



高雄市立小港醫院(委託財團法人私立高雄醫學大學經營)
Kaojsiung Municipal Siaogang Hospital

2015
春季刊

港醫健康通訊

閱讀焦點 | 別讓K他命毀掉你一生，害你尿布一世

毒害人生



<http://www.kmhk.org.tw>

CONTENTS



第20期目次

1 | 本期內容介紹 /陳玉薇 執行編輯

2 | 院長的話 /吳文正 院長

3 | 醫學知識網

依賴K他命 那是過去生活的陰暗面 /柯巧俐 醫師

拉K一時 尿布一世 /張美玉 醫師、阮雍順 主任

5 | 健康生活圈

毒後尿失禁人生 /黃柏堯 藥劑師

物質濫用，妳要不要，藥不要？ /孫譽恩 護理師

7 | 醫學Q&A /張美玉 醫師

8 | 社區互動情

臘八粥贈送同仁與病友活動

器官捐贈暨安寧療護宣導活動

寒冬送春意-春聯餽贈病友暨音樂表演活動

校園守護愛心大連線，獨老幸福過好年

一封來自病友及家屬的感謝

2015高雄國際馬拉松活動

感謝!!財團法人全聯慶祥慈善事業基金，提供愛心物資給予本院弱勢病友

17 | 小港搶鮮報

本院提供自助批價掛號機歡迎病友及民眾多加利用

榮獲103年醫策會第15屆醫療品質獎多項獎項

本院提供當日至本院就醫病友使用免費無線上網服務(WiFi)

20 | 港醫書香飄

向菸酒毒說NO!和醫師一起遠離菸酒與毒品 /林玟娟 組員

21 | 院友園地

破繭而出之重生的蛻變 /黃美芬 護理師

港醫健康通訊 雙月刊

發行人 / 吳文正

編審主委 / 羅永欽

編審委員 / 陳永鴻、張偉洲、莊捷翰、
李佳玲、蕭惠彬、陳幼梅、
黃建民、吳素英

執行總召 / 蕭惠彬

執行編輯 / 陳玉薇

編輯小組 / 施翔耀、蔡秉諺、金依瑩、
陳俊鴻、張家禎、李佳玲、
陳秀珊、李庚恕、侯孟伶、
林敬程、徐盈真、黃玉燕

編排設計 / 黃慧茹

發行所 / 高雄市立小港醫院
(委託財團法人私立高雄醫學大學經營)

院址 / 高雄市小港區山明路482號

電話 / 07-8036783

傳真 / 07-8065068

網址 / www.kmhk.org.tw

文/港醫健康通訊 陳玉薇執行編輯

本 期 內 容 介 紹



隨著生活型態日益改變，緊湊的生活步調以及肩上數不清來自各方的壓力，多數人都有著精神緊繃的問題，若能尋求正常且有益身心的舒壓方式，才可有效減緩各種壓力帶來的生理及心理不適。但是，萬一選錯方式呢？要付出的代價可能不只是無以計數的金錢，更是賠上伴隨健康嚴重耗損的漫漫長路歲月。

本期港醫通訊邀請到精神科柯巧俐醫師來談談一名持續使用K他命的女病患之心路歷程，包含為什麼要接觸毒品、長期使用毒品帶來的尿失禁問題以及至今後悔莫及卻又要面對戒斷的心理痛苦。「拉K一時·尿布一世」是現今常看到的反毒標語，追求一瞬間的舒坦及快感，換來的卻是一輩子的尿布人生，在泌尿科 張美玉醫師、阮雍順主任及藥劑科黃柏堯藥劑師撰文中，可看到使用K他命除了造成膀胱黏膜組織紅腫與潰爛外，胃潰瘍、腎臟功能低下，嚴重者甚至需要終身洗腎，在醫院過大半輩子的人生，值得嗎？不光是K他命，針對「物質濫用」之問題，也在精神科孫譽恩護理師撰寫之一物質濫用，你要不

要，藥不藥？一文中進行探討，紓壓方式有很多種，運動、聽音樂、看電影、找朋友聊聊...都是很好的紓解管道。當面對壓力時，如發現使用藥物以紓壓至異常之情況，不論發生在自己或是身邊的親友身上，都應該要當機立斷，勇敢拒絕。

多元社區互動式活動都在溫暖的小港醫院！臘八粥及春聯分享、音樂表演、關懷獨居老人...等活動，都在年終歲末之時，為病友、眷屬、社區民眾及院內辛苦的同仁注入一絲暖流。103年醫策會第15屆醫療品質獎等多項獎項，小港醫院佳績不斷，包含急症照護組之擬真情境競賽優等、查證用藥組之實證醫學潛力獎及人因特別獎等，港醫表現，有目共睹。

本期港醫通訊之好書推薦，特別推薦大笑文化出版、林子堯、曾驛翔撰寫、2014年出版之「向煙毒說NO!和醫師一起遠離菸酒品」，書中提及了不同的管制藥品和毒品的區分，內容分別介紹各種毒品的成份、濫用途徑和戒斷症狀等。且吸毒會危害一世，是一條不歸死路，奉勸民眾勿以身試毒。

一個嚴重危害青壯年膀胱健康的 的殺手 - K他命濫用

文 / 吳文正院長/高雄醫學大學泌尿學科教授



K他命因其短效、速效及耐受性與心理依賴性等特性，吸食者會為了吸食後的興奮感，讓他(她)在舞廳及夜總會增加對音樂、燈光與狂歡熱舞時的愉悅感，造成一而再的強迫性使用行為。近年來在台灣K他命濫用已成為青少年非法藥物使用很重要的課題。依據衛生福利部食品藥物管理署調查資料顯示，K他命濫用自95年起，已連續位居檢警查緝量排名首位，最近二年來尿液藥物檢出例數更年達三萬件之譜，而且女生較男生為多。

臨床上，這類患者門診就診時，多半不停的抱怨非常頻尿、急尿、憋不住尿、血尿、尿中排出黏液膜狀物質、小便疼痛、下腹及會陰部不適、嚴重到無法工作等等外，個性上多半也較神經質，甚至是外觀看來精神渙散。K他命濫用最引人注意、也最為眾人所知的危害，莫過於它引起的潰瘍性膀胱炎以及腎臟病變的傷害。因為藥物刺激膀胱的不間斷發炎性反應，造成嚴重的下泌尿道症狀，接著膀胱壁變化、容積變小，這些就是症狀發生且逐漸嚴重到令K他命使用者無法耐受，產生尋求治療的主因。甚至

有些患者因輸尿管也產生病變，造成輸尿管管腔狹窄而引起腎積水，腰痛及腎功能變壞。

這類患者治療的第一步就是要確實跟K他命說不。輔以適當的藥物來緩解排尿症狀，加上各種處置改善腎積水，泌尿科部分就有機會恢復健康。若一直無法戒掉K他命，症狀只會一再復發，甚至越來越嚴重，落得尿布纏身，腎臟壞掉的下場。其結果不僅個人身心受到危害，對於家人朋友更是長期而痛苦的煎熬，更是社會國家的重大損失。此外，除了泌尿科醫師須面對第一線的治療外，針對藥物成癮，精神科醫師在此也扮演很重要角色，藉由認知行為模式、動機增強治療模式等等心理治療，患者若真正能夠“有心”治療，一定能夠改善自己的未來命運。本院泌尿科醫師(尤其是張美玉醫師)及精神科醫師對此疾病皆有多年治療成功經驗，希望K他命不當使用者能勇於面對，完全配合醫師的治療策略，以最大的決心，戒掉這個害己不利人的行為，共同創造美好人生。

拉K一時 尿布一世

文/泌尿科 張美玉醫師、阮雍順主任



20歲的小明媽媽發現他最近常精神不濟，有時會出現雙眼渙散傻笑，仔細一看鼻孔還有白粉末，而且不到五分鐘就要上廁所，甚至會肚子痛、小便有血，媽媽非常緊張帶他來泌尿科門診檢查，經仔細詢問小明吸食K他命已有3個月了。

K他命於1960年代合成，是一種作用快，時間短的麻醉藥，這種麻醉藥能讓病人在麻醉時產生一種特殊的感受，有如靈魂出竅飄飄欲仙的快感，也有人覺得就像坐雲霄飛車般從高空失重下墜般的快感。1980年代藍領階級為了放鬆舒緩壓力，周末在酒吧除了喝酒，開始吸食K他命，享受這些放鬆的感覺，認為便宜又安全，慢慢的變成每天吸食卻也成癮了。

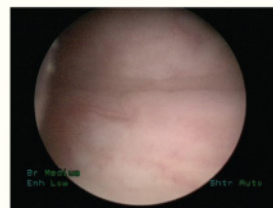
一開始大眾以為這是非常安全的藥物，發現長期吸食K他命會造成嚴重的頻尿、急尿、小便疼痛不順、血尿和下腹部非常的疼痛，有些患者試著停止使用會發現症狀顯著改善，但也有些人卻因為心理性的依賴成癮無法停止使用，一再的使用直到小便嚴重尿失禁包著尿布來求診。

K命的第一篇世界文獻在民國96年提出，不斷的濫用K他命會造成嚴重的頻尿、急尿、尿失禁，膀胱容量嚴重的縮小至30毫升，從電腦斷層可以看出膀胱壁明顯增厚，膀胱周圍浸潤；膀胱鏡顯示膀胱黏膜組織明顯紅腫與潰爛，切片報告顯示膀胱壁已嚴重纖維化，這意謂一切回不去了，膀胱的傷害已造成，即使停止使用也只能改善部分症狀，若能及早停用可以避免纖維化尿失禁的後遺症。

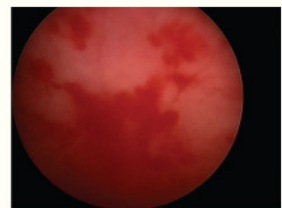
有些病人同時出現腰痛，腹部超音波顯示單側或雙側腎水腫，甚至腎臟功能變差，醫界一開始以為只會引起膀胱損害，理由是長期接觸含有K他命及其代謝物尿液而引起膀胱慢性發炎與纖維化，目前的臨床經驗顯示K他命吸食同時會引起上、下泌尿道損害包括輸尿管慢性發炎、狹窄、逆流，損害腎臟功能終將洗腎一輩子。

拉K也有可能引起上腹痛、食慾不佳及體重減輕，胃鏡卻找不出潰瘍或其他病變，給予治療胃潰瘍藥物始終不能改善，停止拉K上腹痛立刻獲得緩解；也有極少數病例，會引起急性膽汁鬱積病人。若沒告知拉K病史容易讓醫師誤診為其他疾病，使得治療事倍功半。

K命濫用的應儘早停止使用才能減少併發症的發生，一旦產生膀胱變縮纖維化在治療上會相當吃力，甚至需要作膀胱切除或加大手術。早期症狀類似一般的出血性膀胱炎，但對一般抗生素和止痛藥療效並不佳，在此提醒父母老師或所有醫師，孩子不一定誠實告訴醫師拉K病史，惟有醫師父母警覺才能幫助這些孩子儘早脫離K他命濫用，避免終生遺憾。



正常膀胱黏膜



K他命膀胱炎膀胱鏡呈現膀胱黏膜嚴重發炎，紅、腫，與黏膜層組織剝落

毒後尿失禁人生

文/藥劑科 黃柏堯藥劑師



最近，大家常在各大公共場所看到一條宣導旗幟，上面寫著八個大字—「拉K一時 尿布一世」。乍見時應該會冒出好多問號，什麼是拉K呢？拉K為什麼跟尿布有關係呢？接下來就跟大家說文解字一下：

拉K的「K」指的就是K他命(Ketamine)，是一種中樞神經抑制劑，俗稱Special K或卡門，目前毒品危害防制條例列管為三級毒品。K他命原本是用於人或動物的一種速效、全身性麻醉劑，常用於全身性麻醉誘導或小兒基礎麻醉。在一般醫療用途上，只會以針劑做靜脈注射或肌肉注射；但是有心人士卻將液態K他命蒸餾成結晶後再磨成粉末，以便施用。小份量使用粉狀K他命時，會感覺陶醉、反應緩慢、動作機械化、感官能力減低、眩暈等現象；大份量使用時，則會感覺四週景物在移動，感覺自己的身體和靈魂分離，但內心平靜，甚至四週會有光芒環繞的感覺，簡單來說，就是很high！所以K他命常被青少年拿來助興，但是這愉悅的背後卻隱藏著對健康的極大傷害，就像陽光的背後，永遠都是陰暗的影子。「拉K」就是將粉末狀的毒品K他命，採取以鼻吸食的方式，利用截短的吸管或摺成管狀的鈔票從鼻孔吸入毒品，由鼻部微血管吸收，好避開胃部消化液的破壞，作用快速且強烈。拉K常見的副作用有心搏過速、血壓上升、肌肉緊張等，其中最令人聞風喪膽的是：拉K會使膀胱壁出現纖維化病變，破壞膀胱黏膜，進而結疤、萎縮，膀胱容量因此大幅縮小。

一般人的膀胱大約積了500cc的尿液才會想上廁所；但是，長期拉K的人，膀胱中只要有10幾cc的尿液就憋不住了！剛開始出現頻尿的症狀時，只要立刻戒除K他命，膀胱黏膜還有慢慢復原的機會，但是一旦膀胱黏膜嚴重受損結疤後，就永遠無法回復。長期拉K除了出現血尿，甚至尿失禁的情況，到最後無法控制自己的膀胱，尿液總在不知不覺間滲了一褲子，流了滿地。為了避免這種窘境，膀胱纖維化的拉K者，只好天天包著悶熱的成人尿布。

面對K他命，千萬不要有吸一次就好的僥倖心態，雖然短期施用K他命的生理成癮症狀不明顯；但K他命造成的心理成癮症狀很強，會導致高度的心理依賴及強迫性施用。想以身試法的人應該仔細想想，造成身體永久的傷害。拉K前想想包著尿布的自己，胯下一大包，真的一點都不酷呀！



物質濫用

你要不要，藥不藥？

文/精神科 孫譽恩護理師



在現今資訊傳播快速的時代，臉書、推特、LINE、PTT，所有的資訊軟體夾雜大量的新聞，政治人物、藝人吸毒、酗酒、酒駕害人等等，各式各樣的物質濫用資訊，充斥各大版面，媒體告訴你，誰吸毒了，但卻未深入探討，物質濫用會造成什麼危害？又是什麼原因，讓人選擇走入毒害的世界？

你(妳)身邊有沒有這樣的人...壓力大，不知道如何紓解，情緒有點暴躁，一生起起伏伏，一開始只是睡不著喝點酒、感覺有壓力而吃點藥放鬆，但最後用錯了方法，接觸毒品，一回合二回合，再回頭卻為時已晚、難以自拔，造就無法彌補的傷害，後悔終身。

在這充滿誘惑的時代，總有管道可以接觸到毒、癮、酒、害，新聞告訴你，吸毒不好，拉K會包尿布，碰毒會變笨，皮膚會爛，用藥可以減肥？卻很少深入探討成癮者的心路歷程。

一般來說，吸毒者的人格特質可能出現如情緒起伏大、易怒、沮喪，想法負向、自卑、偏執，面對種種壓力時，自己無法排解。而這樣的人格特質，一旦身心壓力超出負荷時，也許會使用錯

誤的方法來讓自己得到救贖。

而在接觸毒品之後出現的身心症狀為：情緒更加高昂、躁動、靜不下來、話量多、行事誇大，反之，也有可能會出現嗜睡、注意力不集中、終日無神、雙眼紅腫目光無神，後期症狀加劇時，更可能出現幻聽、妄想、智力損傷、皮膚潰爛、膀胱炎、免疫系統崩壞等等身心狀況。

而避免讓自己踏入物質濫用的惡性循環裡，我們可以先養成一些習慣來幫助自己，如建立良好的紓壓方式：養成運動習慣、聽音樂、找親近的人傾訴，使用正確的方式發洩情緒。建立正確的用藥知識：如吸食毒品接觸酒精是會上癮傷身，而非快樂無罪。建立正確的態度：面對物質濫用的誘惑，勇敢說「不」。建立醫療管道的資訊：當身心出現狀況時，可就近到醫療院所接受諮詢或治療。

了解物質濫用的嚴重性，拒絕毒品誘惑，找尋正確又適合自己的紓壓方式，也要記得關心身邊的親友，當你察覺到異常警訊時，請選擇面對，讓我們一起對物質濫用SAY「NO」。

K他命

Q&A

Ketamine

回覆/泌尿科 張美玉醫師

**Q: K 他命是什麼?為什麼會有這麼強烈的依賴感**

K 先生 35歲

A:

Ketamine俗稱卡門、Special K、K他命或K仔，用於人或動物麻醉上，屬作用快速非鴉片類的脂溶性麻醉藥。K他命吸食者以鼻吸、口服、菸吸及注射等方式施用，藥效約可維持一小時，但對吸食者的感覺、協調及判斷力影響會長達16至24小時，並產生身心脫離之幻覺、暫發性失憶、身體協調性喪失、疼痛感知覺降低等症狀，令吸食者感覺飄飄然及世界很美好。長期使用會有心理依賴，造成強迫性使用，不易戒除。

Q:我因為好奇跟工作壓力拉K拉了3次，這樣會造成我膀胱受損嗎??

V 先生 30歲

A:

K他命須較長期的使用會造成後遺症，對於須吸食多久才會產生膀胱受損仍無明確數字。不拉K或儘速戒掉是保護膀胱的最佳方法。

Q:罹患潰瘍性膀胱炎該如何治療?有痊癒的可能嗎??

B 先生 38歲

A:

立刻戒掉K他命是首要原則，戒掉後搭配醫師的治療是有痊癒的可能性，治療藥物目前以止痛抗發炎為主，若膀胱容量極小的萎縮型態，也許進一步手術治療有其必要性。



104/01/27

臘八粥贈送 同仁與病友活動

一年一度的平安臘八粥又來囉～

104年1月27日社服室為了幫同仁與醫院病友祈福求平安，特別與佛光山小港講堂聯合主辦，發起贈送同仁臘八粥活動!期望在新的一年里，元氣百分百，好運旺旺來!!



臘八粥小常識：

話說臘八節這一天，吃臘八粥又稱「佛粥」，據說吃佛粥可以得到佛祖的庇佑，而臘八粥又是什麼呢？通常隨個人的喜好，可用小米、糯米、薏仁米、黃米等任選一種，再加上桂圓、花生、蓮子、紅豆、葡萄乾、栗子、棗泥等，總共八種東西一起煮。在嚴寒的冬天吃了油膩的進補食物後，吃上一碗熱呼呼的臘八粥，是一大享受且能驅走寒意。

器官捐贈暨 安寧療護宣導活動

104/02/04



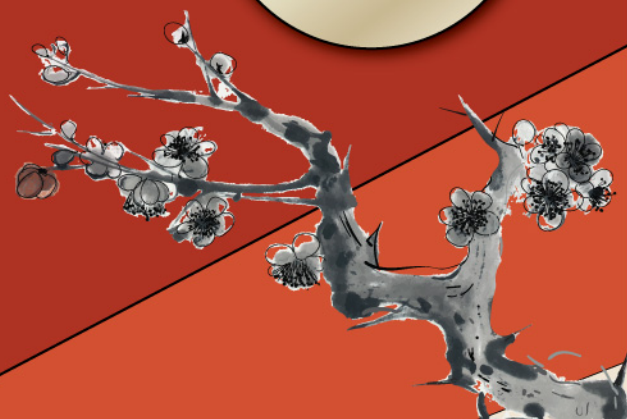
器官移植已是一種拯救生命的方法，但是器官短缺卻一直是移植的一大瓶頸，沒有器官的捐贈就沒有移植的來源，故本院一直以來都持續致力於器官捐贈觀念的宣導，以增進臨床醫護人員及社會大眾對器官捐贈的認知，希望能將器官捐贈的概念廣為傳播，以爭取更多重生的機會。



104/02/10

寒冬送春意

春聯餽贈病友暨 音樂表演活動



陳正宗老師



林崇俊老師



蔣順市老師



曾智榮老師



小港國中管樂團

本院舉辦之『春聯餽贈病友活動』，揮毫名家共邀請了高醫附院總務室林崇俊先生、高醫附院勞安室曾智榮先生，本院前總務室同仁陳正宗先生及張美玉醫師之公公蔣順市先生來為社區民眾揮毫現場寫下祝福與新年展望，並餽贈病友，使增添許多年味及趣味性，亦邀請小港國中管絃樂團，至本院大廳演奏，帶給病友及民眾溫馨及快樂。



校園守護愛心大連線 獨老幸福過好年

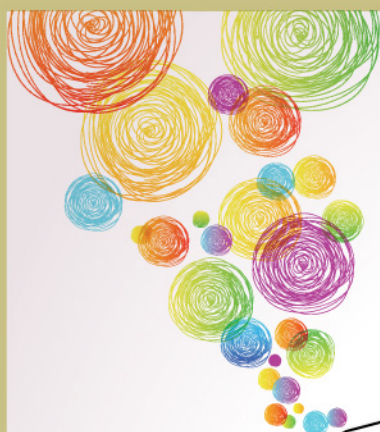
104/02/09

103年12月4日由高醫大劉校長景寬與華山基金會三民愛心天使站合作辦理「校園守護愛心大連線，獨老幸福過好年」的愛老人公益活動，透過邀請正修科技大學、文藻外語大學、樹德科技大學全體師生及高醫體系內四家醫院的職員工、志工一起來共襄盛舉，希望能為獨居長輩們募集年菜，讓長輩們可以在冷冽的寒冬裡，感受到來自校園與醫療院所溫暖的關懷；港醫在103年12月18日（四）由社服室透過e-mail向全院員工發佈年菜招募訊息，同時張貼活動海報，短短一週多的時間內，就募集了318份年菜，顯示港醫人不管是員工還是志工，都是非常熱血相挺的，因為我們相信有愛的世界會變得更溫暖更美好，所以接下來在104年2月9日（一），我們港醫的志工伙伴與華山基金會小港站站長一同前往訪視關懷

住在大林浦的獨居長輩們，除了祝福長輩們新年快樂外，最重要的就是奉上我們募集來的年菜，六菜一湯一甜點，還有襪子跟圍巾，看著長輩們臉上露出開心滿足的笑容，我才明白，生命的尾聲，一位白髮蒼蒼的長者，期盼的只是有人關心。如果愛有很多種形式，我想這群長輩要的，我

們都給得起，而這份愛，能支持他們活得有尊嚴、有溫暖，長輩的笑容，需要您我一起共同守護。





一封來自病友家屬 的感謝....

一、事件發生時間：_____年_____月_____日 上午/下午/晚間 _____時_____分

二、事件發生地點：☐門診 ☐急診 ☐住院中 ☐其他_____

三、事件相關人/事/物：_____

四、反應意見類型：☒稱讚 ☐建議 ☐抱怨

五、反應意見內容：

填表日期：2015年2月7日

家父因車禍住院，幸逢神經外科張家茂醫師聖手回春，才得以重門關前救回。感謝張家茂醫師細心又要善照顧，及APN李慧咪護理師及6B病房不得其名曾照料過家父之護理師們的愛心，家父終於出院了。感謝張方能網羅張醫師到院服務及培育6B病房人員，實為小港區民之大幸。再次感謝，感恩！

感謝人：羅○悅



一封來自病友家屬 的感謝....

一、事件發生時間：103.04月至104.01月 上午/下午/晚間 ____時____分

二、事件發生地點：■門診 □急診 ■住院中 □其他 _____

三、事件相關人/事/物：龍震宇 醫師

四、反應意見類型：■稱讚 □建議 □抱怨

五、反應意見內容：

填表日期：104年2月4日

院長您好：

我是產婦林○瑩，2014.04~2015.01 這些日子承蒙貴院龍醫生震宇的細心照顧與溫馨囑託叮嚀孕期注意事項，每次產檢對超音波不厭其繁的細說寶寶狀況，使其免除新手媽咪的焦慮與恐慌，妊娠28週時胎位不正，更指導矯正方法「膝胸臥式」，成功的使其胎位矯正，免去不必要的開刀生產。妊娠39週在破水當日由醫師指引下自然產下寶寶那一刻起，讓我成功迎接小生命平安的降臨，真的非常感謝。願您仁心仁術永留傳特寫一首詩贈與醫生。

震天震地施醫術，
宇內功濟而善德；
醫術醫德皆讚可，
生子平安人佩欽。

2015.02.02 新手媽咪 林○瑩敬上

感謝人：林○瑩



一封來自病友家屬 的感謝....

- 一、事件發生時間：104 年 03 月 ____ 日 上午/下午/晚間 ____ 時 ____ 分
- 二、事件發生地點：☐門診 ☐急診 ☒住院中 ☐其他 _____
- 三、事件相關人/事/物：陳煌麒醫師、趙惠梅護理師、賴怡珊護理師、黃榆軒護理師
林君玲個管師、白怡萱社工師
- 四、反應意見類型：☒稱讚 ☐建議 ☐抱怨
- 五、反應意見內容：

填表日期：104 年 03 月 20 日

吳院長 你好!我是近期由高醫轉診至小港醫院的病患家屬，目前病房是在8B38之2床，由於在你的帶領之下，醫院裡每位護理師都相當優秀，我的阿公在這段時間受到你們醫院護理師的悉心照護，恢復的相當好，將在明天就要出院了，因為在住院的這段時間，有受到相當多人的幫助，如陳煌麒醫師每天與家屬詳細討論病患病情，並提供意見給家屬，真的非常謝謝他，還有三位護理師，要特別提到，1.趙惠梅護理師，在這段時間向他提出的任何疑問，他不僅耐心回答，也會把該注意的地方交待我們。2.賴怡珊護理師，在這段時間我真的感覺到他對病人的用心，不僅在各方面相當仔細，對長輩也很和藹可親。3.黃榆軒護理師，在這段時間總是笑臉迎人，說鼓勵的話，使我們把家人生病的憂愁都一掃而空，也間接帶來正面的能量。而在準備出院期間則受到1位個管師及1位社工師的幫忙，林君玲個管師在準備出院期間給了我們相當多的資訊及該準備的東西，也提供我們相當大的協助，很是謝謝他，而最後一位白怡萱社工師算是在這段時間，給予我們最多最多幫助的一位，我也最感激他，她讓我們對於一些費用不必多去煩惱，只需要專心照顧好阿公，這點我會一直銘記在心，以上的感謝對象，弟弟我都已有寫小卡片送給他們，但除此之外，弟弟則是私心希望院長能夠給於他們一些實質的獎勵或是鼓勵，在此弟弟我感激不盡！！最後特別感謝院長撥空看完這篇感謝函！！

感謝人：朱先生（患者之孫子）



2015高雄國際馬拉松

我們就是愛運動愛健康

「2015高雄國際馬拉松」於 104年3月8日在世運主場館盛大開跑，本院同仁熱情參與，由吳文正院長、羅永欽副院長及吳登強副院長帶領百位港醫熱血同仁一同參與，各個精神抖擻、不畏寒流、開心奔跑，現場充滿歡樂氣氛，共同展現健康樂活的港醫形象。



小愛心，大感動

感謝!!財團法人全聯慶祥慈善事業基金，提供
愛心物資給予本院弱勢病友

本院於103年開始與財團法人全聯慶祥慈善事業基金會合作，由該會協助提供本院醫療基金及醫療照護物資，讓本院經濟弱勢之病友得以在社工師的專業評估下取得相關醫療資源的協助，使經濟弱勢病友除了可獲得穩定的醫療照顧品質外，也可減輕弱勢病友家中的經濟負擔，同時也避免其因經濟困窘而延誤了就醫時機；今年度該會再度捐贈給本院下列愛心物資，讓本院持續提供弱勢病友最溫暖的照護，感謝該會對本院弱勢病友之關懷與支持。



捐贈物資	數量
愛生雅成人紙尿褲M號	60包
愛生雅成人紙尿褲L號	60包
康乃馨看護墊	84包
康那香替換式紙尿片	84包
得意抽取式衛生紙	48串

本院提供自助批價掛號機

歡迎病友及民眾多加利用

我在一樓
服務台旁喎

我的開放時間：

週一至週五 9:00-16:30

週六 9:00-11:30



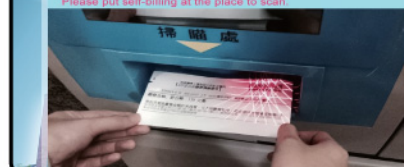
使用流程

開始

1

請將「自助繳費單」放至掃碼處

Please put self-billing at the place to scan



2

您此次應繳費用為 100 元

The payable fee of your is NT\$ 100

本機不接受5元硬幣、2000元及200元紙鈔

The machine does not accept five NT\$ coin and 2000 and 200 NT\$ banknotes

姓名：陳大明 就診日期：2015/01/12

病歷號：A00012568 就診科別：家庭醫學科一診

看診費用 Fee NT\$ 100

已付 Paid NT\$ 0

未付 Unpaid 100

應找零 The Change 0

3



4

請取回收據

Please retrieve receipts

領藥時，請出示
處方及繳費收據

Please show your receipt when you
receive prescription drugs and pay.

5

完成



狂賀

榮獲103年醫策會第15屆醫療品質獎 多項獎項

本院今年總計獲得5個獎項：

擬真情境競賽-優等

急症照護組

主題改善組-銅獎

【多元圈】運用多元品管手法建構
急診輸血安全

人因特別獎

主題改善組-佳作

【守護母嬰特攻聯盟隊】結合團隊資源
管理模式及流程再造改善高危險妊娠孕
產婦急診就診照護品質

實證醫學-潛力獎

查證用藥組



擬真情境競賽-優等



主題改善組-銅獎



人因特別獎



主題改善組-佳作



實證醫學-潛力獎



本院提供當日至本院就醫病友
使用免費無線上網服務(WiFi)



門診Wifi服務開放區域

1F大廳、2F門診候診區、3F開刀房外等候區、5F復健科治療區

- 使用方式：須通過身份認證，方能使用WiFi
- 條件限制：當日至本院就醫病人
- 認證方式：帳號請輸入病歷號碼(共8碼)，密碼輸入身分證字號後6碼，登入無線網路系統，認證成功後即可使用WiFi
- 操作步驟：如下圖所示
- 使用規範：請遵守本院資訊安全規範，請參閱無線網路系統之『說明』文件



操作步驟

步驟1

無線網路連線
請選取連線SSID: knhk-guest

步驟2

此網站的安全性憑證有問題。
此網站所開的的安全性憑證並非由信任的憑證授權單位所發行。
安全性憑證問題可能會導致其他人可竊取在該網站輸入的資料。
我們建議您關閉此網頁，而且不要繼續與該網站互動。
點選繼續以關閉此網頁。
步驟2 點選此項

步驟3

KAOHSIUNG MUNICIPAL HSIAO-KANG HOSPITAL
高雄市立小港醫院
無線網路系統
步驟3 輸入帳號與密碼

向菸酒毒說NO!： 和醫師一起遠離菸酒與毒品

作者：林子堯, 曾驛翔

出版社：大笑文化有限公司

出版日期：2014/09/01

語言：繁體中文

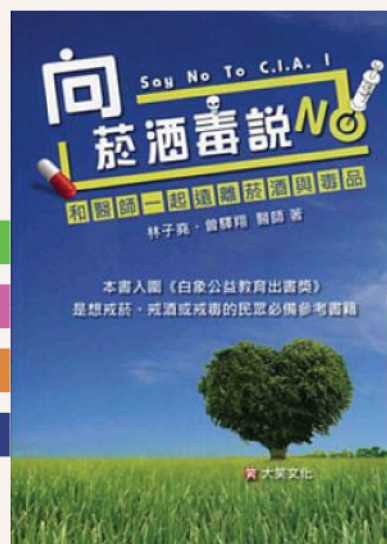
文/圖書室 林玟娟組員

最近接連爆發藝人吸毒事件而影響星途的新聞，其中的毒名單有很多都是耳熟能詳的名人。這讓我想起幾年前有一位國際樂壇的天后Whitney Elizabeth Houston，許多人應該都聽過她唱紅的《I Will Always Love You》這首歌。她唱歌時中氣十足的嗓音與特別的轉音技巧尤如天籟之音曾擄獲全球歌迷的心，當時也成為很多人想爭相模仿的對象。關於這位巨星的隕落除了令人感傷外，更讓人驚嘆的事是各界認為她的香消玉殞應與毒品脫不了干係。發生這樣不幸的事是應該更值得讓沾染毒品的人都能引以為鑑，避免重蹈覆轍，但事實上類似的事件每年好像都會不斷的上演。所以要如何勸戒沾染毒品的人遠離毒品並向毒品說NO，我認為需要聽聽醫師的建議。

本次推薦的書是由林子堯與曾驛翔兩位醫師編繪的作品《向菸酒毒說No!》：和醫師一起遠離菸酒與毒品。本書內容分為16章，第1章到第3章是談有關煙酒對人體造成何種影響。從第4章的毒品概論開始，每章內容說明了不同的管制藥品和毒品的區分，內容分別介紹各種毒品的成份、濫用途徑和戒斷症狀等。書中內容有整理毒品海洛英的危害，因它具中樞神經抑制劑的強效鎮痛藥物，它被歸類在第一級毒品。還有中樞神經

興奮劑且會誘發精神病的古柯鹼。另有安非他命造成的精神病及戕害青少年身心甚鉅的K他命等內容。因兩位作者都是醫師，所以他們根據其專業的醫學知識以及豐富的臨床經驗，除了以淺白的文字講解毒品的相關知識外，還有生動的漫畫插圖，提供讀者在閱讀過程中更有趣味性不會乏味。希望能藉此書讓民眾多了解毒品成癮對人造成的危害之深，若正受毒害的人亦可提供給他們尋求專業的治療方式趕緊逃脫毒品的殘害。

吸毒者因毒品用量愈來愈多而耗盡家財後，往往會衍生出許多社會犯罪問題，不只造成社會恐慌動盪，也會威脅到國家安全。通常染上毒品的人都有以下的藉口，如：個人的好奇心、好友的慫恿及生活壓力太大等，可見個人的交友不慎與環境不良容易讓人誤入歧途。既然是管制藥用的物質怎會當成毒品吸食呢？這麼容易拿到毒品，是毒品氾濫？有一部電影『門徒』，其中片中有句毒販頭子的經典語錄說：『抽菸會致癌，還是有人抽，我沒有做宣傳也沒有逼他們！關我什麼事。』所以立法院於2015年1月三讀修正通過毒品危害防制條例部分條文，對製造、運輸及販賣毒品必須加重其刑責。吸毒會危害一世，是一條不歸死路，奉勸民眾勿以身試毒。





破繭而出之重生的蛻變

文/護理部 黃美芬護理師

晚餐後和媽媽相偕至文化中心運動，徐徐涼風伴隨我們開心地談天說地，這個地方真好，平時提供一個給大家運動、散步的空間，假日更有藝術市集及藝文表演活動，高雄真是個好地方，約定好改天還要再來。

約晚間9點左右，我們騎車行經凱旋二路，先是聞到疑似瓦斯味又像汽油外洩的怪味，隨後看到地上的人孔蓋冒出白煙，一輛輛消防車急駛而來，消防警察認真地尋找可能的問題所在，交通警察則是盡責地維持交通順暢。媽媽問這裡每晚都會有這樣的怪味嗎？我跟媽媽說這是異常的現象，我們要快點離開。就在我們急著離去的當下，我看到更多值勤員警進入事故地點，心中不免為他們擔憂。就在接近半夜12點，聽到轟天巨響般的聲音，直覺告訴我是氣爆，沒想到竟然是真的！電視上轉播氣爆的畫面，就是我停紅燈的地方，天佑我和媽媽逃過死劫，但英勇的警義消、值勤的員警及無辜的百姓卻沒能逃離這場浩劫！很多人想問到底是怎麼回事？我們熟悉的港都、繁華的城市，怎麼一夕之間變成了電影中被炸彈轟炸過的場景？我們的朋友、親人、同胞們有家歸不得，有人失去打拼一輩子的事業，有人失去了他們摯愛的親人，實在令人心痛不已。

災難發生後，高雄市政府隨即成立災害應變中心，救難人員進駐災區，把握黃金救援時間，不分晝夜，不放棄任何搶救生命的機會；醫療相關人員不眠不

休搶救傷患，志工團體和許多無名英雄更是無償地加入救援行列，許多企業家慷慨解囊，熱心的民眾也紛紛捐出善款，希望盡己之力，救助自己的同胞，重建家園。每每看到電視一次又一次的報導最新死傷人數，我的眼前就一直閃過氣爆當晚我在現場的畫面，如果當時發生氣爆，我就不在了！現在的我不論是看到或聽到氣爆相關新聞還是很害怕、甚至想哭，無意間聽到這首由黃乙玲小姐所演唱的台語歌曲—「惦你的身邊」，她的歌詞讓我的心平靜許多，也撫慰了我的靈魂，歌詞是這麼寫的：「愛！將咱牽作伙，才會掛念放置心底，一路行來確實無好過，嘛愛感謝天，這幸福的代價！你我擁有同款的夢，我會陪你行每一個秋冬，一路行來不通越頭望，明啊在才會聞到花蕊的清香！不甘看你受風雨淋，我甘願為你受苦痛，惦你的身邊乎你溫暖，這是我真心的願望；不甘看你受風雨淋，我甘願為你受苦痛，惦你的身邊今嘛到永遠，你辛苦的雙手有我來牽」。災難會過去，傷痛需要時間撫平，所以我也想藉由這首歌告訴大家，高雄遭逢巨變，但許多人無私地付出，災難時刻不分你我，大家有錢出錢、有力出力，這城市有愛，災民絕對不孤獨，因為我們的社會處處是溫情，我們會一起攜手度過難關，讓我們共同努力，期盼破繭而出、重生蛻變的高雄。高雄加油！台灣加油！