



# 員林郭醫院暨大村復健醫院

YUAN-LIN KUO HOSPITAL and DA TSUEN REHABILITATION HOSPITAL

## 院訊

MONTHLY PUBLICATION

2012年7月

員林郭醫院 Yuan-Lin Kuo Hospital 地址/彰化縣員林鎮三民街 38-1 號 Add./38-1, SanMin St., Yuanlin, ChangHua, Taiwan  
 TEL/(04)8356878 FAX/(04)8356875 E-mail: kuo.hospita@msa.hinet.net Website:http://www.kuohospital.com.tw  
 大村復健醫院 Da Tsuen Branch 地址/彰化縣大村鄉田洋橫巷 2-9 號 Add./2-9, TianYangHeng Lane, DaTsuen, ChangHua, Taiwan  
 TEL/(04)8539666 FAX/(04)8525966 E-mail: kuo.nurse@msa.hinet.net

### 員林郭醫院

### 門診時間表

院長：郭鐘添

Yuan-Lin Kuo Hospital

Service Time Table

Superintendent: C. T. Kuo

外科 Surgery	診別 Clinics	星期一 Mon.	診別 Clinics	星期二 Tue.	診別 Clinics	星期三 Wed.	診別 Clinics	星期四 Thu.	診別 Clinics	星期五 Fri.	診別 Clinics	星期六 Sat.	診別 Clinics	星期日 Sun.
<b>上午 Morning 08:30am~12:00pm</b>														
甲狀腺、小腫瘤、外傷、疤痕重建、疝氣、包皮等	1	郭鐘添 C. T. Kuo	1	郭鐘添 C. T. Kuo	1	郭鐘添 C. T. Kuo	1	-	1	-	1	-	1	郭鐘添 C. T. Kuo
大腸直腸外科 Colorectal Surgery 痔瘡、肛裂、血便、便秘、大腸直腸癌肉、大腸直腸癌	2	莊政輝 C. H. Chuang	2	莊政輝 C. H. Chuang	2	-	2	陳復中 F. Z. Chen	2	陳漢祥 H. S. Chen	2	莊政輝 C. H. Chuang	2	-
內科 Internal Medicine 內分泌、糖尿病、高血壓、氣喘、胃腸內科等	3	郭勝弘 S. H. Kuo	3	郭周彩濃 (職業病門診) T. N. Kuo Chou (Occupational Diseases)	3	郭周彩濃 T. N. Kuo Chou	3	郭周彩濃 T. N. Kuo Chou	3	郭周彩濃 T. N. Kuo Chou	3	郭周彩濃 T. N. Kuo Chou	3	郭周彩濃 T. N. Kuo Chou
※ 骨科門診：週一、二、四、五每天上午及晚上 (19:00-21:00)，週三、六、日休診。														
※ 復健科門診 (新增)：週三上午~林炯郁醫師。														
<b>下午 Afternoon 14:00pm~18:00pm</b>														
家醫科 Family Medicine 一般內科、症狀未明、初診篩檢、長期慢性病等	2	陳漢祥 H.S.Chen	2	吳垂琨 C. K. Wu	2	劉裕財 Y. T. Liu	2	莊政輝 C. H. Chuang	2	陳漢祥 H.S.Chen	2	莊政輝 C. H. Chuang	2	陳漢祥 H.S.Chen
<b>晚上 Evening 19:00pm~22:00pm</b>														
骨科 Orthopedics 板機指、腰背痛、關節退化、骨質疏鬆、骨折等	3	郭勝弘 S. H. Kuo	3	郭勝弘 S. H. Kuo	2	莊政輝 C. H. Chuang	1	郭鐘添 C. T. Kuo	2	莊政輝 C. H. Chuang	2	陳漢祥 H.S.Chen	2	陳漢祥 H.S.Chen
骨	骨	張作文 T. W. Chang	骨	張作文 T. W. Chang	3	郭勝弘 S. H. Kuo	骨	張作文 T. W. Chang	骨	張作文 T. W. Chang		-		-

註：郭鐘添醫師 7/26 休診，由陳漢祥醫師看診。The consultation on 7/26 for Dr.C.T.Kuo will be substituted by Dr. H. S. Chen

### 大村復健醫院

### 門診時間表

院長：郭周彩濃

Da Tsuen Rehab. Hospital

Service Time Table

Superintendent: T. N. Kuo Chou

復健科 Rehabilitation	星期一 Mon.	星期二 Tue.	星期三 Wed.	星期四 Thu.	星期五 Fri.	星期六 Sat.	星期日 Sun.
<b>上午 Morning 08:30am~12:00pm</b>							
中風、運動傷害、五十肩、落枕、手術後復健、小兒早期療育等	林炯郁 J. Y. Lin	林炯郁 J. Y. Lin	郭勝弘 S. H. Kuo 陳律文 L. W. Chen	林炯郁 J. Y. Lin 陳漢祥 H. S. Chen	郭鐘添 C. T. Kuo 吳垂琨 C. K. Wu	林炯郁 J. Y. Lin 陳漢祥 H. S. Chen	-
老人醫學科 Gerontology 老年周全性評估、多重及退化性疾病等	林炯郁 J. Y. Lin 楊茂仁(眼科) M. R. Yang(約診) (Ophthalmology)	詹博棋 B. Q. Zhan	吳垂琨 C. K. Wu	郭周彩濃 T. N. Kuo Chou	林炯郁 J. Y. Lin 蕭喆森(約診) J. S. Hsiao (Appo.)	陳漢祥 H. S. Chen	-
<b>下午 Afternoon 14:00pm~17:00pm</b>							
眼科 Ophthalmology 白內障、青光眼、視網膜出血破裂剝離、角膜炎等	復健 Rehabilitation	林炯郁 J. Y. Lin	復健 Rehabilitation	復健 Rehabilitation	復健 Rehabilitation	-	-

註：眼科門診為 7/2 下午；腹部超音波為 7/13、7/27 下午 13:00；牙科門診為 7/30。以上須約診。

The consultation of ophthalmology is 7/2 afternoon; 7/13, 7/27 13:00 PM for Abdominal echo; 7/30 for Dental.

Please make an appointment in advance for above.

\* 求真 求善 求美 \* 以病人安全為中心、建立優質服務團隊 \*

# 保肝丸當保健丸

# 愛肝？ 害肝？



由於罹患肝病人口眾多，加上喜歡吃「補」的觀念深植人心，不論有病、沒病，總認為「有吃有保佑」，加上電視廣告密集宣傳，只要上班族工作疲累，覺得快「爆肝」，都要吞一顆或喝一瓶「X肝」。疲累不一定是肝病引起的，也可能是心臟、腎臟、貧血或壓力過大等原因造成的，沒有特效藥能讓肝臟活跳跳。

不少民眾會買地下電台或親朋好友介紹的不明草藥服用，對於原本有肝炎的患者，更容易造成肝臟受損，即使是相同的成分、相同的劑量，對大多數的人沒問題，對某些人卻會產生肝毒性，若不經過專業醫師鑑定隨意服用，病情不但不會改善，反而可能弄巧成拙。



## • 慢性肝炎

「肝是沈默的器官」，剛發病時不會痛、也不會不舒服，因此許多患者常忽略肝臟病變，「肝癌三部曲」B型肝炎健康帶原者、慢性肝炎、肝硬化，B型肝炎帶原者每半年到一年應到醫院追蹤一次，抽血進行肝功能指數檢查、肝癌胎兒蛋白檢查，同時要加做超音波檢查。

## • 脂肪肝

如果沒有同時出現肥胖的現象，營養均衡就是飲食的基本原則。而同時出現肥胖或糖尿病的人，就必須限制所攝取的熱量，並以「1公斤 / 20~25 卡路里 / 1天」為參考值，限制卡路里的攝取量，以達到減肥的目的。

## • 酒精性肝功能障礙

禁酒就是最基本的原則。此外，必須藉由飲食來充分攝取蛋白質、脂肪、碳水化合物，以及因為飲酒而被消耗掉的維他命、礦物質等。



值得注意的是，如果沒有生病，卻亂服用保肝產品，不僅有過量問題，人所服用的藥物(包括各種中藥、西藥、偏方、草藥或保健食品)都要經過肝細胞解毒代謝，還可能在代謝過程中產生一些有毒的中間產物，對肝臟造成負擔。根據一家人力銀行所做的調查發現，有 59.4% 的上班族認為保肝丸是保健食品；另有 51.9% 的上班族認為，維他命 B 群可以保肝。保肝丸是藥品不是食品，不能做為肝臟保健，否則愛肝反而變成害肝。

## 保肝七要訣

- 1. 穩定情緒** 中醫認為「肝主情緒」「怒則傷肝」，所以首先情緒要平穩。
- 2. 節制飲食** 吃高脂肪食物，易導致脂肪肝。尤其是疲倦時更應避免吃油炸物，造成肝臟負擔。
- 3. 避免飲酒** 90%~95%酒精靠肝臟代謝，過度飲酒傷肝，造成肝炎、甚至肝硬化，最後導致肝癌。
- 4. 接種 B 型肝炎疫苗並避免感染** 檢查如沒有 B 型肝炎帶原及抗體，就要及早施打 B 肝疫苗。不要隨便打針、針灸、刺青、紋身或穿耳洞：凡是會讓身體皮膚黏膜有傷口的行為都應盡量避免。
- 5. 多吃蔬果** 特別是含有維生素 A 的深綠色蔬菜水果，還有黑色食物如黑木耳、桑椹、黑芝麻。
- 6. 早睡早起** 晚上 11 點前入睡，肝臟在凌晨進行排毒，熬夜影響肝臟生息，肝的修復功能。
- 7. 規律運動** 保持運動習慣，例如：快走、游泳、練氣功等，增加新陳代謝，讓肝功能保持良好狀態。

# 籃球熱



運動中最普遍的運動傷害就是足踝關節扭傷，當突然的外力超越韌帶所能承受的壓力時，就會造成運動傷害。除此之外，上下樓梯踩空、走路跌倒、車禍等，都會發生足踝關節扭傷(俗稱翻腳刀)，症狀包括局部紅、熱、腫脹、疼痛及關節功能障礙等。

許多人在扭傷後的第一時間只想到去國術館推拿，若遇到不對診療，可能讓患處更腫痛，建議大家可以到復健科、骨科或中醫傷科，或由家醫科醫師幫忙診斷喔。



第一時間的處置「PRICE 原則」，可以有效降低扭傷後遺症。

**P : Protection ( 保護患處 )** 不要過度移動受傷部位，也不可推拿或按摩患處。

**R : Rest ( 適度休息 )** 不要過度使用受傷部位。

**I : Ice ( 冰敷 )** 受傷後的 24 ~ 48 小時可以使用冰敷方式來減少出血，也可以避免患處持續腫脹。冰敷時要用毛巾包裹冰塊，不要讓冰塊直接接觸皮膚太久，以免凍傷；之後再熱敷，可加速消除受傷周圍的瘀血。

**C : Compression ( 壓迫患處 )** 用彈性繃帶適度包紮患處，可以避免腫脹惡化。

**E : Elevation ( 抬高患處 )** 將患處抬到比心臟高的位置，讓積在患處的水分回流心臟、有助消腫；若是下肢部位受傷，就得身體平躺、把腳部墊高。

通常輕度扭傷兩星期內可痊癒，嚴重程度者，則需要 1 個月至 1 年半才能完全康復。謹慎處理足踝關節扭傷，避免造成日後習慣性扭傷脫臼、無法正常施力、關節局部壓痛及天候變化時受傷關節容易痠痛等後遺症。平時的

# 足踝關節扭傷

## 團體衛教 腸病毒與洗手



## 希望社會福利 慈善基金會

長期募集：

嬰兒推車、兒童汽車安全座椅，規格不限，(便於學童就學與交通)、衣物、玩具、繪本讀物或文具等。

掬一瓢奉獻的水  
讓我們的孩子  
因您的慈心而茁壯



聯絡電話：04-8536868

歡迎將捐贈物資送至

「彰化縣大村鄉(村)田洋橫巷 2-7 號」

\* 求真 求善 求美 \* 以病人安全為中心、建立優質服務團隊 \*

## 員林社區醫療群特色：

- 一、結合各專科提供全人、全時、全方位之各項門診、住院的健康醫療照護。
- 二、各項急症、重症、檢查的轉診、轉介服務，基層診所轉介門診至其他診所或配合醫院時可享免掛號費之優惠及特約醫院住院可享套房差額優惠。
- 三、各種預防保健、疫苗注射、健康講座、長期照護、復健、早期療育等相關活動之舉辦及訊息諮詢。
- 四、家庭會員入住協辦護理之家接受長期照護服務時，可享優惠並提供免費專車接送。
- 五、提供二十四小時電話諮詢服務。
- 六、新增員林社區醫療群診所：陳彥學診所。

\* 求真 求善 求美 \*  
以病人安全為中心、建立優質服務團隊\*

24 小時醫療專線：0921-662128

## 特約停車資訊

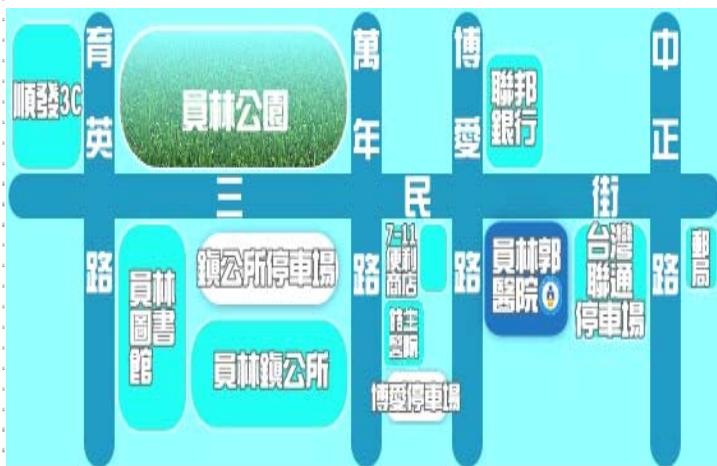
本院特約停車場：

1. 鎮公所停車場
2. 台灣聯通停車場



★門診最多享有 90 分鐘免費停車★

歡迎多加利用



## 大腸直腸癌糞便篩檢

1. 篩檢對象：50 歲以上至 69 歲之民眾。
2. 請您填寫『定量免疫法糞便潛血檢查表』並領取「糞便採檢盒」。
3. 糞便採檢請於 3 天內完成採檢，並於採檢後 24 小時內將糞便檢體送交至「檢驗室」即可。
4. 篩檢諮詢電話：04-8356878 轉分機 1107 檢驗室。

## 口腔癌之口腔黏膜篩檢

1. 篩檢對象：30 歲以上嚼檳榔或吸菸民眾。
2. 請您填寫『口腔黏膜檢查表』後並由醫師進行口腔粘篩檢查。
3. 篩檢諮詢電話：04-8356878 轉分機 1100 掛號處。

## 誠徵

- ◎護理人員 上班地點：員林/大村
- ◎營養師 上班地點：大村
- ◎職能治療師 上班地點：大村
- ◎會計(希望家園) 上班地點：大村
- ◎藥師 上班地點：員林
- ◎醫事放射師 上班地點：員林

如有意願者：

請洽 員林郭醫院大村分院 行政室

TEL：04-8539666 分機 2210 林小姐

E-mail：[kuo.nurse@msa.hinet.net](mailto:kuo.nurse@msa.hinet.net)



★ 申訴專線：員林本院 04-8315187  
大村分院 04-8539666 轉 2200

## 員林郭醫院 / 大村復健醫院 健康講座 《101/7/01-101/7/31》

日期	時間	團體衛教項目	地點
7月3日起	PM 15:00	甲狀腺手術後傷口照護 (每週三、五例行)	員林郭醫院 三樓護理站
7月16日	AM 9:30	民眾版 CPR	員林郭醫院 一樓候診區

※ 歡迎社區民眾踴躍參加，時間如有變動，以更動時間為主，建議參加前先來電洽詢。