，幾次泣不成聲，還一度昏厥了過去。

「嗚咿……嗚咿……嗚咿……」救護車搭載著正民一路狂駛，希望能在黃金時間內搶救他。

正民是一位心臟科醫師，在完成醫學院的課程及醫學中心完整的心臟專科訓練後，選擇在嘉義靠海的一個小鎮開立診所，自我要求很高的正民從小就立志要當醫師，尤其在父親因工地意外，沒有能在第一時間接受治療而往生後，更加深了他從醫救人的心願。他放棄在大醫院工作的機會，而選擇在偏遠的小鎮服務，多多少少也受父親的事件所影響，他總希望能在第一時間內幫助最需要醫療服務的病患，不願意因延遲治病的事件一再的發生。

靠海的小鎮，居民大多捕魚維生，民風也算淳樸，正民這幾年的努力，著實為鄉里間的居民改善不少醫療貧乏之苦，再加上正民微胖的身軀，輕聲細語、視病如親，大家都認定這是老天爺派來解救眾生之苦的活菩薩。

這天，正民一如往常地看診治病，卻發生一件意想不到的事。「鈴！鈴！鈴！」護士小姐接起了電話。

「喂！」

「王醫師在嗎？」

「請稍等，我幫你轉分機。」

「王醫師！最近兄弟在跑路，欠一點生活費，聽說你開診所賺了不少錢，拿一點給兄弟們花用，你說可以吧！」電話那頭一位操台語口音的男子威脅的說著。

「什麼？！你這是恐嚇！」正民不安地吆喝著。

突然的一通恐嚇電話，讓平常行事穩重的正民亂了頭緒，一時間竟無法決定是該報警，還是縱容歹徒，花錢了事。他慌張地將整件事說給母親聽，並在與家人討論過後，決定報警處理，原本希望公權力的介入能讓整件風波平

息，可是歹徒在得知正民的作法時，不但沒有退縮，反而變本加厲起來，每天好幾通恐嚇騷擾的電話，讓正民無法專心看診，更甚者，利用晚上的時間潑灑油漆、破壞門窗、打毀招牌，雖然警方已加強在診所的巡邏並保護正民及他的家人的安全，但一時總是無法將這些壞人繩之以法，讓正民一家人飽受煎熬。

正民曾抱怨過，他捨棄優渥的大醫院工作機會到這鄉下地方來，全心全力地行醫救人，也從沒與人結怨，為什麼老天爺要這樣折磨他！天性善良的他，實在不懂這人心的險惡，這一件恐嚇事件，讓正民吃不好、睡不著，人消瘦了許多，精神也不佳，在得不到妥善的處理下，正民因而患了憂鬱症，他甚至有了輕生的念頭。這一晚，他仍然無法走出陰霾，他下意識地關緊了門窗點著了木炭，靜靜地躺在床上，希望這麼睡著，所有不愉快都會結束了！

---

「王女士，您的兒子因為一氧化碳中毒，腦部嚴重的缺氧損傷，目前需要住進加護病房治療。」在急診室裡，我詳細地向正民的家人解釋病情及未來治療的方向。

「那他有沒有生命的危險？！」王媽媽直接點出了最擔心的事。

「依目前的情況來看，心肺功能尚可，應該是可以渡過危險期，不過很遺憾的是智力的損傷可能會很嚴重。」我向王媽媽解釋。

「你的意思是說正民就算病好了也無法再從事醫療工作了！」王媽媽哭乾的眼又再度決堤。「這是多麼殘忍的折磨啊！老天爺你是在開玩笑的吧！嗚……」

我可以理解王媽媽的心情，正民可能因為腦部的損傷而喪失了醫療的專業能力，好像一個落難的天使，再也無法繼續他原本救人治病的美好初衷。

王媽媽並沒有放棄對正民的治療，舉凡正統的復健、高壓氧治療、中醫的藥草、針灸……等，全部都加諸在正民的身上，這無非是當母親的苦心，希望他能趕快病癒。

---

「梅花、海花滿天下……」病房傳來爽朗的歌聲，原來是正民開懷的大唱著。

「傅醫師，你來看我了！我今天很聽話，有按時吃藥和作復健。」正民用著天真的語氣，像個孩子似的跟我打招呼。

「你今天好不好？復健累不累啊？」我問。

「一點都不累，因為我要趕快好起來，要回去當醫師哦！」。

一氧化碳的毒性，讓正民的腦部受損不輕，他的智力退化到只有小學生的程度，時而天真，時而鬧脾氣，但不變的是，他想重回醫療崗位的決心。至於當初為何有輕生念頭，他隻字不提，也許是不記得了，也許是刻意隱藏在心中，只是正民絕對料想不到，這一覺醒來，不但事情沒有解決，反而更令人擔憂與心痛。

「你抓痛我了！」正民突然激動地緊握我的雙手，大喊大叫著：「我生什麼病啊！為什麼站不起來？傅醫師，你救救我啊！」

其實，正民的傷害不只在智力方面，缺氧性腦病變也造成他四肢無力、關節僵硬萎縮及大小便失禁，而這些損傷在短時間內是無法完全復原的。

王媽媽眼神空洞的望著我，她已經不再期待從我的口中透露出一丁點她想要的答案。而我無奈地回過頭，安慰著正民。

「正民乖，你只要按時吃藥，努力的復健，好好地聽媽媽的話，病就可以很快好起來。來，你再唱一首歌給傅醫師聽，好不好？」

「當我們同在一起，其快樂無比……」輕快且無邪的歌聲迴盪在病房內，而沒有人會想到這是一位心臟科醫師唱的歌，但是在王媽媽的心中，這永遠是天籟，是位小天使在她心中吟唱著，並且是支撐著她努力幫助正民再站起來的一股動力。

正民已經出院半年了，每次回診，他總是為我唱一首歌，也總是一再地問我，什麼時候會好起來，但是在我還沒回答他時，他卻又自顧自地哼起了歌。在經過這段時間的治療，正民的智力及肢體的靈活度都逐漸恢復，只不過短時間內，要重回醫療工作，仍有一段很長的路要走。

下班時候，走出醫院大門，望著大廳牆上那幅「佛陀問病圖」，我心裡想著，正民也許無法再利用藥物或高科技設備來醫治病人，但是重新再活過來的他，卻用著柔軟的心、純真的笑容，為他身邊的人帶來一股暖流，反倒是醫好了王媽媽的憂鬱症，而這不也警惕著我，不要忘了醫療的原點和本意是什麼，當高科技設備與昂貴的藥物充斥著，我是否淪為醫病的工具，而忘了所要幫助的是一個人，而不是疾病本身；「為病患著想的醫療」才是我要努力的方向，也才不愧對於這個被叫了十年的稱號：「傅醫師」。





# 「從」當一位醫師開始，

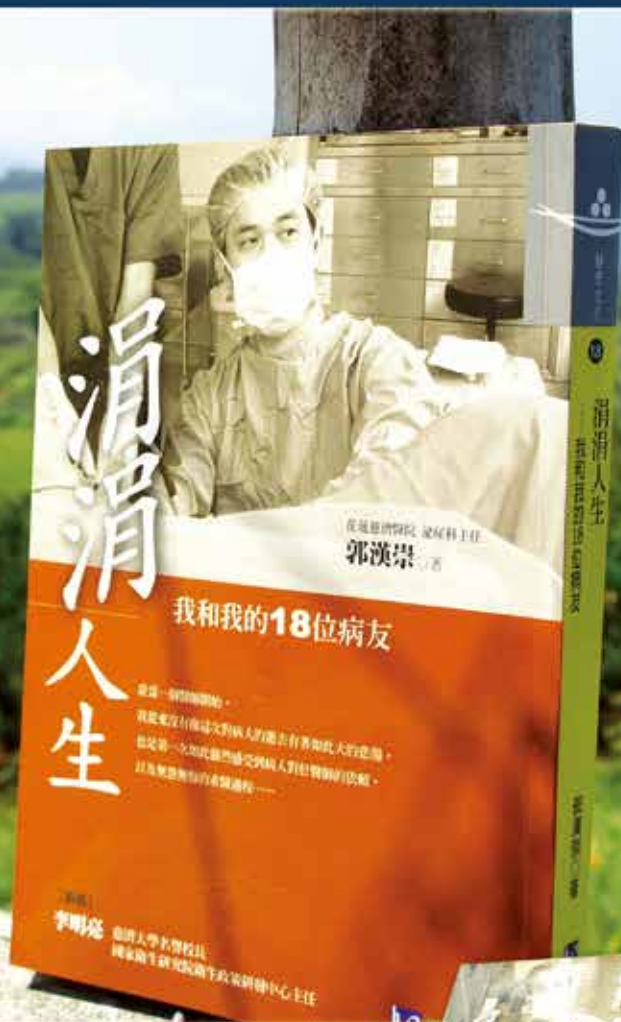
我從來沒有像這次對病人的逝去有著如此大的悲傷，  
也是第一次如此強烈感受到病人對於醫師的依賴……」

本書紀錄了一位行醫近20年的泌尿科醫師  
「把病人永遠放在第一位」，和18位病友之間的溫馨故事。

從中，我們看到逐漸失去的醫師尊重重現；

也感受到病人對醫師真誠的感激與信任；

更看到了病患挑戰病痛的勇氣，和面對人生困境的毅力。



書名：涓涓人生

著作者：郭漢崇醫師

規格：15×21公分，320頁

訂價：250元

劃撥帳號：18469229靜思文化志業有限公司

郵購依訂價七五折優惠，請另加郵資60元

全省慈濟各分支會、聯絡處、靜思書軒皆有展售

讀者服務專線：02-27760111分機2104

劃撥諮詢：02-28989888



# 脫離洗腎歲月

文口何姿儀

隔著一道玻璃門，父子兩人雖然只能四目相望，心靈卻是如此貼近。方爸爸舉起手，向隔離病房裡的兒子打招呼，方先生也舉起厚實的掌心，回應爸爸的問候。木訥的老爸與木訥的兒子臉上掛著一樣靦腆的笑容，在兩人無法交疊的掌心之間，傳遞著一股濃郁的親情。

八月三日下午，尹文耀醫師在方先生的身上種下一枚腎臟，這是一枚來自母親身上，充滿母愛與祝福的腎臟。寧願忍受醫師在自己身上劃刀，摘取一枚腎臟之痛，也不忍看孩子長年洗腎，走上幽暗的前途，方媽媽從自己身上捐出一枚腎臟給兒子，她對孩子無盡的愛，是最佳的治療良方。

---

## 誤信偏方，毀害健康

住在台南的方先生，是家中長子，今年雖僅二十九歲，卻已有六年的洗腎史。這六年來，方先生除了身形略微消瘦之外，依然奮發向上，未曾因洗腎而消沈。

他就是一個這樣堅強的孩子。長輩萬分不捨地說，若不是因為他這麼老實，也許就不會走到今天這個地步。

父母都在台南科學園區擔任清潔工的方先生，高中畢業後，就開始工作賺錢，分攤家計重擔。雖然工作粗重，方先生卻不曾喊過苦與累。

六年多前，方先生不知何故經常腹瀉、容易疲倦，一生苦過來的方爸爸告訴他，身為男兒，要有堅忍的意志，工作雖然勞累，但還是要吃得苦中苦。

儘管體力嚴重衰退，方先生依然咬緊牙根做粗活，不輕易懈怠。直到有一天，爸爸接到兒子雇主的來電，工作中的兒子早已體力不支，急需就醫，方爸爸才知孩子一直都在逞強。

經過診所醫師的檢查後，發現方先生右腎萎縮，建議至大醫院進一步檢查與治療。

心疼兒子年紀輕輕，腎臟就出狀況，方爸爸並未帶著兒子繼續尋求大醫院



手術前方先生(中)與父母有說有笑，紓解緊張的心情。

的診治，而是急於求神問卜、打探偏方，只要聽說是對腎臟有益的藥方，無論多麼昂貴，也要買來為兒子調理身體。

一個月之內，方爸爸花了二十餘萬元購買偏方，沒想到這樣吃下來，卻讓方先生吃出必須洗腎的命運。服用偏方一個月後，方先生身上多處出血，意識薄弱，送到醫院時，方爸爸得到更震撼的消息——兒子的兩枚腎臟都衰竭了。

## 死裡逃生，堅強進取

「我兒子能活過來，這條命是撿到的。」回想兒子所經歷的，方先生感慨而又感激。

住進加護病房，方先生病情每況愈下，兩星期後方爸爸接到醫院發出的病危通知，一方面求助於神明、風水，一方面心裡也做了最壞的打算，了知一切不可強求，甚至與附近的殯葬業洽談好往生事宜，沒想到孩子竟然醒來，在照顧他的醫護人員眼裡，這簡直就是一場奇蹟。

民國八十八年，方先生二十三歲，開始依賴洗腎維生。六年來，方先生並未因身體衰敗而頹廢。每週三天洗腎，另外三天，方先生依然到工廠上班，

晚上則把握時間就學，今年六月，順利完成二技學業。就讀夜二技三年來，方先生年年領取獎學金，讓家人不必為經濟操心。儘管體弱色衰，方先生依然想繼續研讀碩士班，這些年來不曾讓父母操心，孩子的上進心是爸媽最深的安慰與驕傲。

## 不捨子苦，母親捐腎

雖然洗腎後就登記等候腎臟移植，這些年來，卻沒有等到任何音訊。

「這麼多年，等得夠久了……」方媽媽不捨孩子因為洗腎而無法擁有正常的工作與生活作息，等候腎臟移植的機會卻又是如此渺茫，去年向先生提議：「不如我們兩人一起去做比對，看誰的符合，就由誰捐腎救孩子。」

雖然過去台南的醫師曾因認為大林慈濟醫院是一所年輕的新醫院，而推薦方先生往高雄的大醫院去進行移植，但也許是方先生與慈濟的好因緣，一家人雖非會員，卻對慈濟有深厚的好感，深信慈濟醫師仁心仁術，以救治病患為優先，必定會用心照顧病患，因而堅決要來慈濟醫院做移植。

去年方先生因為副甲狀腺腫瘤，來到大林慈院接受尹文耀醫師的手術。早有捐腎意願的方爸爸與方媽媽，遂趁機跟尹醫師討論父母捐腎的可能性，得到尹醫師的正面回應。

在今年六月方先生二技畢業後，父母就一起來到大林慈院接受比對，比對結果出爐，兩人的腎臟都適合捐給兒子，但方媽媽因為腎臟構造比較特殊，尹醫師考慮優先採用方爸爸的腎臟。

器官移植協調護理師余翠翠，形容方媽媽一心一意想捐腎的心情，讓人不禁為之動容。「記得剛開始尹醫師考慮採用方爸爸的腎臟時，方媽媽眉頭皺成一團，滿臉的失望，但她不放棄地跟尹醫師商量：『難道不能用我的嗎？』」

一方面方爸爸年事較高，一方面也為了圓滿方媽媽的心願，尹醫師於是繼續對方媽媽進行一連串檢查。當尹醫師告訴方媽媽，她的腎臟可以捐給兒子時，方媽媽頓時笑容燦爛，神采飛揚！

尹醫師感性地說：「感受得到媽媽那種真的很想捐的心意真的很強烈，這一家人的感情真的很可貴。」

## 手術順利，延續愛與希望

排定移植日期，方爸爸與方媽媽一起辭去清潔工的工作，以便日後養病與

互相照料。儘管身為公司最基層的外包雇工，方爸爸方媽媽的工作品質確是人人讚譽有加，雇主動為他們留職停薪，在手術後還特地打電話來關心，請求他們一定還要回到工作崗位上。「人窮沒關係，但一定要有志氣。」方爸爸的語氣堅定，就是這樣的信念，教育出堅強勇敢的孩子。

八月三日下午，尹文耀醫師邀請台大賴逸儒醫師共同協助，採用腹腔鏡微創手術為方媽媽摘取腎臟，不僅傷口較傳統手術小，更為方媽媽減輕術後的痛苦。

在手術室外，目送兒子進開刀房種下生命希望，等候結縭三十年的髮妻平安出來，方爸爸心裡是不捨，但相信尹醫師會對他們彼此的愛做最好的延續。

手術後，回到普通病房的方媽媽，身體難免不適，卻依然掛心著在加護病房裡的兒子。得知兒子手術順利，恢復情形還不錯，方媽媽的病容上，浮現了安慰的笑容。

移植手術最後圓滿完成，方先生有了健康的腎臟、媽媽圓滿了心願，而父親也終於鬆了一口氣。在他們的身上，沒有華麗的衣裳打扮，卻有著至為璀璨富足的親情；雖然遭逢重大生命轉折，彼此沒有無謂的埋怨與責怪，取而代之是深刻的祝福與感恩。他們的故事，除了為大林醫療團隊的移植記錄添上一筆外，也將這濃郁親情，感染了周遭的所有人。



捐腎幫助自己的孩子走出難關，方媽媽圓滿心中的願。方家也感恩醫療團隊及志工、社工的照顧。

# 生命的終曲不等於服務的終止 醫療團隊的全程照顧

文／黃慧娟 慈濟醫院台北分院社會服務室社工師

普天之下最痛的——莫過於是失去骨肉至親的悲慟  
心頭上最難放下的——莫過於是對親人離去的不捨  
生命中最難接受的——莫過於是沒有說一句話就走的遺憾

## 一場沉重的序幕

在醫院的急診室一角，如排山倒海而來的傷痛，正吋吋撕裂著痛失至親的家屬，陣陣重擊著他們的心頭，一聲聲的用力呼喊夾雜著不聽使喚的淚水，不再作用的理智、因悲痛而疲軟癱瘓的身軀，要跟自已最愛的人永不再見，這個告別是如此地不願卻又那麼地不由自主。

即使身為一位專業工作者，一直以來，我仍舊不夠勇敢地說我能承受要面對亡者家屬肝腸寸斷的痛楚，一種再也不能與身旁的人生活在一起的悲痛，這是一種沉重到令人喘不過氣來的悲悽，對家屬是這樣，對一般人是這樣，對身為一個社工的我又何嘗不是這樣。然而恰巧在我擔任急診室的輪值社工時，電話鈴聲響起，電話的那頭是護理人員急

促地請我過去協助，因為有個病人在到院前就已無生命跡象，經過急救後仍然無法挽回生命，但家屬無法接受一個年輕的生命就此殞落，情緒全然崩潰。

當我速速趕到急診時，看見在急診服務的志工師姊正緊緊地環抱著幾乎昏厥的母親，不停地在耳邊對她細細說話，護理人員仍舊守在病人旁邊顧著儀器及病人狀況，但不時地對我說：「媽媽情緒崩潰需要協助，其他家屬也都在外面。」我趕緊走出急救室，正找尋家屬的蹤影時，大廳的保全警衛快步趨近前來提醒我：「病人的爸爸在外面打電話，坐在椅子上的是媽媽。」我見他三不五時在經過家屬身旁時，伸手輕撫著因啜泣而顫抖的背……。原來，在當下，不是只有我一個人照顧家屬，而是整個急診醫護團隊在照顧著病人全家，我不用擔心害怕，因為團隊給了個

人力量，而我相信這樣的團隊全程照顧也同樣給了家屬支持的力量。

病人最終還是宣告不治，但護士仍仔細地跟家屬說明急救醫療處理、拆卸的步驟，在進行每一個動作時，也引導著家屬一起陪著病患走完最後一段路，口中不斷輕聲地說著「……已經沒有病痛了，要跟著佛祖走哦……」，雖然氣氛仍然哀痛，家屬臉上依舊佈滿強烈的悲傷、依舊淚如雨下，但卻沒有了驚慌失措，漸漸浮上的是沉澱、祝福和安心。

### 團隊的極致表現就是美

很多時候在醫院裡我們不停地說著「醫療團隊」，然而團隊的意義是什

麼呢？我的解讀是——“the efforts attribute to members—TEAM”，一項任務的成功是歸功於群體裡的每一個人，只有每一個人同樣看重這樣一件事，同樣注重著流程上的小細節，同樣在自己的專業上相互搭配、相互扶持，才能成就一個令人滿意的結果，即使病人的生命經過醫療上最大的努力而依然結束，我們接續著盡量做到讓病人跟家屬安心；「整體的美，來自於個體的美」，美是一種盡力的極致表現，是一種認真負責的態度，也是一種對自我專業的認同與實踐。

### 持續的、醫療和非醫療的陪伴

在非預期情況下面臨親人死亡對家屬



志工師兄姊也是醫療團隊的重要一環，總是適時給患者與家屬一個情感依靠的肩膀。



我們也同樣感傷到說不出話來，呵護的心意已然足夠。當家屬已漸漸意識到病人真的已經離開他們了，會開始珍惜能與病人（即使是遺體）相處的最後一點時間，此時我們會盡量協助家屬完成他們想要對病人好的想法，如陪同助念送病人一路好走，陪伴家屬一同將

而言是一個不可能準備好的非常處境，發生當下必然無法接受、盼望奇蹟、不能理解為什麼會發生，一連串的問題跟不可置信。但當醫生宣布無法挽回時，家屬被迫要在短時間內接受親人已經離開不會再回來的事實，一種從此以後再也觸摸不到他、聽不到他的一言一語的殘酷事實，這種突如其來的壓力事件必然帶來強度極大的情緒宣洩，此時若過早強迫家屬轉化情緒立即接受實在太過殘忍，也不可能。

此時能做的就是「陪伴」了，允許並接納病人家屬極致的情緒反應，也讓家屬在不傷害自身的情況下進行脫軌失序的宣洩，家屬間也許想要相互安慰，但彼此都是疲軟的身軀、哀傷的心靈，怎承接的住另一個人的潰堤。此時，我們的出現，給予家屬另一個堅強的臂膀，輕輕地、緩緩地調整家屬的呼吸，即使

病人遺體安置於助念堂，並協助家屬連絡處理相關事宜，讓家屬不致於過度慌亂。有時候，靜靜聆聽家屬說著與亡者平日共同生活的點點滴滴，都是在陪伴著家屬走過這一段不知所措的過程。

「陪伴」，其實就是「用心觀心」而已，用疼惜病人及家屬的心貼近傷痛不已的心，從醫療開始，直到落幕。

### 最終的落幕，祝福另一段路的開始

醫院，是一個搶救生命的地方，醫護人員在這裡只秉持一個最終宗旨—守護生命，守護每個人的至愛，守護著每個家庭的希望，但，當一盞燭火終將熄滅時，雖然守護不了病人的生命，但我們也希望讓離開的人走得安心，在最後一刻用親情緊緊相繫包圍著他，帶著滿滿的祝福邁向他另一段路，這是整個團隊真心的全程陪伴。







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

## 愛的循環，重障者回饋

八月十五日

十點多在門診區廊道上欣賞海報展，突然看見顏惠美師姊笑容可掬地推著一名躺在輪椅上的病患從感恩樓往大愛樓走來，還有四台輪椅跟在後面。這麼浩大的陣仗，當然要跟去瞧瞧囉！

### 人生都有挫折，但我們可以禱告

原來這五名重障病患，是門諾醫院重障養護中心的病患。他們來看住在感恩樓的方先生，還有方太太。方太太是

門諾醫院重障養護中心的志工，每周撥出半天的時間教病患唱詩歌、聖經朗讀與心靈分享。重障養護中心成立七年，方太太已經在那裡服務三、四年多了。方太太的愛心，讓重障養護中心的病患都倍覺窩心。最近他們得知方先生住院了，於是便相約來慈濟醫院，一起為方先生、方太太禱告。

病患高豪欽躺臥的人生已有二十六年之久，他鼓勵方先生說：「人生都有挫折，但我們可以禱告。」雖然這裡是佛教醫院，但慈濟醫院向來是不分宗教的。顏師姑為他們唱了一首「哈雷路亞」，讓他們全都笑得開懷，充滿喜樂。

雖然宗教信仰不同，我們仍虔心為方先生禱告。儘管禱告方式不同，仍深深

祝福方先生身體健康。而方太太的笑口常開，希望也能把病痛笑走。（文/蘇怡如、程玟娟）



顏惠美師姊拿出自己的盆栽地瓜葉給重障中心陳先生看，隨後並帶往感恩樓七樓送給方先生。

# 玉里

## 花蓮玉里人醫群集 在瑞穗富源國小

七月三十一日

在花蓮慈院王立信副院長、玉里慈院張玉麟院長、吳維祥師兄的聯名號召下，富源國小搖身一變成爲醫護、志工假日修行的義診道場。

這一次的義診目的地是位於瑞穗鄉的富源國小。花蓮慈院王立信副院長和東區慈濟人醫會的吳維祥師兄，與內科陳岩碧醫師、婦科丁大清醫師、小兒科陳瑞霞醫師、眼科張芳綾醫師及十多位志工，也一大清早從花蓮出發，前來參與義診。

而在玉里慈院的大廳裡，張玉麟院長帶著微笑和玉里慈濟人一起迎接院內支援義診的醫護與行政人員。除了牙科蔡宗賢醫師、曾婉青醫師之外，還有護理人員是剛下小夜班，稍做休息之後，又趕來參與義診。大家把握因緣，盡一份心力，去幫助需要醫療支援的病患。

這次義診的內容包括了：牙科、內科、外科、小兒科、眼科、婦科等六科，共七位醫師，加上護理人員、醫技人員與慈濟人，浩浩蕩蕩來到淳樸的鄉間學校——富源國小，經驗豐富的志工與醫護很有次序地將診間、器具都備好，期待社區民眾的到來。



負責器材的師兄正在測試儀器。

## 左三圈右三圈 張院長動靜皆有愛

就在等候民眾來看診時，在教室外面傳來了動感的音樂聲「左三圈、右三圈……」，大家都不禁探出頭去瞧瞧怎麼回事，只見愛鄉志工隊同學正在帶動現場氣氛，教大家來跳有氧的健康操，一旁還見到穿白長袍的張院長一起跟著舞動身體，院長的活潑動感，讓大家帶動，大家在驚訝之餘，也一一放下身段，跟著音樂放鬆身心，今天的活動就在既期待又歡喜的心情下揭開序幕。

從一旁的觀察，外科的診察台上，總是能看見張院長滿臉的微笑、輕柔的動作來面對每一位病患，對於老人，彷彿就像是自己的尊長一般，除了問其病痛外，還會親手爲其按摩，讓他們覺得舒緩，而醫師的眼神也傳達出對病人的關心，不用特別言語，但是病人都能夠感受到。

一位阿嬤看完外科後一直在笑，讓人感覺有些奇怪，於是上前詢問原因，阿



張玉麟院長與愛鄉志工隊一起跳動感健康操，帶動氣氛。

嬾回答：「沒什麼啊，只是感覺醫生好像自己的孩子，醫術也很好，從來都沒有碰到過這樣的醫生呢！」

### 志工讓醫護安心依靠

在牙科的診間中，只見牙醫師專注的為病人檢查、醫治牙齒，身邊該有的器具，一樣都不少，跟其他診間不同的是，還看到有兩位師兄在一旁整理管線、檢修機器，他們在這兒忙些什麼呢？原來他們是在牙科的儀器旁待命，一旦當儀器有問題，必須馬上幫醫師處理、更換，才不會影響到病人，而這間宛如小型牙科診所的診間，也是這兩位師兄的用心裝設，為了使病患可以有個舒適的空間，為了讓躺在床上的患者可以比較涼爽，所以寧願延長線拉長一

點，而將床對著吊扇來擺放，這樣的細心，不只在牙科，整個義診現場都是一樣，讓人不由得升起感恩的心，感恩每一位在背後付出的志工。

### 王立信副院長白衣出訪 社區觀察

前幾天，南台灣發生類鼻疽菌的感染事件，讓民眾對於居家的衛生都開始特別注意，避免傳染疾病的發生，而就在看診的空檔，王立信副院長他拉著一位師兄，說想要到社區去看看，原因無它，因為王副院長他關心富源地區的環境品質，也發揮他的專長，親身走訪為希望這裡可以避免傳染病的發生。

### 健康諮詢 衛教護身

時間漸漸過了中午，也有較多的社

區居民來看診，根據現場的統計，前來看診的年齡層分布大都是老人與小孩為多，這也算是原鄉的特色之一吧！除了玉里慈濟醫院的公衛護士提供的糖尿病諮詢外，還有就是愛鄉志工隊的同學在為大家檢測身體機能，以及提供保養健身的運動來讓大家更健康，預防疾病發生。

### 走在最前 做到最後 期待再相會

陽光漸漸地西移，我們的義診也邁入尾聲，在整理、回復場地後，大家互道感恩，感恩今天眾人的付出，也感恩來看診的人給我們的學習機會，就在大家依序上車離開時，張院長在與護士們經過走廊的談話時說了一句「慈濟人總是走在最前，而做到最後」，也是今天對於我們義診活動下了一個最佳註解。（文

/康志玄、謝枝祥、曾慶方)

## 關山

### 成功義診三百一十人 往診關懷

#### 八月二十一日

星期日早晨，當大家都還在床上補眠時，有一群人正從花蓮慈濟醫院出發前往台東縣成功鎮，他們是東區人醫會的志工們，義診包含了骨科、內科、婦產科、放射腫瘤科、眼科、兒科、耳鼻喉科及牙科。另外，前來花蓮慈院受訓的六位國際護士也在王淑貞護理長的陪同下，參與這次的活動。

#### 陽光普照 溫暖小鎮居民身心

上午九點，志工們來到義診所在地——國立成功商業水產學校。成功依山傍水，坐擁中央山脈，面向太平洋，是個風光明媚的小鎮。排定的行程是十點才正式開始口民眾義診，但九點多時就已聚集許多民眾排隊等著掛號。而理髮部早已上工，坐在理髮椅上的民眾開心的咧嘴笑著。家住台東市的楊秋蘭師姊擔任理髮師已五十年，每次人醫會舉辦義診，



來實習的波蘭國際護理人員Lewko Yolanta 正在幫病患測量血壓。



才上午九點多診區就湧入大批掛號及等候看診的民眾。

她都會義不容辭來幫民眾剪頭髮，不管是在蘭嶼、永安還是瑞源。能看到民眾滿意的表情，是她每次參加義診最大的動力。

從花蓮過來的志工們需要兩小時的車程，而台東的師兄師姊們則六點多就在現場準備。張肇和師兄表示，我們來得早，民眾也來得早，有人八點就在門口等了，所以八點半讓他們趕快來掛號，不要讓他們等太久。」其中一位早來的許先生就說：「前幾天就有宣傳車來宣傳，今天特地早點來，因為鎮上的診所少，怕來義診的人很多。而且義診分科分的細，看得也比較安心。今天是帶媽

媽看婦產科，兒子看小兒科。」

今天義診能順利，有一半要歸功於台東的香積志工師姊們喔。有他們的健康美食照顧前線的醫師、護理人員們的胃，也讓跑東跑西的志工們吃得很飽。主廚美智師姊個頭雖然嬌小，拿起鍋鏟在大鍋子裡翻炒的模樣，可是架式十足呢！一群娘子軍，六點多就來幫忙打掃活動中心、清洗廚房，更神通廣大地搬來好幾台電風扇。

負責掛號事宜的後勤志工黃坤峰師兄，每一次只要台東有慈濟的活動，他都會去參加、去幫忙。他表示很感恩可以服務民眾。

綽號「大炳」的急診部副護理長口炳旭在診區四處奔走，不管走到哪，他總會像閃電俠一般出現。問他今天主要負責哪一科，他一邊火速移動他的身體，一邊說：「我是哪裡有需要，就往哪裡去！」若要說他是今天全場最忙碌的蜜蜂，看來一點兒都不為過。

婦產科高聖博醫師今天原本要參加東區委員慈誠的培訓課程，但他覺得成功鎮的義診一年才一次，因緣難得，且上人一再教育我們要把握當下，於是高醫師忍痛犧牲今天的培訓課程而來義診。

人醫會的義診活動已成為民眾的口碑，黃坤峰師兄告訴我們這次義診共有310人(其中6位往診病患)，逾540人次前來看診，和去年差不多，比起大武鄉等地方，成功鎮的人口較多，因此義診人次也較多。

### 往診再現 關懷擱淺漁船船員

下午兩點多，林亞發醫師和護士游雅慧帶領一群志工到一家位於十一號省道上的旅館，關心八月中旬因珊瑚颱風而漁船擱淺的新加坡新加坡籍漁船，因為船上的印尼裔船員算是非法入境，所以只能待在旅館裡不能出去。

成功鎮協力組的廖阿子師姊解釋，船隻擱淺的隔天下午，慈濟人就趕來關懷，兩天後還為他們帶來了衣服、牙膏等日常生活用品。而今天，香積組師姊泡了一大壺冰咖啡讓船員們享受用，他們都很高興地接過咖啡。

包含船長共有十二位人員困在這裡，其中一位船員陳尤興(Tan Yu Seng)看見我們來，馬上進房拿了數張千元鈔票出來，表示是船東和船員們的心意，慈濟人是他們發生船難後第一個救助他們的人，希望將這些錢捐出來當做國際賑災。

下午三點，義診活動接近尾聲，大夥兒動作超級迅速確實，不到半小時場地就恢復原來的樣貌，慈濟人的行動力真是無話可說，成功鎮義診活動圓滿落幕。(文/蘇怡如、程玟娟)

## 台北

### 夏日一抹舞姿

#### 八月二日

陳高祝老菩薩每星期固定兩次來新店慈濟醫院看病，八歲的孫女陳愉婷總是跟隨在旁，看完診後，再和阿嬤一起靜心欣賞鋼琴演奏。

有一天，祖孫二人準備離開時，陳老師輕柔彈出一首曲子，陳愉婷走到陳老師身旁說：「這首曲子我會跳」，陳老師一句鼓勵「那就去跳啊！」，對於環境稍許熟悉的陳愉婷，大方手足舞蹈，展現所學。

再次來時，準備好自己的粉紅舞鞋、白色舞衣，隨著琴音舞動肢體，將身旁



八歲的陳愉婷，準備好自己的粉紅舞鞋、白色舞衣，隨著琴音舞動肢體，將身旁的大、小朋友帶入心靈視聽饗宴。(攝影/吳建銘)

的大、小朋友帶入心靈視聽饗宴。在炎炎夏日時光，有如一道伴隨微風的清澈溪水，帶來陣陣清涼抹上臉龐。

「下次我可以帶朋友來嗎？」陳愉婷說她的朋友彈鋼琴很棒！希望下次能和朋友一起來。暑假期間，陽光大廳有小朋友的加入，更增添音樂的豐富色彩，要好好把握這珍貴時刻。

## 百善孝為先

急診處是醫院的第一線，醫療志工范順意師姊在此深刻體會到蓋醫院的需要，因為急診處幾乎不敷使用，常常有

各種狀況要立即處理。

有位一百歲的高齡老菩薩呈現半昏迷狀態，轉院到新店慈濟醫院的第三天，逐漸恢復意識後，轉進普通病房繼續治療。范順意師姊陪伴關懷病患家屬，家屬心情由焦慮轉為平穩，很為這五代同堂的家庭歡喜，也羨慕這家七十幾歲的大兒子，還有叫「媽媽」的福氣，有機會盡孝道。

百歲老菩薩在急診處四天，一群兒女隨同在旁，輪流照顧媽媽的情況，戴上氧氣罩的媽媽清醒後，開始一一點名兒女，兒女們個個歡喜應答，全家表現出



「愛」的力量與「孝」的傳統美德。(文/朱英彥)

## 伍超群妙手再造腹膜

八月二十三日

八月十八日住進新店慈濟醫院的官先生，今天要出院了，前後不過六天，從外表氣色實在看不出，曾經待在開刀房十個多小時，做了腫瘤切除和人工腹網膜安裝手術。

官先生細說從頭：自己原本是從事牙醫的工作，因為不小心在為病人診治當中，手臂劃破感染C型肝炎，長久以來皆在別家醫院做定期治療，第一次動手術，開完刀傷口足足痛了四天，尤其是麻醉藥效退後的第四天，更得靠施打止痛劑才能止住難忍的疼痛。

每三個月的定期追蹤檢查，醫師總在看完檢驗報告後說：「正常！」而且也沒有告知「膽」已切除，腹膜切除也偶造成疝氣腫脹疼痛。

此次因為年齡超過七十歲做例行性健康檢查，透過斷層掃描被告知肝臟有黑點，兒子的朋友介紹「新店慈濟醫院」是所大愛的醫院，就從住家桃園中壢來此看病。

「真的很有愛心！」官先生讚嘆慈濟醫院，也讚美一般外科伍超群主任，他說伍主任很親切，一天會來探望他兩到三次，開刀前詳細地向自己說明手術部位，以及手術後可能的各項反應，伍主任親切的態度讓他很安心。

從進開刀房到出來共十個小時，原本是肝臟腫瘤切除，因為先前的腹部腫脹不舒服，再問伍醫師可否一併處治？伍醫師檢驗看後說：「可以！」所以他動了兩個不算小的手術。

伍醫師的醫術真是如其名——超群，官先生手術第二天即可下床稍微走動，伍醫師來查房的時候，官宏岳向伍醫師要求說：「名醫的手，請讓我握一下。」「握一下，心情就很輕鬆，雖然我知道這是心理作用，但是他真的讓我很安心。」官先生有點兒靦腆但又肯定的說。

官先生撩起衣服讓我們看他的腹部，正中間直直一道長廿七、八公分的刀痕，是八十七年傳統開刀技術所留下的紀錄，粗黑又明顯，左右貼了四塊紗布是伍醫師最新「微創手術」蜻蜓點水式的標記。

大家稱讚官先生：神采奕奕，紅光滿面，不像七十三歲、剛動過手術的樣子，他說心中無煩惱就沒問題，他指著病房外的空中花園，說慈濟醫院真的給病患很大的信心，有哪家醫院會在病房外設置這麼美的花園？讓病人醫病又醫心。



(文/侯如璧)

# 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」。

從中部慈濟師姊的介紹，經大林慈院妙文護理長與花蓮總院小兒血液腫瘤科的陳榮隆主任聯絡，再三確認不會因為過年期間停診，且可以馬上做癌細胞是否擴散的檢查，與化學治療。於是我們抱著惶恐不安的心情，帶著小翰和弟弟於94年2月5日從台中潭子出發，繞了半個台灣，開了將近四百公里的路程來到花蓮的慈濟總院。

在這將近兩百天的日子裡，經過從檢查癌細胞沒有擴散，使我們安心。緊接著馬上開始化療所產生的副作用，噁心、嘔吐、發燒、打抗生素、為癌開刀擔心截肢，及細菌感染產生敗血性休克，住進加護病房……等等狀況，使我們每遇到一種情況，即產生不安與害怕。但陳主任用慈悲濟世的精神，無論是否有門診或是星期假日，都會來巡房，詳細的向我們解釋治療的過程及可能發生的狀況，讓病患及家屬能夠安心，及做防護的措施。像主任這種不僅有醫術且有醫德的好醫生，真是難得一

見。我們慈濟的人文精神，在主任的身上發揮到淋漓盡致。

在這不算長也不算短的日子裡，也認識多位兒癌的家屬及醫護人員，只要談到主任與病患的醫病關係，大家都伸出大拇指不斷的感謝與稱讚，有的還紅著眼眶，說著主任的細心。有時病患應回院複診，但未回來，他就會請護理人員聯絡病患，儘速回診。

像這種將病患視為親人一樣看待，真是病患與家屬的福氣，也是我們慈院推廣人文教育及醫護人員的活廣告。

從放棄中部的醫院選擇到花蓮慈院，所背負的壓力。事實證明沒有錯，在此千言萬語的感謝，不知如何表達，只能向陳榮隆主任說感恩！再感恩！

三西之醫護人員呂護理長、陳副護理長、雅君專師、總醫師、住院醫師，以及三西年輕、活潑、美麗的白衣天使們，在小翰住院的這段日子裡，有你們的陪伴一起度過了重重的難關，也因你們的愛心與耐心，小翰終於可以回家

了，心中千言萬語，並非短短幾句話所能表達，最後再一次向大家說一聲感恩，謝謝你們。

小翰住院至今半年多時間，所見有感——對於負責打掃、整理病房、廁所、配膳室的劉五妹女士，實在是一位很難得一件的清潔人員。常看見她爬上爬下的拿著清掃用具，擦拭病房外面的走廊扶手、天花板、地板……等等，尤其在三西是小朋友的天下，打掃工作更是加倍辛苦，特別是出院後及清潔人員下班，隔天環境便會差很多，但在劉女士的整理下，很快就恢復乾淨的原狀。有了她在三西，真是我們大家的福氣，在此向您說聲感恩。

還要感謝骨科的姚定國醫師，在小翰骨腫瘤開刀的這段時間，很有耐心及親切的向我門解釋可能產生的情況與照顧，讓小翰的右腳沒有產生不良的後遺症，使我們能夠安心。在此感謝您的仁心仁術，感恩您。

文／台中縣潭子鄉李爸爸

家母(先母)自去年十月生病住院以來，受到二七東全體醫護人員細心照料，感恩之心自不待說，至94年4月轉入內科ICU2病房月餘，於五月捨壽，其中特別感謝林正雄醫師及蔡鶴齡小姐對老人家溫柔的照顧，對家屬溫暖的關心，使先母在人生盡頭得到那麼一點尊嚴，使家屬在悲痛中得到些許安慰，尤其是蔡小姐最後主動為先母擦澡更衣，協助

家屬等等，在此除了說感恩還是感恩！祝貴院醫護人員皆能如二人宛如佛陀化身，體貼照顧病人，則病人幸甚！阿彌陀佛！

文／古女士

想起剛入院時，憂慮、恐慌、沒記憶性，到無法提筆寫任何字。如今，我感覺到身心舒暢，心情愉快，感謝楊重源醫師給予的治療，使我有重生的信心，健康的身心。十二萬分的感謝，謝謝二十一西的護士們，尤其是黃群雯、邱蕙玲護士，具有很大的耐心及愛心，對病友和善、關愛，再次謝謝你們，祝你們健康、美麗、快樂！

文／黃小姐

感謝你們的照顧呦！還要跟洪崧仁醫師說”不好意思”，剛開始因為擔心病情，因此脾氣不好！sorry！感謝你的照顧。另外，要感謝椿藿與春瑩小護士，你們的熱情與活力，讓病房裡常充滿著歡笑，尤其是你們的關懷，也讓我無懼一個人住院喔！有時早上五點被挖起來吃藥、打針，其實還是很想睡，但看到你們貼心的打開藥包(呵呵，應該是怕我之後睡著沒吃吧！)我就從善如流的吃下去啦！總之，這是個很像『家』的醫院。感謝所有照顧我的人，感恩。

文／宜蘭市許小姐

整理 / 黃秋惠

## 國內外重大發現

### ● 植入電極 可助癱瘓者咳嗽清肺

四肢癱瘓的摩爾原來根本無法像大多數人一樣，咳嗽清肺。但現在，他只要按一下輪椅上的控制器，隨時都咳得出來。50多歲的摩爾說：「只覺得一股氣從喉嚨吐出來。」摩爾的醫師，克利夫蘭MetroHealth醫學中心研究員狄馬可說，摩爾是第一個植入電極咳嗽的四肢癱瘓患者。

醫師把3枚約橡皮擦大小的電極植入接近摩爾脊椎表面處，刺激從下脊椎散發出的神經。這些電極是以電線連接到植入胸廓皮膚下的一個小型接收器，附著於接收器的電池會啟動電極收縮患者腹部肌肉，促使腹部肌肉產生咳嗽。狄馬可說，至少要3周才能決定足以促使摩爾持續有力咳嗽的電流。

### ● 降血壓老藥 *clonidine* 有新用

老藥有新用，台北榮總麻醉部針對手術患者，在麻醉前給予二顆降血壓藥物，發現不僅可以減緩病患手術前的緊張，術後止痛效果也不錯，甚至在手術過程中，不會產生傳統麻醉止痛劑的壓抑效果，可以增加病患手

術中的安全。

台北榮總麻醉部主治醫師許淑霞指出，降血壓藥物 *clonidine* 是一種很老的降血壓藥物，但是會有嗜睡、昏沉沉的副作用，隨著新降血壓藥物的問世，越來越少人使用 *clonidine*。歐美使用 *clonidine* 已經很多年，並有多篇研究論文，安全性很高，只有對心律緩慢的病患不適合使用。

### ● 骨折多年不癒合 有新療法

#### 自體骨髓移植合併注射血小板纖維蛋白 效果百分百

一名29歲女性，在9年前車禍造成大腿骨折，前後開了7次刀，但骨折部位仍無法癒合，由於臨床類似骨折不癒合的個案頗多，三總醫師最近研發新的療法，透過自體骨髓移植合併注射血小板纖維蛋白，發現手術成功率幾近百分之百，解決骨折患者所可能面臨骨癒合不良的夢魘。

王世杰表示，根據臨床統計，發生骨折癒合不良的部位以大腿骨、脛骨和手腕舟狀骨骨折最為常見，過去醫界曾採用自體骨髓移植來促進骨癒合，但成功率只有六至八成；最近他發現，如果再添加自血小板分離出來的纖維蛋白及生長因子，來刺激骨生成，應是

不錯的構想。而前述29歲骨折的女性，也在治療6個月後骨折線就不見了，這才讓她揮別9年骨折的夢魘。

## 健保與政策

### ● 9/1 健保不給付範圍擴大

吃西藥配顆胃藥是很多病患的習慣，甚至同一個藥包中竟然有兩種胃藥。健保局指出，9月1日開始，如果同一處方中，有兩種胃藥，而且同一醫院開出的處方中，每100個病人就有7人拿到兩種胃藥，健保局將不給付。

胃藥就是制酸劑，又稱為「味素藥」，吃了無效，不吃也無妨。健保局醫審小組主任高資彬指出，根據調查，醫師開出的處方箋中，有2%出現重複給胃藥的情況，而且集中在少數醫療院所，顯示少數醫療院所確實有濫用情況。

此外，健保局也公告多項不支付項目，例如未用阿斯匹靈即用抗凝血用藥Ticlopidine、Plavix，健保局就不予給付。高資彬說，一顆Plavix要價57元，國內一年吃掉6億元。若是先使用阿斯匹靈，就可以抑制浪費。

另外，健保局計畫未來制訂初次剖腹產、cox2用藥不符給付規定比率，以及高血壓併

氣喘病患使用 $\beta$ -blocker、超音波申報率、制酸劑不當利用率、幽門桿菌藥物療程超過14日以上比率等，以管制醫療資源。

### ● 上網談憂鬱 多一分自在

一提起憂鬱症，不僅病患自己退避三舍，家屬也不願觸及，致使憂鬱症更加「憂鬱」。台北市衛生局及公務人員訓練中心聯手架構的台北e大「聆聽憂鬱的心~談憂鬱症」網路學習課程，少了面對面談話的尷尬，卻多了一分自在，為憂鬱防治邁出步伐。

憂鬱是情緒反應的具體表現，更是精神官能症的成員之一，根據衛生署國民健康局利用「台灣人憂鬱量表」所做的調查，15歲以上台北市民眾中，4.7%男性有憂鬱傾向，6.8%女性有憂鬱傾向，但曾因憂鬱而求醫或求助生命線的比率，男女只有1.5%及3.3%，向外求助比率偏低，仍有改善空間。

台北市立聯合醫院松德院區社區精神科醫師劉宗憲表示，憂鬱和憂鬱情緒不一樣，前者是精神病，而後者只是情緒反應之一，但一般憂鬱症患者不是不願去了解真相，就是搞不清楚，此時即有賴家屬透過此一學習網站去蒐集相關資料。台北e大數位學習網的網址為elearning.taipei.gov.tw。

# 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新城鄉康樂村精舍街88巷1號	03-8266779

## 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 c/europa 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



靜思書軒  
JING-SI BOOKS & CAFE

簡單·富足



無私無求 心靈富足  
親身力行 清心深受

## 靜思書軒九月心靈講座

- 9/03 我和我的同伴動物—大毛與coffee 蕭菊貞 紀錄片導演及作家  
9/10 城市因你而改變-綠色生活地圖 洪家興 荒野保護協會綠色生活地圖推廣講師  
9/17 生活.美學.人文 李阿利 英美製藥公關部經理及資深慈濟志工  
9/24 禪-生命的簡法 林谷芳 佛光人文社會學院藝術學研究所所長及作家

講座時間：晚間19:30-21:00 (18:30開始入場，19:10以後恕不保留座位) 票價免費、僅酌收基本飲料費

索票方式：座位有限，請來電告知傳真號碼，方便傳真講座入場券，或親至書軒取票

地址：靜思書軒：台北市松壽路3-1號(中國信託大樓 新舞臺1F) 電話：27236686 傳真：27238182