

仁濟醫院門診時間表

103年12月份

請多加利用網路掛號服務：<http://www.tjci-tp.org.tw> 電話預約專線：02-2302-1133

語音掛號請按1、人工掛號請按9

※掛號須知：1. 現場掛號時間：上午診08:00-11:30，下午診11:00-16:30 電話掛號時間：上午診08:30起

2. 診療時間：上午09:00起，下午13:30起

科別	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五		星期六
	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午
五樓											
內科	糖尿代謝		戴東原0219						戴東原0219		
	神經內科		張英明0233			張英明0233				張英明0233	張英明0233
	腎臟	楊英芳0213	楊英芳0213	楊英芳0213	李孟鴻0222	李孟鴻0222	楊英芳0213	楊英芳0213	楊英芳0213	楊英芳0213	楊英芳0213(12/13看診)
	糖尿血脂 甲狀腺	林俊彥0202		林俊彥0202	林俊彥0202				林俊彥0202	林俊彥0202	林俊彥0202
	老人專科				吳樹民0203					吳樹民0203	
	胸腔			葉仁和0224					葉仁和0224		
	心臟內科				柯景塘0251	范齊賢0237			柯景塘0251		范齊賢0237
	胃腸科						姜良忠1105		姜良忠1105		
腸胃外科				李孟達0325					李孟達0325		
十樓											
內科	腎臟							李孟鴻0222		何書蓉0252	何書蓉0252
三樓											
骨科	蕭國川0322			李紹立0313	蕭國川0322	蕭國川0322		周德財0312	蕭國川0322	蕭國川0322	周禮智0326(12/6,13,20看診)
外科	徐榮辰0304	徐榮辰0304 (乳癌檢查診)				徐榮辰0304	徐榮辰0304			徐榮辰0304	徐榮辰0304 (乳癌檢查診)
泌尿科				蔡伊達0324		李銘展0319				洪佳宏0323	
七樓											
婦產科	董光世0501	董光世0501	蔡三元0507				董光世0501	蔡三元0507			董光世0501
子宮頸抹片 快速通關	董光世0501	董光世0501	蔡三元0507	蔡三元0507	蔡三元0507 (子宮頸癌檢查診)	董光世0501 (子宮頸癌檢查診)	蔡三元0507	蔡三元0507	蔡三元0507	董光世0501	蔡三元0507
家庭醫學科	蔡三元0507	洪攷幸0246		蔡三元0507	蔡三元0507	洪攷幸0246 (健診)	洪攷幸0246 (五樓)	蔡三元0507	蔡三元0507	洪攷幸0246 (健診)	蔡三元0507
健康管理中心 戒菸門診	由家庭醫學科醫師於門診時段為您服務，請洽7樓健康管理中心										
二樓											
眼科	黃瑞冰1001	黃瑞冰1001	吳金玉1004	吳金玉1004	黃瑞冰1001	黃瑞冰1001	吳金玉1004	吳金玉1004	陳慕師1005	黃瑞冰1001(12/12,26看診)	黃瑞冰1001(12/27看診)
										吳金玉1004(12/5,19看診)	吳金玉1004(12/6,20看診)
耳鼻喉科		林松村0908	林松村0908			林松村0908	林松村0908		林松村0908 (口腔癌檢查診)	林松村0908	
皮膚科	溫素瑩1115						范文峰1101			溫素瑩1115	
身心科							褚得利0231			張永龍0232	張永龍0232(12/6,20看診) 褚得利0231(12/13,27看診)
對面一樓											
復建科	洪茂桓1409			卓薪1412	洪茂桓1409			林峰正1411	洪茂桓1409	卓薪1412 (下午2:30開始看診)	
牙科	門診	葉江林		簡肇欽 (口腔癌檢查診)	簡肇欽	葉江林 (口腔癌檢查診)	葉江林	吳國雄	吳國雄	吳國雄	葉江林 (口腔癌檢查診)
	約診	簡肇欽		葉江林	葉江林			葉江林	簡肇欽	簡肇欽	吳國雄
抗老美容	蕭國川0322 (骨質疏鬆症)	徐榮辰0304 (抽脂瘦身)		林俊彥0202 (減重過敏)	黃瑞冰1001 (雙眼皮)	董光世0501 (停經症候群)	蔡三元0507 (停經症候群)				



新莊仁濟醫院門診時間表(原名稱仁濟療養院)

院址：新北市新莊區中環路一段28號 預約專線：02-2201-5222；網路掛號：www.tjci-sj.org.tw

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午	施至	莊曄嫩	羅家駒	施至	褚得利	羅家駒
下午	施至	莊曄嫩	羅家駒	施至	莊曄嫩	休診

情緒困擾您嗎？壓力無處紓解嗎？

專業的精神醫療機構 **新莊仁濟醫院**

我們有優秀的醫療團隊--專業醫師群、專業心理師、藥師、專業的職能、社工、護理人員，亦設有「日間照護中心」及「社區復健中心」

若您需要定期收到本刊物或有任何建議，請與仁濟院蔡小姐聯絡 電話：(02)2302-1133轉5101



仁濟安老所

歡迎進住成為一家人

本安老所擁有景觀優雅的居住環境及耐心服務的工作人員，結合護理及完善醫療支援服務，給長者一個安全又溫馨的家。床位有限敬請把握，詳洽：仁濟安老所社工組。

住址：新北市淡水區中正東路二段153號
電話：02-28095600 02-28092131

財團法人台灣省私立台北仁濟院

仁濟 通訊

戴東原

中華民國九十五年元月創刊 地址：台北市廣州街200號
網址：//www.tjci.org.tw 電話：02-23021133

仁濟醫院

地址：台北市萬華區廣州街243號
電話：02-23021133
傳真：02-23062560
網址：www.tjci-tp.org.tw

新莊仁濟醫院 (原名稱仁濟療養院)

地址：新北市新莊區中環路一段28號
電話：02-22015222
傳真：02-22056987
網址：www.tjci-sj.org.tw

仁濟安老所

地址：新北市淡水區中正東路二段153號
電話：02-28095600 · 28092131
傳真：02-28091132
網址：www.tjci-ts.org.tw

12
月號

發行人：戴東原 總編輯：蔡佩玲 副總編輯：王翊瑩 執行編輯：蔡妮娜 編輯群：郭怡伶、林素珍、林建成、何桂英、楊翠萍、張帥心、蔡孟君、李君婷

★仁濟安老所 蔡孟君 社工員

樂齡學習ing

面臨銀髮社會的到來，所謂的「活到老、學到老」應該不只是一句口號而已，而是一種生活，像美國進步主義教育家杜威 (Dewey) 就提出「學習就是生活」的教育思想，銀髮族透過終身學習，建立新的自我思維，滿足教育需求及適應社會變遷，進而提升其生活品質，從另外一方面來說，再學習也是讓銀髮族能持續與社會保持聯結追求圓夢的一個重要方式。

一般來說鼓勵長者持續學習目標與內容簡述如下：

- (一) 保持身心的活力：透過學習的設計，協助銀髮長者活化心智，自我充實、積極訂定健康方案，讓老年生活維持敏銳的狀態，達到維持健康與預防老人失智症等腦部退化之疾病。
- (二) 跟隨時代的變遷，自我成長：社會一直在進步與變化，透過學習才能跟上時代，增加生活上的便利性，甚至是擴充交友層面，例如電腦課程的學習。
- (三) 娛樂身心、快樂生活：有些終身學習的課程，可以讓銀髮族的長者獲得消遣、鬆弛身心，達到快樂的情緒與娛樂的效果，提升生活品質，例如歡唱卡拉OK班。
- (四) 培養自信與自我價值：透過學習的過程獲得成就感，讓銀髮族仍保有自信，肯定自我存在的價值感，也讓生活更有希望。
- (五) 自我實踐與挑戰：透過社區參與，發揮潛能追求自我滿足與實踐自身的圓夢計畫，例如重新有機會獲得以前沒辦法完成的學歷。

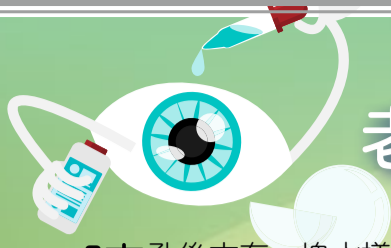
由於社會高齡化的趨勢，包括政府與各民間單位都積極成立許多銀髮族的學習管道，增加可近性與多元內容，讓長者可以選擇自己有興趣的課程就近持續學習，故就幾個銀髮學習資源簡介如下，讓長者可以多加利用：

- (一) 老人大學 (松年大學) 或長青學苑：是由社會局所主辦的銀髮學習資源，每年分為兩季開課，規劃內容相當多元，包括語言、科技、技藝等各方面課程。
- (二) 樂齡學習資源中心及樂齡大學：此部份是由教育部所主辦，課程內容更生活化像是養生、手工藝、歌唱舞蹈等，詳細課程資訊可在「教育部樂齡學習網」查詢。
- (三) 其他社教、民間單位或各級學校：像是各地學校的補校、社區關懷據點、社區大學、文化中心，或是民間的協會、基金會等也都有開設各類的課程，例如我們仁濟院也有開辦銀髮族的活化課程及講座，長者也都可以多加參與。

銀髮族的終身學習，是可以讓長者維持、恢復或促進個人的身心健康，充分活化銀髮族之智慧、經驗與資源，所以讓我們鼓勵長者一起跟隨時代持續學習ING。



Learning



★仁濟安老所 李君婷 護理師 老年性白內障之

術後照護

瞳孔後方有一塊水樣的物體，一般來說是透明的，俗稱水晶體，當水晶體變得混濁時，光線無法透過，會使視覺產生模糊，這就是白內障；老年性白內障的發生，多屬於老化所引起，可能是經年累月慢慢形成。多數沒有疼痛等等症狀，多半長者們的主訴是『眼前霧霧的』。

目前沒有任何一種眼藥可以治療白內障，手術是唯一的方式，目的是將混濁的物質移出，並植入人工水晶體；這類手術多採局部麻醉，因此不一定需要住院，所以手術前的準備，及手術後的居家照護格外重要。

手術當天應保持安靜，儘量臥床休息，採平躺或睡向未手術側，以避免壓迫手術部位；當天護理人員會按時點藥；避免煙、酒、辣味及嗆鼻的刺激性食物；盥洗時應照著鏡子以毛巾輕柔擦拭臉部，若不慎將敷料沾濕，應馬上告訴護理人員，勿自行點眼藥或取下敷料。

手術後約三個月視力才算穩定，所以居家護理的重點在維持正常的眼壓，要如何維持眼壓：

1. 避免彎腰、低頭的動作：如綁鞋帶。
2. 避免突然的用力，如：提重物、打噴嚏、抱小孩、用力解便。
3. 避免突然改變動作，如：突然轉頭、跳躍、極限類運動。

另外，要正確的保護眼睛，並注意環境的安全：

1. 點眼藥前後，以肥皂洗淨雙手。
2. 點眼時採坐姿頭稍後仰，眼睛往上看。
3. 眼藥點在下方穹窿處，勿點於眼球上。
4. 任何眼藥都應該先點藥水再點藥膏。
5. 手術後會有約二週至二個月的刺痛或異物感，千萬不可搓揉眼睛。
6. 睡眠時務必戴上金屬眼罩，一般來說約需戴一個月。
7. 金屬眼罩每日以75%酒精棉片擦拭。
8. 房室內走道需開燈，移動時儘量有人伴隨。
9. 保持地上乾燥及空曠，家具固定位置。
10. 眼藥應放置在陰涼處，以避免藥物變質。
11. 需依照醫師指示點眼藥，勿使用非處方藥物。

當手術部位出現以下情況，需馬上就醫處理：

1. 碰撞到傷口
2. 傷口破裂。
3. 手術部位嚴重疼痛，甚至畏光。
4. 手術部位分泌物增多，或分泌物變色。
5. 視力愈來愈模糊。

目前白內障手術的技術雖已相當成熟，但也要配合確切作好術後的照護才能獲得良好的成效。



銀髮活力秀才藝。社區競相展風華

★仁濟安老所 張貽安 社工員

在安老所多元的社團活動安排下，參加的長輩們各個活力十足、才華洋溢，絲毫不受年齡限制，也因此為了讓我們的長輩能將他們的才藝有所展現，將他們每日用心活動參與及學習的成果得以有舞台可以發揮，於是我們除了辦理社區交流活動外，也參加政府舉辦的社區活動如：新北市銀髮族快樂活力秀社區關懷據點成果展活動，今年透過這活動我們除了可以與新北市參與此盛會的二、三十個社區據點團體機構表演交流外，長輩們優秀的表現也將我們機構做了最好的宣傳。

這次本所參與的長輩社團有：銀髮合唱團及書法班；「銀髮合唱團」民國為97年由喜好歌唱的長輩而組成的合唱團，成員有志工、長輩及專業的聲樂老師，目前成員長輩最年長95歲，平均年齡84歲，也是這次參加活力秀的所有團體中最年長的團體，同時不只表演長輩年長，連我們機構也是最歷史悠久的，在活動中社會局的主持人就特別介紹我們這個有百年歷史的機構，同時此次的表演我們特別請淡水協力聯盟的夥伴團體惜福促進會涂理事長操刀為我們長輩設計了一套南洋風格的表演服裝，讓長輩們穿起來是「男的俊、女的美」在舞台上相當亮眼，再透過長輩們賣力的演出，真的是博得滿堂喝采。再來我們書法班，也是在96年時特別設立，這次我們將書法班裡

的具有老師級水準的陳長聲伯伯的書法及其墨筆連環畫創作展出，現場博得許多來賓的青睞，紛紛在我們展示區留影，可見其作品多獨樹一格。

社區的參與一直來是我們安老所持續推動的工作，因為我們看到長輩們參與社區活動的風采，及透過這舞台他們所展現的生命活力，比任何的藥物治療更有效力，就是如此志工夥伴們及我們全體員工仍會協助社區活動的推廣工作，伴陪這些才華洋溢的長輩於社區中競展風華。



台北仁濟院社區服務報導

★台北仁濟院社服室 紀育婕 社工師

營造健康社區 大家動起來



獲頒"健康社區卓越獎"



口腔保健講座



健康社區志工培訓



高齡體適能運動

台北仁濟院成立社區健康營造小組，以營造健康社區為願景，本著仁濟百年守護艱艱的精神，瞭解在地社區夥伴的不同需求，並提供協助。今年度以「大家動起來」為主題，透過社區減重活動、健康講座與檢測，以及社區健康志工培訓等方式，號召萬華10個社區單位共同合作，促進社區民眾健康發展，打造健康活力的社區。

「大家動起來」活動總共吸引492位民眾參與運動，427位參與減重，共計減重773公斤，成果豐碩。另外還培訓了34位社區健康志工，於各合作社區學習帶領高齡體適能運動，約有200位社區長者參加，培養持續運動的好習慣。而健康生活方案更榮獲臺北市政府衛生局頒發「健康社區卓越獎」、「健康減重績優社區獎」、「社區行銷績優社區團體獎」及「健康社區獎」，成績深獲各界好評。

期待未來能有更多民眾一起加入減重、運動等健康活動，營造健康社區的願景需要大家一起行動與支持。

2014年度

新莊社區園遊會

★新莊仁濟醫院 職能治療科 林宛萱 職能治療師

台北仁濟院與附設新莊仁濟醫院每年一度的社區心理衛生宣導活動在10月25日於新莊大眾廟地藏庵舉行。今年的活動主題是「愛與溫暖，迎向陽光」，台北仁濟院與新莊仁濟醫院分別規劃了結合衛教宣導、遊戲闖關及社區團體表演...等攤位內容，不僅提供社區民眾認識各式醫療相關知識，也透過實際參與，來促進社區融合。而新北市衛生局副局長也親臨參與指導，本院戴東原院長也致贈感謝狀於大眾廟林俊德主委，感謝大眾廟近年來一同配合本院舉辦心理衛生宣導活動。

戴東原院長表示，近年來台灣社會發生許多創傷事件，民眾心情多少受到影響，而本次的活動內容，除了宣導心理衛生醫療的重要，也能藉由攤位遊戲及律動來撫平民眾恐懼焦慮的情緒，並提供壓力情緒的宣洩選擇。台北仁濟院附設的仁濟療養院(現為新莊仁濟醫院)是台灣最早以專業方式，協助處理心理與精神方面問題的醫院，至今已經有近90年的時間。深耕新莊地區，期望提供新莊地區民眾優良的精神醫療服務。

而本次園遊會除了宣導精神衛生醫療的重要性外，現場社區民眾與各社區團體的踴躍參與，也展現了台北仁濟院與新莊仁濟醫院積極投入社區服務的成果。



社區團體表演



心理科 楊靜芸主任 專題演講



護理部 醫護站 衛教宣導



新北市衛生局 衛教宣導



社區復健中心 健康轉轉樂



職能治療科 衝破恐懼



營養師 吃出健康快樂



心理科 自律神經檢測



新北市衛生局 副局長致詞



台北仁濟院 戴東原院長(右)致贈感謝狀於大眾廟林俊德主委(左)



新莊仁濟醫院 褚得利院長致詞

