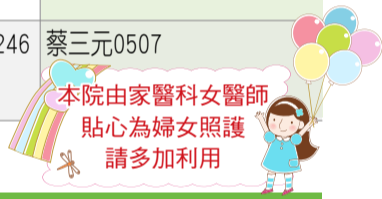


仁濟醫院門診時間表

103年4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 (4/19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	林俊彥0202 (4/12,26看診)
	老人專科				吳樹民0203					吳樹民0203		
	胸腔			葉仁和0224								
	心臟內科					范齊賢0237				范齊賢0237		
	胃腸科	劉代鵬0245 (結直腸癌檢查診)	黃仁炤0250	黃仁炤0250		黃仁炤0250	姜良忠1105	黃仁炤0250	姜良忠1105		黃仁炤0250	黃仁炤0250
十樓												
內科	腎臟							李孟鴻0222				
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			
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	蔡三元0507	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	洪攷幸0246	蔡三元0507	蔡三元0507 洪攷幸0246 (健診)	洪攷幸0246	洪攷幸0246 (五樓)	蔡三元0507	蔡三元0507	洪攷幸0246	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 (4/11,25看診)	黃瑞冰1001 (4/12,26看診)	
										吳金玉1004 (4/18看診)	吳金玉1004 (4/19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				施至0240 (焦慮、失眠) (酒癮、藥癮)		褚得利0231				張永龍0232	張永龍0232 (4/12,26看診) 褚得利0231 (4/19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)	葉江林
	門診	簡肇欽		葉江林	葉江林		葉江林	簡肇欽	簡肇欽	簡肇欽	簡肇欽	葉江林
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	莊晔嫻	羅家駒	施至	褚得利	羅家駒
下午	施至	莊晔嫻	羅家駒	施至	莊晔嫻	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

4
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

全身不對勁，卻找不到"病因"

★新莊仁濟醫院 羅家駒醫師

當心自律神經失調

● 全身不對勁，但是找不出問題在那裡！

在門診常會遇到患者會向醫師抱怨：「老是覺得身體不對勁，但是檢查又找不出那裡有問題！我到底是怎麼了？」

患者常會覺得身體不舒服及精神疲累，會因身體出現的症狀去各科求診，但檢查結果卻沒有特別的異常發現，雖然沒有大問題，但是患者就是覺得全身不對勁，因為沒有一個明確的診斷及治療，實在讓人很沮喪。其實這就可能是自律神經失調的警訊！

自律神經掌管人體的各器官功能及血液循環，在維持身體的平衡及運作方面有關鍵的地位，所以一般醫師及民眾使用「自律神經失調」來解釋這種查不出病因的身體不舒服及精神疲累的症狀。

● 自律神經失調可能出現那些症狀？

自律神經失調可能出現身體或精神的種種不同症狀。

頭部：頭痛、頭暈

感覺器官：視線模糊、耳鳴、鼻塞、喉嚨異物感

呼吸器官：胸悶、呼吸困難、喘氣

心臟：心跳過快、心悸、心臟無力

消化器官：吞嚥困難、沒有食慾、噁心嘔吐、常便秘或腹瀉、胃不舒服、脹氣

泌尿生殖器官：頻尿、月經不規則

皮膚：皮膚敏感、容易出疹子、異常出汗、發癢、異常發熱或發冷

手腳：發麻、針刺感、發抖、感覺異常、手腳冰冷

全身感覺：倦怠、疲勞、無力、提不起勁、肌肉容易痠痛

精神：容易緊張、煩躁易怒、恐慌、莫名的擔心、注意力不集中、記憶減退、情緒低落、失眠

● 自律神經失調是怎樣的疾病？

「自律神經失調」其實不是一個確切的病症，也不是現代才出現的文明病，而是一種身心失調障礙的統稱；雖然這樣子說，還是有一些致病的原理可以進一步的來探討。

有人主張自律神經失調是因為自律神經失去平衡所引起的疾病，雖然有種種的症狀，但卻檢查不出器官上有異常的現象出現，這也就是自律神經失調的特徵。

自律神經失調大多是「長期的壓力」或是「不規律的生活」所引起的。這種狀況會造成身體內「壓力荷爾蒙」上升，交感神經過度活躍，相對的副交感神經功能不彰，使得身體的張力增加，卻沒有辦法能舒緩及放鬆；長久下來患者的身心處在一種失調的狀況之下，難怪會出現種種身心不適的症狀。

● 自律神經是什麼？如何運作？

我們的神經系統大致上可分為中樞神經系統，包括腦神經及脊髓神經；周邊神經系統，包括運動神經及感覺神經；自律神經系統，包括交感神經及副交感神經。

自律神經主管各器官功能及血液循環，因為它不受我們意識的隨意控制，所以叫做自律神經。自律神經接受大腦「下視丘」的指令，作出各種反應，維持身體的正常運作。

交感神經主要是「促進」的功能，就類似汽車的「加油」功能，讓人提高警覺、保持專注力、加強應變能力及工作表現。副交感神經主要是「抑制」的功能，就類似汽車的「剎車」功能，讓人能放鬆、休息、睡眠及保持體能。簡單的說，人體在交感神經的支配下，會呈現積極活動的狀態；在副交感神經的支配下，會呈現放鬆的狀態。

自律神經受外在環境，以及本身的個性、荷爾蒙及體質等多重因素影響；當人遇到壓力時，自律神經會立即產生反應，壓力一旦解除，自律神經系統又會調整回原來的平衡狀態。但當壓力過大或是演變成慢性長期壓力時，平衡狀態被破壞，就不容易在短期內恢復。現在一般人總是壓力負荷過重，使得交感神經過度運作，副交感神經運作不足，造成不平衡的狀態，產生種種的失調症狀。

● 怎樣檢測自律神經是否有失調？看那一科？怎樣治療？

一般民眾如果自覺可能有自律神經失調的症狀，可求診身心科或精神科，醫師可經由身體檢查、面談或相關測驗工具，對患者的身心症狀、生活型態、個性及人格、情緒狀態、人際互動、壓力承受度等進行通盤完整的了解及評估；另外醫師也可運用心率變異分析儀器(HRV)來檢測患者的自律神經功能；之後醫師再依照評估結果，提供藥物治療或心理治療，以處理患者的不適症狀、壓力及身心調適問題；需要時也可使用「生理回饋治療」，讓患者藉由生理回饋儀器，練習強化副交感神經的放鬆功能，使自律神經再度恢復平衡狀態。

● 結語

自律神經失調是一種常見的問題，患者出現多樣性的身心症狀，可能看過許多門診後才找到問題所在；在身心科或精神科醫師的診療下，患者可藉由適當的治療及生活調整，讓自律神經及生活再度恢復平衡。



財團法人台灣省私立台北仁濟院附設
新莊仁濟醫院

新莊仁濟醫院提供

自律神經功能自費檢測服務

詳情請洽櫃檯:2201-5222 轉6101或6102

精神科身心照護溝通技巧的

★新莊仁濟醫院護理室 廖海萍主任

人本護理

在精神科護理照護的過程中，護理人員運用觀察、會談等方法及照護的過程中評估個案的生理、心理、智能、社會與靈性五大層面，瞭解個案整體之狀況後，提供適當之護理措施，在陪伴的病程中，協助收集醫療相關資料，作為藥物治療的參考，建構良好治療性關係，協助生活照護及指導，避免行為、思考日益退化。

在照護及評估過程中治療性溝通技巧的運用是非常重要的，護理人員在做治療性溝通中需要以病人為中心，態度呈現誠實、關懷、理解、同情和同感。

治療性溝通包括語言性溝通和非語言性溝通，臨床照護仍以語言性溝通為主。語言性溝通要把握三個原則：

(1) 要有目的地與專業相關，例如在入院護理評估時收集患者的資料以了解患者的問題時，大部分病人會向護士尋求指導和幫助，護士會以特定專業的知識、經驗給予幫助。例如：住院精神科病人常抱怨說聽到有人在罵我或批評我(幻聽)、我是仙佛轉世，我有預知未來能力的超能力(妄想)有些病人即使在服藥期間也會有症狀持續存在，對於這種情況，治療者會教導病人檢測自己想法和感受的真實性，解決病人目前所存在的問題；(2) 運用心理、社

會等層面的資料，根據不同的年齡、職業、文化程度、社會角色等來建構不同交談的內容和溝通的方式；

(3) 在交談過程中注意建立和加強良好的護病關係。

在溝通的過程中有時候會有指導性的交談技巧 例如護理人員會針對病人存在的問題，與病人討論解決問題的方法，讓病人「不聽從」自己聽到的聲音，以及如何擺脫使他們無法動彈的漠然，指導性的溝通技巧在這部份使用的頻率是較多的。

精神科照護在引導病人談話時，有時也會使用非指導性交談，運用溝通技巧使協助病人學會運用自身的資源來識別、面對和解決問題。例如：患者感到莫名其妙的焦慮不安時，護士以支持性言語鼓勵病人慢慢訴說出自己的感覺，使病人在訴說的過程中漸漸發現自己的問題，尋找出解決的辦法。

新莊仁濟醫院精神科護理照護是本著“以人為本，一切以病人為中心”的服務理念，充分運用語言性溝通和非語言性溝通技巧於治療照護的整個過程，治療性溝通不僅是護理服務的技巧、內容，而且是一種工作方式與專業，更能有效地滿足病人的需求，在照護的過程中我們學會了解自我的心靈，也透過溝通接觸他人的心靈世界，我們在相互尊重、理解、信任等護病關係中，提供了病人及家屬愛、溫暖、關懷與安全。



財團法人台灣省私立台北仁濟院附設
新莊仁濟醫院

*專業醫療
*溫心照顧
*精益求精

★新莊仁濟醫院 社工室 程儒仙社工員

仁濟療養院是全台灣最早成立的精神醫療院所，為擴展精神醫療服務，我們於民國七十四年成立新莊分院，如今在新莊地區已經深耕將近三十個年頭，是間擁有急慢性病房、日間留院及社區復健中心的全方位精神專科醫院。

過去社會對精神病患一直存在著污名化的態度，讓精神病患回歸社區的路崎嶇難行，雖然我們醫院積極擴展社區的業務，希望讓個案病情穩定後能夠返家，繼續參與復健活動，但外界對慢性病房的刻板印象，總認為療養院是病人復健的最後一站，用盡各種理由想讓病人繼續留在醫院，但卻都無法澆熄病人對回家的渴望；而且療養院之名也常讓人誤解，每每接到的來電，都是詢問是不是老人養護機構？因此自從特二道路開通後，我們能藉由這改變，給人煥然一新的面貌，於是在103年我們正式更名為「新莊仁濟醫院」，希望強化精神專科醫院的形象，讓民眾知道我們除了提供慢性復健治療之外，還有別於一般大醫院的轉介服務，讓病人透過順暢的轉介管道，獲得妥適的安排，讓長期照顧精神病患的家屬有喘息的機會，讓家庭秩序重新步上正軌，減少病人反覆發作及症狀惡化所造成的社會成本。

近幾年來為配合政府政策，我們增加失眠、憂鬱及酒藥癮戒治等服務項目，並開辦居家治療業務，希望將服務延伸到偏遠地區，除此之外也積極參與建立社區精神醫療網絡，希望為大台北地區民眾提供更完整的精神醫療服務，因此有各種精神醫療問題及需求，都可以來電洽詢2201-5222-6115,6116，我們有陣容堅強的醫療團隊，竭誠在此為您服務！

醫院外觀

社區復健中心

★台北仁濟院 社會服務室 郭敏雄股長

台北仁濟院社區服務報導

台北仁濟院捐贈樂器

鼓舞孩童多元學習、感恩回饋

台北仁濟院在去年得知由衛生福利部中區兒童之家家童所成立之「實驗樂坊」的樂器多已老舊、壞損，影響平日練習及受邀表演，立即進行採購，熱心捐贈總價約125萬元之樂器一批，包括鋼琴、小提琴、木琴、烏克麗麗等，讓家童有一系列完整的樂器，可以提供練習與演出。捐贈儀式於103年3月8日(六)上午假中區兒童之家禮堂舉行，由台北仁濟院戴東原院長代表捐贈，充實兒童之家樂坊的設備，讓更多家童有機會學習樂器，培養孩子多元才能，並透過家童前往老人安養機構才藝表演的機會，期使家童學習感恩與回饋。

衛生福利部中區兒童之家為兒童及少年安置教養機構，對於家童之教養，除重視學校教育之基本學識外，並兼顧品格教育、自立生活訓練、休閒興趣培養及人文關懷等。自98年起，開始就機構內現有及外界捐贈之樂器發展弦樂團，成立「實驗樂坊」，多次於本家節慶晚會時演出，以及受邀前往老人安養、醫療機構表演，深受好評。但是目前使用之樂器多已老舊或壞損，外出表演時需向外借用部分樂器補強，在平日練習及受邀表演時受限頗多，非長久之計，有必要購置補足相關樂器，以充實樂坊設備，提升學習與社會公益服務效能。

台北仁濟院及時的愛心善舉，充實中區兒童之家「實驗樂坊」的樂器，不但可以提升家童學習人數，並藉由各式樂器的不同特色及多樣的演奏型態，使家童的演出更多元、更豐富，也提昇表演的層次與水準。目前家童常利用寒暑假期間，前往老人安養、長照及醫療機構表演，以兒童赤子之心溫暖老人或弱勢族群，讓家童在長期受到社會關懷下，也能有機會貢獻自己的才藝，回饋社會，把受到的愛再度傳出去。



戴東原院長(左3)、衛生福利部社會家庭署陳素春副署長(右3)、衛生福利部中區兒童之家鄭予靜主任(中)等人於捐贈儀式合影

「中區兒童之家實驗樂坊」於捐贈儀式時的精彩演出



按讚加入粉絲團
有精美小禮物哩!

趕快來按讚!!!

台北仁濟院
臉書帳號成立了!

怎麼找到台北仁濟院?

1. 用網址: <https://www.facebook.com/tjciorg>
2. 在臉書搜尋台北仁濟院
3. 使用QRcode

仁濟醫院 四癌推廣獲獎!

財團法人台灣省私立台北仁濟院附設仁濟醫院因配合四癌篩檢的推廣，於103年2月27日(星期四)獲得102年度「台北二代健康卡集點兌點服務獎勵一轄區醫療院所配合獎地區醫院第一名之殊榮，由台北市衛生局林奇宏局長頒發獎項。

台北仁濟院-食物銀行 獲頒表揚

台北仁濟院自100年起成立食物銀行，迄今已近5,000戶居住於萬華、大同、內湖、板橋及新莊區案家獲得物資補助。103年度本院再度榮獲新北市實物銀行方案表揚，由朱立倫市長頒發感謝狀。



仁濟醫院 免費學童窩溝封填 防齲服務



- 對象：就讀北市國小一年級學童下學期學童
- 所需證件：請攜帶護齒護照及衛生局發放之問卷暨同意書
- 檢查時間：週一、週三上午 9:00-11:30
週三、週五下午 13:00-16:30
- 每診服務量：不限
- 執行期間：第一階段：103年3月16日至6月20日止
- 預約電話：23021133 # 2111、2133
- 歡迎家長帶小一學童來院檢查

