免費取閱

u HEALTH

優・生・活

issue 11
2014
秋季號

不容忽視的痛症治療

p.10 胸腔鏡手術在心胸外科的應用
p.14 膝關節痛病因全面觀
p.18 中醫醫治老年人胃病
p.28 淺談青光眼

科大醫院
UNIVERSITY HOSPITAL

科大醫院體檢項目簡介

科大醫院與澳門科技大學同屬於澳門科技大學基金會，是一所現代化醫院，同時也是澳門科技大學中醫藥學院及健康科學學院的臨床帶教基地。醫院環境優美，設備先進，除擁有本地專業的醫療團隊外，還有來自國內、外的專科醫療顧問。

醫院設有中、西醫門診、國際醫務中心、中醫藥學院專家臨床中心、國際健康管理中心、醫學影像診斷中心、臨床化驗診斷中心(NATA認證)、睡眠診療中心、綜合康復診療中心、內視鏡中心、治未病服務、腫瘤綜合治療服務、中醫美容中心、手術室、住院部。

國際健康管理中心設有一站式體檢服務，環境舒適。結合目前先進的影像檢查儀器，如：1.5T磁力共振(MRI)、64層斷層電腦掃描儀(CT)、數字減影血管造影儀(DSA)、數碼X線攝影儀(DR)、數碼乳腺攝影儀、骨密度測量儀、四維彩色超聲波掃描儀等，以及獲國際NATA認證的臨床化驗診斷中心技術支持，使體檢服務更為細緻周詳。常用的體檢項目包括：男性健康管理計劃、女性健康管理計劃、企業雇員健康管理計劃、學生健康管理計劃以及個人健康管理計劃等。

隨著科大醫院不斷地發展和完善，將為本澳的醫療事業發揮重要的作用，以實現為廣大市民提供更優質、更專業的醫療服務為宗旨。

地址 澳門氹仔偉龍馬路澳門科技大學H座 | 電話 (+853) 2882-1838 | 傳真 (+853) 2882-1788
電郵 hospital_enquiry@must.edu.mo

Find us on facebook

uHEALTH 優生活

2014年 | 秋季號

CONTENT

院長的話
04 醫家五戒十要

醫療專題
06 不容忽視的痛症治療
10 胸腔鏡手術在心胸外科的應用
14 膝關節痛病因面面觀
18 中醫治理老年人胃病

醫學分享
24 消化道腫瘤之內視鏡治療
26 鼻敏感

藥學分享
28 淺談青光眼藥物

30 **最美一刻**

護理分享
32 體檢問與答

健康愛美麗
36 了解面部色斑

最愛小兒科
40 小兒秋季腹瀉
41 中醫治療小兒秋季腹瀉

醫生醫心
44 仁心仁術鑄大醫
45 仁心仁術

護理護您
48 優質人生由自我管理開始

50 **眼睛去旅行**

食得有營
52 預防貧血飲食

中醫靚湯
54 椎動脈型頸椎病——藥膳保健湯

免費派發地點

科大醫院
澳門科技大學E座學生餐廳
仁德醫療中心
協康醫務中心
新希望醫療中心
駱依芬產科醫務所
澳門泌尿男科中心
宇晴醫療中心
維一美學醫療中心
利達通黃頁有限公司
工聯北區綜合服務中心
澳門工會聯合總會氹仔綜合服務中心
驛站
澳門明愛
獲多利大廈
中土大廈
光輝商業中心
東南亞商業中心
建興隆商業中心
南通商業大廈
美聯藥房
慈博大藥房
創見大藥房
振興藥房
國衛大藥房
壹藥房

承印及編採：
科大醫院 UNIVERSITY HOSPITAL
地址：澳門氹仔偉龍馬路澳門科技大學H座
電話：(+853) 2882-1838
傳真：(+853) 2882-1788
電郵：hospital_enquiry@must.edu.mo
網址：www.uh.org.mo

設計製作：
羽高廣告設計有限公司

醫家五戒十要

一、五戒

一戒：凡病家大小貧富人等，請觀者便可往之，勿得遲延厭棄，欲往而不往，不為平易。藥金毋論輕重有無，當盡力一例施與，自然陰騭日增，無傷分寸。

二戒：凡視婦女及孀尼僧人等，必侯侍者在旁，然後入房診視，倘旁無伴，不可自年。假有不便之患，更宜真誠窺睹，雖對內人不可談，此因閨閫故也。

三戒：不得出脫病家珠珀珍貴等送家合藥，以虛存假換，如果該用，令彼自製入之。倘服不效，自無疑謗，亦不得稱讚彼家物色之好，凡此等非君子也。

四戒：凡救世者，不可行樂登山，攜酒遊玩，又不可非時離去家中。凡有抱病至者，必當親視用意發藥，又要依經寫出藥帖，必不可杜撰藥方，受人駁問。

五戒：凡娼妓及私夥家請看，亦當正己視如良家子女，不可他意見戲，以取不正，視畢便回。貧窘者藥金可壁，看回只可與藥，不可再去，以希邪淫之報。

二、十要

一要：先知儒理，然後方知醫理，或內或外，勤讀先古名醫確論之書，須旦夕手不釋卷，一一參明融化機變，印之在心，慧之於目，凡臨證時自無差謬矣。

二要：選買藥品，必遵雷公炮炙，藥有依方侑合者，又有因病隨時加減者，湯散宜近備，丸丹須預製，常藥愈久愈靈，線藥越陳越異，藥不吝珍，終久必濟。

三要：凡鄉井同道之士，不可生輕侮傲慢之心，切要謙和謹慎，年尊者恭敬之，有學者師事之，驕傲者遜讓之，不及者薦拔之，如此自無謗怨，信和為貴也。

四要：治家與治病同，人之不惜元氣，斫喪太過，百病生焉，輕則支離身體，重則喪命。治家若不固根本而奢華，費用太過，輕則無積，重則貧窘。

五要：人之受命於天，不可負天之命。凡欲進取，當知彼心順否，體認天道順逆，凡順取，人緣相慶，逆取，子孫不吉。為人何不輕利遠害，以防還報之業也？

六要：裡中親友人情，除婚喪疾病慶賀外，其餘家務，至於饋送往來，不可求奇好勝。凡饗只可一魚一菜，一則省費，二則惜祿，謂廣求不如儉用。

七要：貧窮之家及遊食僧道衙門差役人等，凡來看病，不可要他藥錢，只當奉藥。再遇貧難者，當量力微贈，方為仁術，不然有藥而無伙食者，命亦難保也。

八要：凡有所蓄，隨其大小，便當置買產業以為根本，不可買玩器及不緊物件，浪費錢財。又不可做銀會酒會，有妨生意，必當一例禁之，自絕謗怨。

九要：凡室中所用各種物具，俱要精備齊整，不得臨時缺少。又古今前賢書籍，及近時明公新刊醫理詞說，必尋參看以資學問，此誠為醫家之本務也。

十要：凡奉官衙所請，必要速去，無得怠緩，要誠意恭敬，告明病源，開具藥方。病癒之後，不得圖求扁禮，亦不得言說民情，至生罪戾。間不近公，自當守法。

以上便是明代著名醫學家陳實功制定的《醫家五戒十要》，涉及專業學習、思想修養、言行舉止、服務態度及如何處理同事之間的關係等，被美國《生命倫理學百科全書》全文收錄，被認為是世界上較早成文的醫德法典。今天讀來，依然光芒不減。

科大醫院院長
王玉來教授

不容忽視的痛症治療

疼痛是每個人都會有過的體驗，在漢語中，對於疼痛的描述隨處可見，“痛苦、痛楚、痛不欲生、痛徹心扉”等等。而對於人體而言，不論外傷或內患，由此帶來的痛楚往往最讓人難以承受，甚至為病人帶來長久的困擾。現代醫學研究更證明慢性疼痛，尤其是神經病理性疼痛，會嚴重影響患者生活品質。科大醫院麻醉科及疼痛科徐仲煌顧問，北京協和醫院麻醉科教授，長期從事臨床麻醉及疼痛治療工作，他表示，“痛”不單是一種感覺、一個症狀，更可以是一種疾病，它可以導致患者機體各系統功能失調、免疫力低下而誘發各種併發症，嚴重影響患者的生活品質和工作效率，對人體的危害往往比其他疾病更大。

世界衛生組織（WHO）在2000年提出了“慢性疼痛是一類疾病”的說法，從而將疼痛歸類到疾病的範疇。2004年世界疼痛研究會（IASP）宣佈每年10月11日為世界鎮痛日（Global Day Against Pain），醫學界對此專題的關注度也越來越高。

對疼痛認識的常見誤區

1. 痛只是痛，它不是病！

人們通常認為：“疼痛只是一種症狀，而不是病，病好了自然就不痛”，這種看法對於急性痛來說是符合實際情況的，在現實生活中具有普遍意義，但是對慢性痛來說則不盡然，多數慢性疼痛不僅僅看成是一種“症狀”，有的慢性疼痛本身就是一種疾病，例如三叉神經痛、以及一般俗稱“生蛇”的帶狀皰疹及帶狀皰疹後痛（急性帶狀皰疹結束後，繼續存在的頑固性神經痛）等等，這些情況“痛”本來就是“病”，治好了痛，也就治好病了。

2. 止痛會耽誤病情？

有些人認為只“治痛”是“治標不治本”，甚至會耽誤病情，其實是一種誤解，這說法雖然有一定道理，但在規範的痛症診療過程中，必須首先排除這種只“治痛”而掩蓋原發病症狀的情況。醫生必須在明確地弄清疾病原發的因由，且痛症治療對病人總體診療有利無害的情況下才會進行臨床治療。如疼痛只是原發病相關症狀，也必須對疼痛作出治療以減輕病人的痛苦。

科學的發展使疼痛的治療手段日益增多，治療效果也不斷提高，目前可以認為95%的慢性疼痛可以得到滿意的治療。在特定情況下，“針到痛除”已不再是紙上談兵。

徐仲煌表示，醫生應以減輕病人痛楚為己任，在痛症治療過程中遵從三條原則

目前疼痛治療的最多見方法是介入微創鎮痛術，在影像學和電生理技術的測量和定位下，執行嚴格的臨床規範操作

認識痛症治療

痛症醫學的概念對一般人來說比較陌生，它是多中心協作的新興邊緣學科，包括麻醉科、骨科、神經內科、神經外科、放射科、介入科、腫瘤科、康復醫學科、心理學、神經生物學、運動醫學科、老年病科、全科醫生、社區醫生等，集中臨床多學科會診優勢，主要完成複雜、疑難的慢性、頑固性疼痛診療，目的是解決以前“有痛無處看或頑固性痛症沒人看”的狀況。

痛症治療的原則和方法

徐顧問表示，醫生應以減輕病人痛楚為己任，在痛症治療過程中遵從以下原則：

找出病人痛楚的原因，對症下藥；
在減輕患者痛楚同時以治療原發疾病為本；
對於原發病已無適當治療措施的情況下以減少痛楚，例如終末期癌症疼痛。

痛症門診專為痛症病者提供綜合醫療服務，服務不單能舒緩病人生理上的痛苦，更能改善他們的心理狀況，從而建立正常的社交生活。

目前疼痛治療的最多見方法是介入微創鎮痛術，在影像學和電生理技術的測量和定位下，執行嚴格的臨床規範操作，進行選擇性、毀損性痛覺傳導神經阻滯精確的病灶靶點治療，阻斷疼痛信號的傳導或解除對神經的壓迫，從而達到臨床症狀改善和疾病治療的目的，最大程度的減少病人的痛苦，可用於治療常見的慢性疼痛性疾病，包括各型慢性頭痛、慢性頸、肩、腰、腿痛和頸椎病、肩周炎、肌筋膜炎、椎管狹窄、椎間盤突出、癌痛以及神經性疼痛等。

痛症門診同時為急性癌症、慢性癌症及非癌症病人提供診症及痛症教育服務。門診以多角度方式治療各種痛症，包括常見的身體及關節痛症、手術後痛楚、各種嚴重痛症、神經痛、末期癌症痛楚和身心性疼痛等。

隨着時代進步，醫學技術的發展，現代疼痛治療選擇越多，越能及早舒緩病人痛楚，加快康復進度。

科大醫院
麻醉科及疼痛科
徐仲煌顧問

胸腔鏡手術在心胸外科的應用

微創技術是外科手術的發展趨勢，對於普羅大眾來說，已不是一個陌生的名詞。胸腔鏡手術在微創手術中屬於比較複雜及多樣性的，對於醫生的綜合水平要求也較高。

科大醫院心胸外科張憬顧問畢業於南京大學醫學院，於江蘇省人民醫院從事心胸外科手術超過十八年。他表示，早在1910年，瑞典醫生Jacobaeus就把當時的膀胱鏡運用在胸外科手術來治療因肺結核引起的膿胸，開了胸腔鏡手術的先河。九十年代開始，現代意義的胸腔鏡手術開始有所發展，至今已有二十多年光景，早期發展緩慢，近年來隨著外科手術器械、設備的進展而快速發展，此技術越來越普及，最後達到成熟期。

胸腔鏡手術的優點

傳統的開刀手術，需要在病人胸骨正中剖胸15-20公分傷口或者後外側臥開胸25-30公分傷口及把肋骨剪斷、把胸骨鋸開，病人需要很長時期才能康復，而且會留有又長又深的疤痕。胸腔鏡手術則大大減輕了創傷，只需要在病人身上開約三個至四個1-3公分的小傷口，把手術儀器放入病人身體內，結合影像技術進行手術操作。對比常規的開胸手術，胸腔鏡手術有著諸多優勢：最明顯的是切口僅1-3公分，無需切斷胸背部肌肉，無需撐開肋骨或胸骨，大大減輕了病人在術後的傷口疼痛。胸腔鏡手術也可運用影像技術，把需要部位放大，透過屏幕觀察，可更準確操作。此外，也加快康復時間，縮短住院時間，安全高效，真正達到微創及快速康復的目標。

肺部手術胸腔鏡小切口

食管手術胸腔鏡小切口

傳統開胸手術與胸腔鏡手術的對比

比較項目	傳統開胸手術	胸腔鏡手術
傷口大小	傷口大，約為25-30公分	傷口小，約為1-3公分
肌肉切斷狀況	需切斷胸背肌肉	不需切斷胸背肌肉
對筋骨之傷害	需撐開肋骨	不需撐開肋骨
麻醉時間	手術及麻醉時間長	手術及麻醉時間短
疼痛情況	術後傷口較痛	術後傷口痛較輕
對身體其他器官的影響	術後易影響肺功能	術後不影響肺功能
康復時間	恢復慢	恢復快
術後住院情況	需住加護病房觀察	不需住加護病房觀察
住院時間	住院7-14天	住院2-5天
費用	醫療費用高	減少醫療費用

胸腔鏡手術治療範圍

目前，心胸外科絕大部份的手術均可使用胸腔鏡技術進行操作，涵蓋的範圍相當廣泛，比較常見的包括有：

1. 呼吸系統檢查及手術
基本的肺活檢、自發性氣胸肺大泡切除術、肺腫瘤行肺楔形切除術、肺葉切除術、肺癌根治術、肺段切除術、全肺切除術、支氣管袖狀切除術等；

2. 消化系統手術
食管癌根治術、食管良性腫瘤切除術、賁門失弛緩症手術（Heller術）等；

3. 心臟外科手術
先天性心臟病房間隔缺損修補術、室間隔缺損修補術、二尖瓣置換術、冠狀動脈搭橋術等；

4. 其他手術
縱隔腫瘤切除術、重症肌無力胸腺擴大切除術；小兒漏斗胸微創矯治術（NUSS手術）、手汗症手術等。

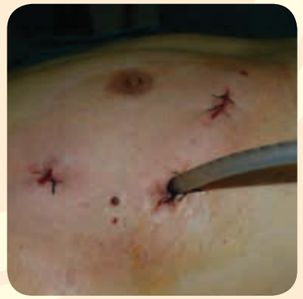
胸腔鏡手術的局限性

儘管胸腔鏡手術具有很多優點，也是醫療技術的發展大方向，但它也具有一定複雜性及局限性：

1. 手術透過電視屏幕的影像進行操作，醫生較難把握傷口遠近位置的空間感，需作長期訓練，熟悉後才能順利操作；
2. 長長的器械工具與雙手操作存在一定差別，醫生較難拿捏。一些複雜動作，例如綁線、精密之縫合等需要經過良好的訓練；
3. 需要掌握手術的適應徵，一些情況下，例如胸腔廣泛粘連或者較晚期的腫瘤等就不適合採取胸腔鏡手術。

傳統正中劈開胸骨胸腺切除術切口

傳統開胸肺葉切除切口



胸腔鏡胸腺切除術切口

胸腔鏡手術的發展方向

傷口小、美觀、病人康復快等等優點，說明胸腔鏡技術是心胸外科在新世紀的新變革，代表當今心胸外科的潮流趨勢。張憬顧問表示，醫學界目前機器人手術技術（達芬奇手術系統）的應用，就是醫生透過機械手做手術，這項技術的發展，將遙距手術操作變成現實，不再是電影橋段！因此，醫學界也在期盼著微創心胸外科迎來更燦爛輝煌的明天。

科大醫院
心胸外科
張憬顧問

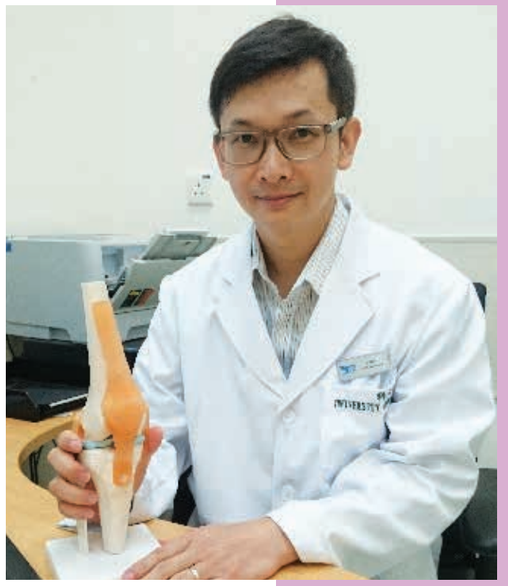
膝關節痛病因面面觀

膝關節痛是不少人士的困擾，很多人以為塗些藥膏，或敷一下冰袋就會解除痛楚，但每每效果不佳，治標不治本。科大醫院骨科及運動創傷學科林冠群醫生表示，膝關節痛可由不同的毛病引起，甚至是由於其他部位的問題影響而導致，必須找到真正病因，對症下藥，才能把痛症根治！

膝關節是人體最大的關節，在結構上由大腿的股骨、小腿的脛骨以及俗稱「菠蘿蓋」的髕骨形成，還有腓骨、肌肉肌腱、韌帶、軟骨、半月板、滑膜和滑囊共同組成，這些結構當中任何一個出現問題，都可以引起膝關節不適，最常遇到的就是關節炎，包括老人家退行性關節炎、痛風性關節炎以及一些自體免疫疾病引起的關節炎，還有年青人因運動或者交通意外，關節扭傷而造成半月板或者韌帶損傷、骨折，髕股關節毛病引起膝關節前方疼痛等。除此以外，其實還有很多的疾病都可以導致膝關節疼痛，只是普遍關注得比較少，但絕對也不能掉以輕心，以下幾種是比較常見的病症：

滑囊炎

滑囊炎是相當常見的膝關節疼痛原因，膝關節週圍有一些內有滑液的囊狀組織，叫做滑囊，它們位於骨和肌腱肌肉中間，功能是提供一種順滑的作用，減少活動時骨和肌腱肌肉之間的摩擦，一旦膝關節受傷被撞或反覆勞損，會引起滑囊發炎，導致疼痛及腫脹，常見的有因為經常跪下工作造成膝前方腫痛的「髕前滑囊炎」，走路或跑步過多等造成膝前內側疼痛的「鵝足腱滑囊炎」。病情較輕者，一般經過一些生活習慣調整、休息、減少運動量，配合藥物及物理治療，大多能痊癒；情況嚴重者，則可考慮局部注射類固醇，甚至手術切除治療。



林冠群表示，膝關節痛可由不同的毛病引起，對症下藥，才能把痛症根治

滑膜皺壁症候群

此病也是十分普遍的。曾有一名十多歲的少女右膝疼痛一年，可以作各樣運動，但蹲下來的時候，膝關節前方就疼痛得很，原來是患了滑膜皺壁症候群。滑膜皺壁是膝關節發育中的殘留組織，大多數不會引起不適，但當膝關節反覆受到勞損刺激、創傷導致皺壁發炎增厚就會造成關節疼痛和活動不順暢。這種毛病多出現在髕股關節內側，即菠蘿蓋內側裡面，患者會感到疼痛、「腳軟」或者彈響感，大多數病人經保守治療（休息、吃藥和物理治療等）都可改善疼痛不適；情況嚴重者可用微創的關節鏡手術治療，切除引起問題的皺壁。

髕腱炎

運動員或者業餘體育愛好者對於髕腱炎絕不陌生！由於過度使用膝關節致使他們很多都受過此傷患困擾，葡萄牙球星C朗拿度在2014年世杯盃期間也因左膝髕腱炎影響表現，差點還不能為國出戰！髕腱炎其實十分常見，髕腱位於髕骨的下方，使膝關節可以伸直、可以跳躍，因為髕腱炎好發在跳躍運動愛好者身上，譬如籃球運動員，所以這毛病也叫做「跳躍膝」。患者會感到髕骨下緣疼痛，輕微者只會在運動後才出現疼痛，嚴重時即使日常生活也會痛。治療的最基本及良好的方法是休息，患者須避免劇烈的運動，可使用條狀的護膝（髕腱加壓帶）保護，口服消炎止痛藥物，物理治療；傷患較嚴重者，可以用微創方法以關節鏡手術處理，把發炎的病灶清除。

腘窩囊腫

腘窩囊腫又稱貝克氏囊腫，膝關節後方部份叫做腘窩，一旦長出俗稱的水瘤，便是患有腘窩囊腫。腘窩內側有滑囊與膝關節相通，當關節內有發炎、半月板損傷等情況出現時，關節便會產生過量的關節液，有時候會流入腘窩滑囊形成局部腫脹，除了影響外觀及出現腫脹不適外，對患者的生活也造成不便。腘窩囊腫常見於五十歲以上人士，而年輕人也會出現，他們多因為受傷所致。過去手術方式是在腘窩位開一較大傷口切除囊腫，但此方法不能「順便」處理膝關節內的問題。所以，現在趨勢是用關節鏡手術處理，一方面把關節內的毛病儘量處理，如把撕裂的半月板部份切除或者縫合，一方面把囊腫與膝關節之間狹窄的通道開大，使關節液可以自由進出，不會局限在滑囊內，達到減壓的作用，手術後囊腫就會漸漸消失，這種方法較傳統切開手術創傷少、康復快，患者可以儘早投入正常生活。

膝關節痛並不是只有“關節炎”和“扭傷”兩個理由，除了上述的毛病，還有千百種原因，就連鄰近的髖關節出現毛病，都可以令到它出現疼痛，故此，一旦有不適，就應及早就醫，必要時配合X光或磁力共振等影像學檢查、抽血或關節液，找出病因，及早治療。

科大醫院
骨科及運動創傷學科
林冠群醫生

中醫治理老年人胃病

隨著年齡增長，人體生理機能退化，出現各種各樣問題，胃病在老年人當中也是十分普遍的。科大醫院中醫內科主任醫生劉夢光表示，年過四十的中年人士，便會開始出現氣血不足的情況，容易出現消化系統的問題。

老年人胃病的特點

劉夢光醫生表示，老年人胃病一般以慢性居多，而且大部分患者也伴隨著其他器官的功能問題：

1

在中醫的角度，老年人本身就具有其生理特點：一是氣血不足，二是陰液易虧。而年青人可能因為暴飲暴食而出現急性的胃病，但老年人一般進食不多，故患有慢性胃病的普遍比較多。在患胃病後，他們常出現胃氣虛，胃陰不足等情況。

2

老年人的胃病還往往帶有其他臟腑病變。例如，比較常見的就是肺胃同病，在中醫的理論中，五臟六腑是有關連的，而對老年人來說，肺部較容易出問題，他們多患慢性咳嗽、氣短者較多，兼有胃病時，如果有咳喘發作或咳喘加重的情況，就易引起胃病復發。當胃病加重時，進食也會減少，胃氣上逆，也會引動肺系疾病的發生，所以這兩者是互相影響的。

3

另一個例子是心胃同病。胃居心下，胃中氣滯，胃氣上逆，可以影響心主血脈的正常功能。由於經絡的聯繫，疼痛可及心下。有些患者原是胃痛，可同時引起胸悶心痛等症狀。

老年人胃病的臨床病徵

1

以胃脘痞脹為主，患者常感到胃部脹滿，似有異物頂住。脹滿感覺可以位於胃部和腹部。有的在進食初時似有所緩解，但一會兒後又會覺痞脹不適，有的患者甚至會在進食後更感胃脹。所以，一般患者的食量也會有所減少，從而導致神倦、頭暈、氣短等狀況。

2

胃脘隱痛，嗳氣則舒，隱痛往往見於痞脹加重之時，得嗳氣脘痛改善，這在老年女性較為多見，因為女性的情緒波動比較大，在中醫的角度與肝臟有關，而情緒又容易影響胃腸的狀況。

3

舌苔厚膩，較難化除。老年人脾運較弱，舌面不易潔淨，膩苔難以脱化，常自訴口中乾或苦。如屬於陰虛夾濕，則治療難以奏效。

4

排便困難者較多，便秘是老年人常見的問題，有半數以上老年胃病患者大便乾結，或大便不暢，這是由於老年胃病者氣化功能不良，腸腑津液失濡所致。老年人必須正視便秘問題，他們血管脆弱，如在排便時過度用力，隨時會導致血管破裂甚至中風，一般老年人便秘的“極限”時間是四天，如超出這個時間，則要設法解決問題。

中醫對老年人胃病的治療

每個人體質不一樣，而老年人也有異於年青人，在治療時必須對症下藥。

針對老年人的生理特點，在治療時氣陰需要兼顧。在補氣的時候，不應溫燥傷陰，在滋陰的時候不要滋膩滯氣。具體來說，太子參和黨參都屬補氣藥，但太子參補氣而不滯氣，是一味清補之品，較適合老年人使用。

在化濕時，防止辛燥過度，在清熱時，注意少用苦寒。

老年人的胃病常伴有運化不力，可以加用一些消滯藥物，如雞內金、焦建曲、山楂、麥芽等。

此外，胃病本身就具有多樣性的特點，醫生在用藥時，必須全面考慮會否影響病人其他疾病或身體機能的狀況。

老年人胃病的飲食注意事項

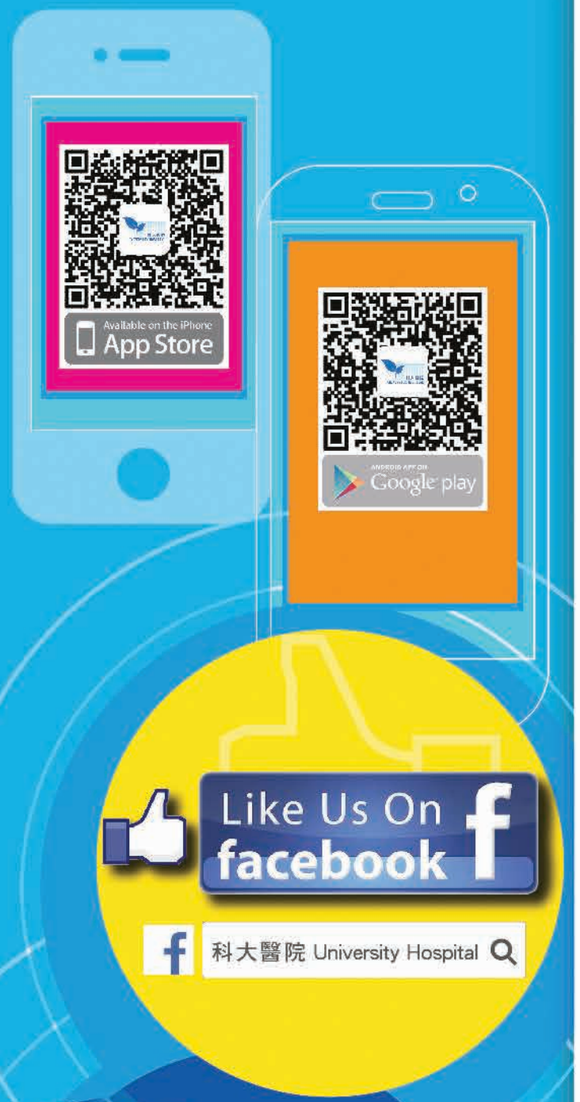
很多病人會問醫生，有什麼能吃，有什麼不能吃，清代名醫葉天士就有一句名言：“胃喜為補”。我們可以認識為，只要遵從一些原則，病人還是可以按喜好來選擇食物的，就是胃部能夠接受的食物，都是適宜的。總體來說，其食飲原則就是以清淡、易消化吸收、有營養價值為主，注意避免辛辣、肥膩、生冷或有刺激之物，還有就是千萬不要飲酒，在這原則下，根據每個人的喜好和習慣，其實是可以有多種選擇的。

注重養生預防胃病

縱然每個人也總會有身體功能衰退的一天，但是注重養生絕對是百利而無一害，對預防年老時得胃病也有幫助：

1. 無論是中醫、西醫，也相信腸胃會受情緒影響，因此，應保持心境開朗，遇情緒問題應儘快處理；
2. 保持生活有規律，作息定時，用餐也要定時及適量；
3. 多做鍛鍊，培養良好的運動習慣。

科大醫院
中醫內科、兒科
劉夢光主任醫生



www.uh.org.mo

隨時隨地掌握
科大醫院健康資訊
可透過

To grasp health information
of the University Hospital
anytime and anywhere
Please link to our

手機應用程式
Mobile App

facebook

網頁
website

科大醫院
UNIVERSITY HOSPITAL

科大醫院
UNIVERSITY HOSPITAL

科大醫院 物理治療 Physiotherapy

物理治療是透過人體解剖學、生理學、生物力學等科學基礎，給予病人非侵入性的評估及治療，達到減輕疼痛、增進功能、促進健康及預防傷害的目標。

Physiotherapy is a medical treatment based on the science of human anatomy, physiology and biomechanics. The goal is to achieve pain reduction, function enhancement, health promotion and injury prevention.

治療方法 Treatment (3M)

儀器治療：中頻向量干擾波電療、超聲波、短波、衝擊波、脊椎牽引等
手法治療：肌肉、筋膜、關節、神經鬆動術
運動治療：物理治療師為病患度身設計之運動處方

Modality: interference current, ultrasound, short wave, shock wave, spinal traction, etc.
Manual: myofascial release, joint mobilization, nerve mobilization
Movement: customized therapeutic exercises

治療對象 Who needs Physiotherapy?

- 肌肉骨骼系統病患：背痛、椎間盤突出、坐骨神經痛、肩頸酸痛、五十肩等
- 神經肌肉系統病患：中風、脊髓損傷、小腦病變、前庭功能受損等
- 運動創傷病患：前十字韌帶重建術後之康復、肌腱炎、腳踝扭傷等

Musculoskeletal disorder: low back pain, herniated intervertebral disk, sciatica, shoulder-neck pain, frozen shoulder, etc.
Neuromuscular disorder: stroke, spinal cord injury, cerebellar disorder, vestibular disorder, etc.
Sport injury: rehabilitation after anterior crucial ligament reconstruction, tendinitis, ankle sprain, etc.

Find us on facebook

綜合康復診療中心 Integrated Rehabilitation Service Center
查詢及預約 Enquiry & Appointment：(853) 2882-1838
www.uh.org.mo

消化道腫瘤之內視鏡治療

什麼是內視鏡治療？

隨著內視鏡的發展和操作技巧的不斷進步，內視鏡已經成為診斷和治療早期胃腸道腫瘤的主要方法，由於大多數胃腸道癌症都是由腺瘤性瘜肉轉變而來，所以若果能針對腺瘤性瘜肉及早期癌變組織進行治療，便可以降低胃腸道癌症的死亡率。對於較大的腺瘤性瘜肉或早期胃腸道癌症，傳統上都需採取外科手術治療，但外科手術有恢復慢、住院時間長、術後生活質量下降等缺點，所以隨著內視鏡器械的不斷改良、發展，近年來，上述的腺瘤性瘜肉或早期胃腸道癌症均可在內視鏡下完成切除，而不再需要外科手術的處理。早期發現、早期診斷和早期通過內視鏡切除已經成為胃腸道腫瘤治療的首選方法。

內視鏡腫瘤切除術有什麼優勢？

應用較多的內視鏡技術主要有內視鏡粘膜切除術（Endoscopic Mucosal Resection,EMR）、內視鏡粘膜下剝離術（Endoscopic Submucosal Dissection,ESD），其他還有內鏡下鐳射治療、微波治療、光動力學治療和氬離子凝固術等多種方法，但由於後者無法得到完整的病理標本，在臨床上較少應用。和傳統腫瘤外科切除手術比較，內視鏡腫瘤切除術對病人有較小的侵犯性，術後恢復較快，同時術後的併發症也較少，且在住院費用上也較傳統胃腸道手術明顯減少。

內視鏡黏膜切除術的步驟是怎樣的？

內視鏡黏膜切除術（EMR）較為簡單，其步驟是一開始先在黏膜下層注射溶液（主要為鹽水）將病灶和黏膜下層分開，再利用內視鏡電刀將病灶切除，此技術比起傳統的瘜肉切除術可以進行較大且較深的切除，通常適用於小於2公分的病灶，同時因為黏膜下層溶液的注射，使緩衝的空間變大，可以在切除較平坦的病灶時，減少在術中所造成的穿孔或出血等併發症。EMR具有創傷小、併發症少、安全性高、操作簡便、患者痛苦少等優點，而針對於一些比較大的病變，EMR往往不能作一次性切除，內鏡下粘膜剝離術（ESD）則能較好的解決此問題。

ESD主要用於以下消化道病變的治療：

① 消化道巨大平坦瘜肉（瘜肉≥2cm）；
② 早期癌；
③ 超聲內鏡檢查確定來源於粘膜肌層和粘膜下層的腫瘤，亦可通過ESD治療完整剝離病變。

ESD是用電凝方法在病變周圍進行標記，之後黏膜下注射使病變隆起，利用針狀電刀沿標記部位環形切開黏膜，使黏膜層與黏膜下層部分分離，繼續向黏膜下注射，使已經切開的病變進一步隆起，完整切除病灶，再以內視鏡止血夾作傷口內縫合，減少出血及傷口破裂情形，觀察一天沒有併發症即可出院，其具有一次性全部切除大的病灶、癌症復發少等優點。

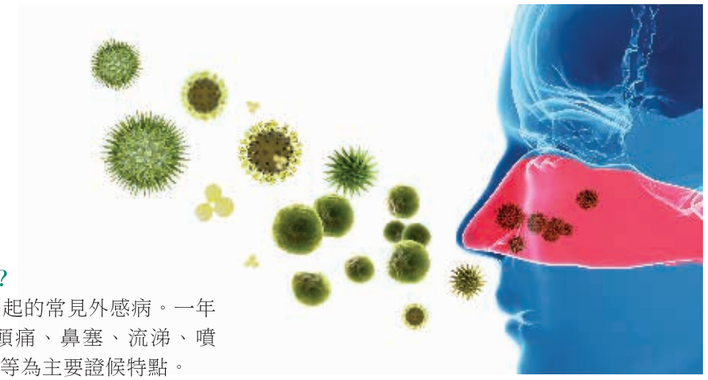
內視鏡檢查的前景如何？

目前由於內視鏡檢查的進步和普及，加上大便潛血檢查等健康檢查，篩檢出早期胃腸道腫瘤的病例也逐漸增加，同時經由內視鏡腫瘤切除技術已漸趨成熟，也有多種器械可供選擇，切除成功率也大大增加。隨著EMR、ESD等微創手術的實施和推廣，在預見的將來，相信更多的腫瘤和癌前病變患者可以得益，減少傳統手術帶來的創傷和減輕經濟負擔，並最終降低胃癌、食管癌和大腸癌的發生率。

科大醫院
外科
李展聰醫生

鼻敏感

看診時，有時會碰到患者會說又傷風啦、又感冒啦，不斷的打噴嚏、流鼻涕流個不停，總說自己為甚麼每日都傷風？！但再詢問患者其他病史及舌脈時，最後發現患者不是患傷風、感冒，而是患有鼻敏感。



1、鼻敏感與傷風的分別？

傷風是由風邪侵襲人體引起的常見外感病。一年四季均可發生。臨床以頭痛、鼻塞、流涕、噴嚏、咽癢咳嗽、發熱惡寒等為主要證候特點。

鼻敏感與傷風都會有鼻塞、流涕、噴嚏等症狀，很多人分不清自己是鼻敏感還是傷風？二者可以從時間及症狀方面分辨。傷風持續時間大多幾天至1週左右，除鼻塞、流涕、噴嚏外，還可出現頭痛、咽痛、身酸痛、發熱惡寒等症狀。鼻敏感的症狀通常在早晚時間特別顯著，而患者在起床時或進出溫差較大的地方時，會不斷打噴嚏和流鼻水，但稍後或轉換了另一環境，症狀會稍為減輕或消失。

2、什麼是鼻敏感？

鼻敏感，西醫稱為過敏性鼻炎；中醫稱為鼻鼽。是以突然和反覆發作性鼻癢、噴嚏、鼻塞、流鼻水、嗅覺不良、呼吸不暢順為主要特征的一種過敏性疾病。臨床分為常年性與季節性兩種。

3、鼻敏感可以根治嗎？

塵蟎、花粉、霉菌、動物皮毛等等這些都是常見的鼻敏感致敏源，普通人也會接觸這些致敏源，但為什麼不會引起鼻敏感呢？從中醫角度來看，這是與體質的因素有關。面對相同的環境，你的鼻子出現鼻敏感，鼻水流個不停，人家的鼻子卻沒事，這說明你的身體出現問題。這就是個體體質差異。

港澳的鼻敏感患者以肺虛、脾虛為多見。患者進行治療後，只要補充身體不足的地方，身體強壯了，體質好了，接觸塵蟎、花粉、霉菌、動物皮毛等等這些致敏源也不會引致鼻塞、打噴嚏和流鼻水了。

4、治療鼻敏感方面，有什麼食療可輔助？

可以根據肺虛和脾虛的體質，來選用不同的藥物。如果鼻感敏人士，兼有汗多、易感冒者，屬於肺虛型，可以用北芪、白朮、防風；如果鼻感敏人士，兼有疲累、四肢無力、有腸胃方面問題者，屬於脾虛型，可以用健脾藥物，如北芪、黨參、淮山一類。亦可根據患者寒熱不同加入荊芥、防風、蘇葉、金銀花、菊花、桑葉等藥材。然後再加選一些通鼻竅、引經藥，如辛夷花、蒼耳子、川芎等等。

5、在中醫治療角度上，針灸或穴位按摩能否治療鼻敏感？

中藥治療鼻敏感，可以從多方面治療，例如中藥內服、針灸，都有效治療鼻敏感。

鼻敏感患者可以常做穴位按摩以減輕鼻敏感症狀，可先用雙手的大魚際（即大拇指根部的肌肉）互相磨擦至發熱，把大魚際放在迎香穴（鼻旁和笑紋的交界處）。

而屬於偏寒証的的鼻敏感患者可以用三伏天灸或三九天灸的方法去治理。

科大醫院
何啟東中醫生

淺談青光眼藥物

青光眼是指眼底杯盤比增大，視神經損傷，導致漸進和不可逆的視力喪失，雖然不會危及生命，但如不及時治療，視野可以全部喪失而至失明。

青光眼的種類：

青光眼主要分有二種：原發性和繼發性青光眼

治療措施有：

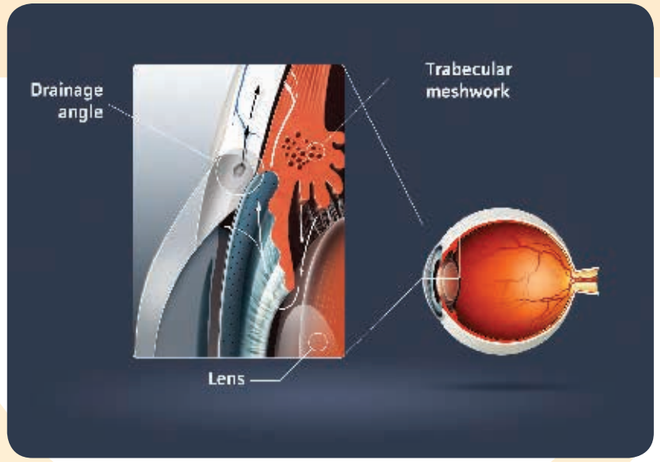
1 藥物治療

2 激光療療

3 手術治療

青光眼的治療目的：

降低眼內壓。眼內壓不僅要降至正常水準，還要降到視神經損傷的終止水準，藥物除少量全身應用，大部份是局部應用，通常選用單方眼藥水用藥，當治療效果不明顯時，才加用其他眼藥水或用複方眼藥水等等。



以下細談青光眼的藥物治療：

藥物	作用	常見副作用
β受體阻斷劑 （β adrenoceptor antagonists） timolol, betaxolol, carteolol, levobunolol, metipranolol等（眼藥水）	減慢房水的生成	副作用：心血管及肺部副作用，心動過緩，呼吸抑制等。
碳酸酐酶抑制劑 （carbonic anhydrase inhibitors CAI） 局部作用：dorzolamide, brinzolamide （眼藥水） 全身作用：acetazolamide, methazolamide （口服或針劑）	減慢房水的生成	副作用：手腳麻，腹瀉，嗜睡等。眼藥水為局部治療相對針劑，口服藥副作用大大減小。 磺胺藥物過敏者，用此藥為禁忌。
α_2 - 受體激動劑 （α_2 - agonists） brimonidine tartrate, apractonidine等 （眼藥水）	減慢房水的生成	副作用：局部視力敏感，口乾，眼睛紅，眼癢等。
前列腺素制劑 （prostaglandins） latanoprost, bimatoprost, travoprost, tafluprost等 （眼藥水）	排出房水	副作用：眼睛充血，眼部刺激症狀，長期應用可使虹膜色素增加，睫毛增長，眼周皮膚色素沉著等。
縮瞳藥（miotics）- M膽鹼受體激動藥 pilocarpine （眼藥水）	排出房水	副作用：眉弓疼痛，瞳孔縮小，近視，視力模糊等。
滲透性利尿藥 （osmotic agent） 1. Glycerin口服液 2. Mannitol iv 3. Isosorbide口服	減少玻璃體的體積	1. 副作用：頭痛，咽部不適，口渴，噁心，嘔吐，腹瀉及血壓輕微下降等。 2. 副作用：同上及過敏反應等。 3. 副作用：噁心，嘔吐，腹瀉，食欲缺乏，偶有腹痛等。

一般來說青光眼是能預防的，早期發現、合理治療，絕大多數患者可終生保持有用的視功能。青光眼病人須要嚴格跟隨醫囑用藥，不可過量或隨便停藥，不要以為情況較好就自行停藥，以免青光眼控制不佳，嚴重的話，會使病情惡化。所以，當遇到不能耐受的副作用，請諮詢醫生或藥劑師的意見，醫生會因應您的病情，為您調整劑量或換用其他種類的藥物。

科大醫院
註冊藥劑師
蔡錦芳

最美一刻

生命中有許多感動，像第一次親吻自己的寶寶，見證他們每天的成長；和最愛的人擁抱，知道未來的路都有對方同行。照片以“最美一刻”為題材，用影像傳遞愛，珍惜擁有，愛惜生命。

照片發送至電郵
xyqiu@must.edu.mo
U Health編輯部

人物：小丸子
提供：Yoko Li

人物：Father & Girls
提供：Flora Lo

體檢問與答

進入二十一世紀以來，人類壽命在延長，但是有亞健康狀態人群大有人在，高血壓、糖尿病、心腦血管疾病、腫瘤等疾病的蔓延正在嚴重的威脅著人的生命和健康。關注生命、關愛健康，由健康體檢做起。隨著人們生活水準的不斷提高，保健意識不斷增強，人們對健康也有了更加深入的理解和認識，並形成了需求，健康體檢越來越受到社會和政府的普遍關注和重視。在自我感覺身體健康時，每年進行全面的身體檢查，由專家醫生診斷和分析從先進醫療儀器檢查所得的報告，對自己的健康狀況有了一個更詳細的瞭解，做到“未雨綢繆”、“防患於未然”。健康體檢是以健康為中心的身體檢查，現就健康體檢的主要注意事項及體檢者一般較為關心的問題作一些簡單的解答。

1、健康體檢的觀念及心態

沒有任何不舒服，就不需要做健康檢查？

沒有不舒服並不代表一切健康。在無自覺症狀、外觀上也看不出病狀的階段，本著定期的健康檢查，可及早篩檢出潛在的致病因素或功能異常情形，達到早期發現、早期治療的效果。

身體極不舒服時，正是做檢查的最佳時機？

身體不適時應儘快就醫治療。健康檢查的目的，是希望在疾病尚未有明顯症狀前，及早檢查出致病因素並加以治療；當已處於疾病的急性發作期，應先治療，待疾病穩定後再做健康檢查，才不會出現本末倒置。

2、健康體檢的常見疑問

做檢查要抽很多血，會不會使貧血更嚴重？

僅需抽出8-15ml的血，並不會對人體產生不良影響。一般男性全身的血量約5,000~6,000CC；女性則為4,000~5,000ml。而現在義務獻血的量是200-400ml，並且鼓勵獻400ml，所以抽血並不會對人體造成不良影響，也不會使貧血更嚴重。

懷孕婦女仍可如常人一般做X光檢查？

孕婦腹中的胎兒，其細胞處於快速分化成長階段，對外界的抵抗能力較差，對輻射較為敏感。因此，在懷孕過程中，孕婦的輻射劑量不得超過5mcv，尤其懷孕初期三個月內的胎兒，若接受過量輻射易造成畸形。所以懷孕婦女不可做X光檢查。

未婚女性不必做子宮頸刮片檢查？

不論已婚或未婚，凡有過性行為的婦女，任何年齡都有可能患子宮頸癌，其中又以早婚或過早有性經驗、很年輕就生育第一胎、性伴侶多、生產次數多或抽煙的女性，其患病的機率特別高。故只要有性行為的女性，每年至少應該接受一次刮片檢查。作此檢查時也應避開月經期。

3、健康體檢的準備

檢查前不必禁食，吃點東西影響不大？

受檢前至少要禁食6-8小時，主要是讓胃內食物排空，讓肝膽超聲波掃描不會受食物滯留影響影像。此外，檢查前進食還會影響血糖、血脂肪、肝功能等檢測資料，因此禁食是必須要的。

檢查前必須中斷服藥，否則檢驗結果會受影響？

慢性病患者在接受健康檢查前，仍應繼續服用藥物，不須中斷，其檢驗資料可作為醫生的用藥參考。服藥時只需用小量開水送服即可。慢性病患者在進行健康體檢時應主動向醫生說明所患疾病及服藥情況，醫生會綜合考慮。

4、健康體檢過程

採集尿液時，隨便怎麼留取都可以？

採集尿液應取中段尿液，才能得到正確的檢驗結果。取中段尿液的目的，是避免前段尿液受尿道前端及女性會陰部異物影響，以確保檢驗結果的正確性。此外，女性最好於月經完全結束三至五天以後，才做尿液檢查比較好。

抽血後針孔處有瘀青，一定是技術有問題？

不必不寒而慄，抽血與注射不同，抽血後不可搓揉，且應以正確的壓迫方式壓住血管進針處，才可達到止血作用，否則針孔處血管滲血，易造成皮下瘀青。但有時因穿刺太深，同樣也會造成皮下瘀青，因此發生瘀青的原因時有不同，不一定是採血人員的技術問題。

5、健康體檢之後

連續好幾年檢查結果都差不多，真沒意思？

身體狀況隨時都在改變，即使連續幾年的檢查結果都差不多，也不代表以後都不會有任何變化。每年定期做檢查，不但可及早發現疾病因素，更可透過連續多年的檢查資料，計算出自己的正常參考值，有助於掌握個人身體的變化趨勢。

除了一些基本的健康體檢外，還可以增加一些個體化深度的體檢項目，主要針對不同年齡、性別以及慢性病風險個體進行的專業檢查。比如心腦血管疾病高危人群，可選擇的體檢項目包括超敏C反應蛋白實驗、平板運動試驗、頸動脈彩超、心臟彩超。肺癌高危人群可檢查低劑量螺旋CT。胃癌、食道癌、結腸癌高危人群可查電子胃鏡或電子腸鏡等等。

通過體檢，可以隨時掌握自己身體的狀況，建立起自己的健康檔案，若有病症，提早發現並及時採取對策；能夠在疾病的早期進行預防和治療，大大降低了發病率、致殘率、死亡率。健康體檢的目的就是讓大家合理地恢復健康、擁有健康、促進健康，有效地降低醫療費用的開支，更好地提高我們的生活品質和工作效率，使我們保持健康狀態。

科大醫院
門診部護士
李秀珍

了解面部色斑

過了一個夏天，會否發現面上多了些不受歡迎的東東——色斑？

面部色斑是由皮膚黑色素增加而形成的一種常見的面部皮膚疾病，多發於面頰和前額部位，日曬後加重。常見的有雀斑（多與遺傳有關，兒童時期已經開始出現），外表呈散狀，芝麻大小的褐色點點。另外多見於孕後或中年婦女的是荷爾蒙斑，又稱蝴蝶斑或黃褐斑，色斑呈片狀，多集中於顴骨及面頰位置。

臉部色斑形成的四大原因如下：

（1）遺傳原因　：　染色體遺傳是臉部色斑主要成因，有些小孩可以從5歲開始就出現雀斑。

（2）紫外線照射　：　當皮膚接受過多日光照射時，表皮就會產生更多的黑素顆粒，後者可以吸收紫外線，保護人體免受傷害。曬太陽後皮膚會變黑就是這個道理。而且，紫外線的照射會加深原有的黃褐斑及普通臉部色斑。

（3）內分泌原因　：　內分泌失調也是女性產生臉部色斑的一個重要原因，經期和妊娠期的體內性激素水準的變化，可以影響黑色素的產生。另外，內分泌不穩定時常引起情緒不穩定，也會間接引起臉部色斑形成。

（4）生活習慣問題：　壓力、偏食、睡眠不足等不良生活習慣也會令黑色素增加，睡眠時間不穩定的人，皮膚的代謝率也不佳，會影響黑色素顆粒的產生。

醫學治療：

一、激光祛斑

激光是將特定波長的光束透過表皮，精準直達黑色素的根源，破壞色素細胞和色素顆粒，碎片經由體內的巨噬細胞處理吸收，安全不留疤痕。激光去斑後，應加強保濕，同時避免陽光曝曬。激光治療雀斑尤其有效，如果防曬恰當，雀斑很少會復發。

二、外用藥物

對於荷爾蒙斑，單純以激光破壞黑色素並不奏效，如激光能量使用不合宜，反而會出現PIH（post inflammatory hyperpigmentation），即炎症後色素增生。目前比較有效的外用藥物是Hydroquinone（對苯二酚），此成份能有效阻止黑色素的生成，需要醫生處方。有時醫生也會處方含有AHA及Tretinoin（維他命A酸）的外用藥膏一併使用，以提高祛斑效果。Kojic acid（曲酸）及 Arbutin（熊果素）則是目前市面上能自行買得到的淡斑成份，有一定程度的美白效果。此類外用藥膏或護膚品使用後面部會出現泛紅或脫皮，使用後也要注意防曬。

無論使用任何方法處理，均建議先看醫生，了解自己面部色斑的性質。因各人的狀況不一，處理不當反而會引起色素增生。

科大醫院 整形外科
林茹蓮醫生

蔬果聰明吃 為健康加分

蔬果含豐富維生素，礦物質和纖維素及可預防很多慢性疾病的植物元素（Phytochemicals）。進食足夠蔬果有助預防肥胖症、糖尿病、心臟病、中風及某些癌症。各國醫學組織建議每日吃最少2份水果和3份蔬菜，而日常宜選不同顏色的蔬果來攝取最佳的植物元素。蔬果可分為綠、橙黃、紅、紫藍和白五大顏色，而每一種顏色各有益處。

1. 綠色蔬果

含有葉黃素（Lutein）和玉米黃素（Zeaxanthin）、引朵（Indoles）、維生素K和鉀質。葉黃素和玉米黃素可降低眼黃斑退損從而保護視力，而引朵能預防乳癌及前列腺癌。維生素K和鉀則可防止血管栓塞和降血壓。

2. 橙黃色蔬果

含有胡蘿蔔素和生物黃酮（Bioflavonoid）。前者能減低心臟病和癌症的發生，保護視力、增強免疫力及延緩衰老，後者幫助增強骨骼及牙齒健康，促進傷口癒合及皮膚健康。

3. 紅色蔬果

含有茄紅素（Lycopene）和花青素（Anthocyanidins）。茄紅素有助預防前列腺癌，花青素則能抗炎及心臟病。

4. 紫藍色蔬果

含有酚類化合物（Phenolic Compound），多食能減少患癌、尿道炎、改善記憶力和延緩衰老。

5. 白色蔬果

含有蒜素（Allicin），有助降低膽固醇和血壓，增強免疫力因而減少受感染機會。

Beauty

各【色】蔬果最佳食物來源舉例如下:

	蔬果	水果
綠色	芥蘭、西蘭花、菠菜、白菜、西洋菜	奇異果、蜜瓜、青提子、青蘋果
橙黃色	紅蕃茄、胡蘿蔔、南瓜	橙、柑、哈蜜瓜、木瓜、桃
紅色	蕃茄、紅菜頭、紅甜椒	紅肉西柚、西瓜、士多啤梨、車厘子、紅蘋果
紫藍色	茄子、紫椰菜	藍莓、紅提子、布霖
白色	蒜頭、洋蔥、大蒜、薑、馬鈴薯	香蕉

科大醫院
陳麗愉特約營養師

Health

最愛小兒科

小兒秋季腹瀉

Q：醫生，什麼是小兒秋季腹瀉，是不是只有秋天才有的？

A：小兒秋季腹瀉，是指發生在10-11月份這個季節的腹瀉，最常見病原體為輪狀病毒。本病一年四季均有發病，高峰期在秋冬季，故稱為“秋季腹瀉”。

Q：秋季腹瀉有什麼癥狀，是怎樣傳播的？哪些人群要特別注意？

A：秋季腹瀉在臨床上有三大特徵，即腹瀉、嘔吐、發熱，並可伴有流涕咳嗽等上呼吸道感染癥狀。此病經糞口傳播，也可通過打噴嚏、飛沫等呼吸道感染而致病。多發生在6～36個月嬰幼兒。

Q：如果小朋友不幸患上秋季腹瀉，應該如何治療，家長應該怎樣照顧他？

A：腹瀉病的治療護理方法是：

口服足夠的液體以預防脫水，可選用白開水、自製的稀米湯加少許食用鹽，或選用醫院提供的口服補液鹽（ORS）溶液；

調整飲食：只要沒有劇烈的嘔吐，患兒大多不用禁食。但切記要少食，減輕胃腸道負擔；在醫生指導下合理用藥，如腸道益生菌、腸粘膜保護劑等，切記不能自行用止瀉藥。嚴重腹瀉嘔吐、有脫水症狀的患兒應及時到專科醫生處診治，必要時應住院或輸液治療。

Q：醫生，秋季腹瀉應如何預防？

A：兒童合理飲食，健康作息，適當鍛煉可增強免疫力，勤洗手可預防病毒傳播；另外有預防輪狀病毒的疫苗，詳情請向專科醫生諮詢。

科大醫院 兒科
張志勤醫生

中醫治療小兒秋季腹瀉

1. 陳醫生，兒童經常在秋季得到“秋季腹瀉”，這個病有什麼特別症狀呢？

答：小兒秋季腹瀉發病初期表現為流涕、咳嗽、發熱、咽部疼痛等感冒症狀，大便每日數次，且伴有嘔吐、腹痛。該病具有明顯的季節性，起病急驟，體溫較高（一般為38-40℃），胃腸道症狀較重，甚至每日大便次數達數十次，多為水樣或蛋花樣，無特殊腥味及粘液膿血。

2. 哪個年齡的兒童最易患上“秋季腹瀉”呢？

答：6個月～3歲的嬰幼兒，營養不良、佝僂病、貧血和體弱多病的嬰幼兒更容易患病，而且病情嚴重，病程較長。

3. 中醫對“秋季腹瀉”有什麼看法？

答：由於該病急性期症狀多見大便稀爛如水，或如蛋花樣便，量多次頻，伴有發熱，口渴，小便黃，舌紅苔黃等等。在中醫辨証多屬濕熱瀉，治療方法多用清熱化濕，臨床常用方為葛根芩連湯，能收到不錯的效果。

4. “秋季腹瀉”的患兒在病癒後經常出現胃口不好的症狀，中醫有什麼藥膳可介紹呢？

答：山藥扁豆粥：取鮮山藥30克去皮洗淨，白扁豆15克，粳米30克。先將粳米、扁豆放入鍋中加水適量煮八成熟，再將山藥搗成泥狀加入一起煮成稀粥，加白糖適量調味。具有健脾止瀉之功效，適用於病癒後脾胃虛弱的兒童。

參蓮大棗粥：取太子參10克，蓮子10克，大棗15克，粳米30克。先將太子參、蓮子打碎，把大棗去核切碎，再將粳米與太子參、蓮子碎、棗肉一起加水適量煮成粥，加白糖少許，即可食用。具有益氣健脾止瀉之功效，適用於病癒後脾胃虛弱的兒童。

5. 平時我們有什麼方法可預防腹瀉？

答：預防腹瀉的最好方法，就是把好“病從口入”關。

1. 養成良好的個人衛生習慣，勿食生、冷的食物，吃熟食，喝開水，勤洗手，尤其要做到飯前便後洗淨手。
2. 餐具用前消毒。
3. 保持空氣清新。
4. 不接觸腹瀉患者。
5. 保持充足的睡眠和豐富的營養，有助於預防腸道傳染病。

摩腹療法：操作者手指張開，覆蓋小兒腹部，力度不宜過重，逆時針按摩，不帶動皮下組織，一般按摩3～5分鐘。此療法主要適用於防治小兒腹瀉。

科大醫院 兒科
陳健成中醫生

科大醫院
UNIVERSITY HOSPITAL

科大醫院兒科服務

University Hospital - Pediatrics

兒童疾病
Illnesses of Children

A 新生兒常見疾病 Illnesses of newborn
B 呼吸系統感染 Illnesses of respiratory system
C 消化系統疾病 Illnesses of digestive system
D 泌尿系統疾病 Illnesses of urogenital system
E 各類型傳染病 Infectious diseases

兒童保健及健康教育
Children Health Care and Education

A 生長發育評估諮詢
Assessment of growth development

B 疫苗注射（除澳門接種計劃外的疫苗）
Vaccine injection (exclusive of Macau Health Bureau Vaccination Program)

C 嬰幼兒輔食添加、餵養指導及營養諮詢
Nutrition direction

D 健康作息
Healthy daily schedule

E 兒童保護和環境安全
Child protection and environment safety

Find us on facebook

澳門氹仔偉龍馬路澳門科技大學H座
查詢及掛號電話：(+853)2882 1838 / 2882 7833

澳門國際學校 TIS The International School of Macao

At TIS, growing happy and healthy students is what we do best.

KNOWLEDGE KNOWS NO BOUNDS
學海無涯

澳門國際學校 TIS The International School of Macao

www.tis.edu.mo

The International School of Macao is a vibrant and rapidly growing school with over 980 students representing 40 different countries. TIS offers a well-rounded and developmentally appropriate curriculum for students in Pre Kindergarten to Grade 12, culminating in the Alberta High School Diploma recognized by universities worldwide.

For more information, visit our website: http://www.tis.edu.mo
or Facebook page: http://on.fb.me/1jMidg9

仁心仁術鑄大醫

科大醫院
婦科
陶紅霖顧問

自古以來，凡能成為一代大醫而流傳千古者，皆俱仁心仁術。若為大醫者，首先應有一顆仁慈仁愛之心，要珍惜人的生命和健康，唐代醫學家孫思邈宣導“凡大醫治病，必當安神定志，無欲無求。先發大慈惻隱之心，誓願普救含靈之苦。”；其次，要精益求精，不斷提高自己的醫術，努力為患者提供最優質的服務，此為仁術。

一、醫者仁心

古語云：“古今欲行醫於天下者，先治其身；欲治其身者，先正其心；欲正其心者，先誠其意，精其術。此可謂醫者仁心。”行醫者，應先學會做人，要做到“安神定志”“無欲無求”，培養良好的醫德。一個心術不正的人是成不了大醫的。《黃帝內經》記載：“天覆地載，萬物悉備，莫貴於人。”就是說人的生命是天地萬物中最寶貴的東西，作為醫者，當全心全意為病人的健康服務，時刻為病人著想，千方百計為病人解除病痛，方不負“健康所系，性命相托”的神聖使命。

志於醫，止於仁，定得醫道。

二、醫乃仁術

所謂“仁術”，就是精良的醫療技術，即以最少的傷害、最好的醫術給患者以最好的治療。所以作為醫者，應“博極醫源、精勤不倦”，臨證當如臨深淵，如履薄冰，嚴謹求實，精益求精，力求良效。醫學仁術，學無止境。特別是現今知識飛速發展的年代，醫者必須不斷學習新知識，掌握新技術，博采眾方，奮發進取，以最精湛的仁術去對待把健康、甚至生命交給你的病人。

醫生有三重境界。第一重叫治病救人，就是醫好病人的疾病。第二重叫人文關懷，不僅看好病人的病，還有悲天憫人之心，對待病人要像親人一樣。第三重，那就是進入病人的靈魂，成為他們的精神支柱！現代醫學如此發達，尚且認為作為醫者，應該“有時，去治癒；常常，去幫助；總是，去安慰”，這就是仁心仁術的體現。

“德不近佛者不可以為醫，才不近仙者不可以為醫。”醫者，當厚德以載物，仁心仁術方可鑄就蒼生大醫！

仁心仁術

科大醫院
心臟內科
金椿醫生

“仁心仁術”這句成語出自《孟子・離婁上》：“今有仁心仁聞，而民不被其澤，不可法於後世者，不行先王之道也”。常用以讚美醫生“心地仁慈，醫術高明”。

“仁心仁術”曾被冠名於一部美國電視劇一“仁心仁術”（ER），是一部以醫療為主題的系列電視劇。該片通過芝加哥市庫克縣綜合醫院（虛構醫院）的急症室裡外所發生的種種故事，展現出美國社會八方面相。1994年9月19日首播，2009年4月2日播出最後一集共播出331集，成為美國電視史上最長壽的黃金時段醫療電視劇。本劇獲得23項艾美獎獎項，其中包括1996年傑出電視劇獎，由於該劇的熱播，香港、韓國、日本、臺灣等地都相繼拍攝了同類型的電視劇。這類電視劇中的每一位，醫生、護士、技師、工人等，他們之間發生的故事好似就在我身邊，他們對工作的敬業、認真、無私奉獻感動我，他們工作之間產生的矛盾，同事之間的友誼、愛慕之情似乎我的經歷，常引起我無限的遐想和美好的回憶。

“仁心仁術”就是要做一個好醫生，怎麼樣才能夠做一個好醫生？自以為做一個好醫生當具備如下幾點：

一個好醫生要有敬業精神。醫生是一個崇高的職業，但醫生的成材之路是一個漫長的過程，這個過程不僅有成功的喜悅也充滿辛苦、挑戰、甚至委屈。要熱愛本職工作，不怕辛苦，不應計較個人時間得失，因為敬業當中包含著奉獻。

一個好醫生要有強烈的責任心和愛心。要尊重生命和關愛生命，愛護病人，視病人為自己的親人，對每一位病人都要細心入微，關懷備至。

一個好醫生要有強烈的求知欲。當今醫學知識和治療技術飛速發展，超出我們的想像，所以要不斷地更新醫學知識，經常閱讀最新的醫學文獻，掌握醫療新技術、新方法。

一個好醫生還要善於總結經驗或教訓，從中思考出現問題的原因，更能使人進步。要做好臨床科研，經常發表醫學論文。

外科鼻祖裘法祖院士曾經說過：做醫生不難，做好醫生很難，永遠做好醫生就更難。讓我們把“仁心仁術”作為座右銘，做一個好醫生。

科大醫院營養科關心您

科大醫院 UNIVERSITY HOSPITAL

營養諮詢及飲食指導

營養治療及飲食指導

對已確診的患者，若治療上需要飲食的配合或需調節體重者，我們會為您進行營養及飲食治療計劃，包括適應症的飲食餐單、攝食指引及營養衛生教育，並會安排下次的會面以持續給予專業意見及支援，協助疾病的治療和康復。

適用對象：

糖尿病、冠心病、慢性腎衰竭、痛風、高血脂症、慢性消化道疾病、術後或放化療後營養不良。

營養諮詢

不同成長階段的人自有不同的營養需要，而每人的生活及飲食模式不盡相同；營養諮詢可以幫助您了解目前的營養需要，營養師將為您作出評估及按情況作飲食調整。

適用對象：

亞健康人士、學生、計劃懷孕之婦女、孕乳婦、老人、兒童、業餘運動員等。

適用對象：

關注個人體重及健康人士

健康體重管理

可配合本院其他減重治療項目(如中醫穴位埋線減肥法)，協助您維持相應的健康體重，預防肥胖。

科大醫院 University Hospital

服務範圍

營養諮詢是通過測量體重、體脂肪百分比及每日飲食記錄等進行分析，配合生活狀態問卷以及臨床數據，營養師會為您總結目前的營養健康狀況；並給予適當的飲食指導、訂造個人化的飲食計劃。

收費

本地居民：澳門幣150元/次
非本地居民：澳門幣200元/次

營養門診預約時間：

星期一至五
9:00AM-5:00PM
(請提前預約)
星期六、日 休息

預約電話：

(+853)2882-1838

地址：

澳門氹仔偉龍馬路澳門科技大學H座

Available on the iPhone App Store

Google play

科大醫院 UNIVERSITY HOSPITAL

科大醫院醫學美容服務

University Hospital - Aesthetic Medicine Service

Brand New Treatment
嶄新推介：
Ultherapy
超聲波拉皮治療

面部輪廓塑形 Facial contouring：V 字臉、高挺鼻子、改善鼻形、豐唇、蘋果肌及下巴等
V-face, nose sculpting, cheek and lip augmentation, face lifting

去皺 De-wrinkling：法令紋、木偶紋、魚尾紋、抬頭紋、頸紋等
Naso-labial fold, Marionette lines, crow feet, glabella, neck rhytides etc.

眼部微雕 Peri-orbital sculpting：去黑眼圈、眼袋、眼下細紋、眼角下垂、填平淚溝
eyebag removal, dark circles, droopy eyelids, tear trough filling, browlift, peri-orbital de-wrinkling and lifting

澳門氹仔偉龍馬路澳門科技大學H座
Block H, Macau University of Science and Technology, Avenida Wai Long, Taipa, Macau
查詢及掛號電話：(+853)2882 1838 / 2882 7833
Enquiry & Registration

Find us on facebook

優質人生
由自我管理開始

在這個科技發達的時代，醫療技術的進步及人口老化的原因，使到慢性病人數不斷增加，整體的醫護模式亦隨著轉變，由過去的急性照護，轉變為慢性病管理。跟據世界衛生組織調查報告指出，心血管疾病、癌症、糖尿病和慢性呼吸道疾病四種慢性病約佔所有死因的60%，且還有逐年增加的趨勢。而在中低收入國家更高達80%。在澳門方面，澳門統計局於2012年的統計資料顯示，按《國際疾病分類》的大類統計，首三位根本死因分別為腫瘤，循環系統疾病，呼吸系統疾病。而按詳細的三位數類目統計為特發性高血壓、支氣管和肺惡性腫瘤。另一方面，澳門60歲及以上的人口佔總人口的10.6%，已進入老齡社會。長者的健康及長期照顧問題是社會發展必須面對的挑戰。因此慢性病的照顧成為一個不可輕視的健康問題。

慢性病不會即時威脅到生命，但對病人、家人和社會都帶來不少負面影響，例如加重經濟的壓力、引起擔憂的情緒、疾病導致的不適反應以及增加醫療的需求等等。雖然，慢性病是不可痊癒，但可透過學習，管理好自己的身體、心理及行為，從而發展出一個適合自己的健康生活的模式，以降低其負面影響。

慢性病自我管理的概念起源於上世紀60年代，在90年代由美國史丹佛大學Dr. Kate Lorig研發出多項慢性病自我管理教育課程。而這套理念及課程在美國、澳洲、歐洲各國均普遍應用並翻譯成多種語言，為病人教育及如何管理自己的健康帶來新的一頁。慢性病自我管理包含三個大方向：醫療或行為管理、角色管理和情感管理。有不少的地區政府已發展及推廣慢性病自我管理的模式，並發現其成效。除了可使病患者穩定病情，改善癒後生活質素外，亦可降低求診次數及住院次數，減少醫療成本的開支，對病患家人及社會都有利。

澳門衛生局有見及此，其所屬的慢性病防制委員會在2012開始引入慢性病自我管理及其相關課程，我在2014年5月參加了由防制會舉行的組長培訓工作坊，學習慢性病自我管理的原則及帶領慢病者進行自我管理的基本技巧。在4天的課程中了解到慢性病自我管理的重要性及技巧，亦希望可以學以致用，將慢性病自我管理的模式推廣給澳門更多市民，使更多慢性病患、長者、家屬可透過課程，學習控制自己的行為及情緒，從而優化及提高自我生活素質。

科大醫院
住院部護士長
黃秀心

攝影：吳建瑩　澳門科技大學人文藝術學院院務主任

晚霞籠罩著山水。

一張雲霞照片，如果不說明拍攝的是朝霞還是晚霞，通常是很難分辨開來的。

但有經驗的人還是能分辨一二的。

晚霞佔據的空間範圍通常是比較大的，基本是紅橙色調為主的暖色調體徵；朝霞則不同，暖色範圍小，而且靠近太陽的位置大概有魚肚白現象，呈現出一種冷色調的狀態。

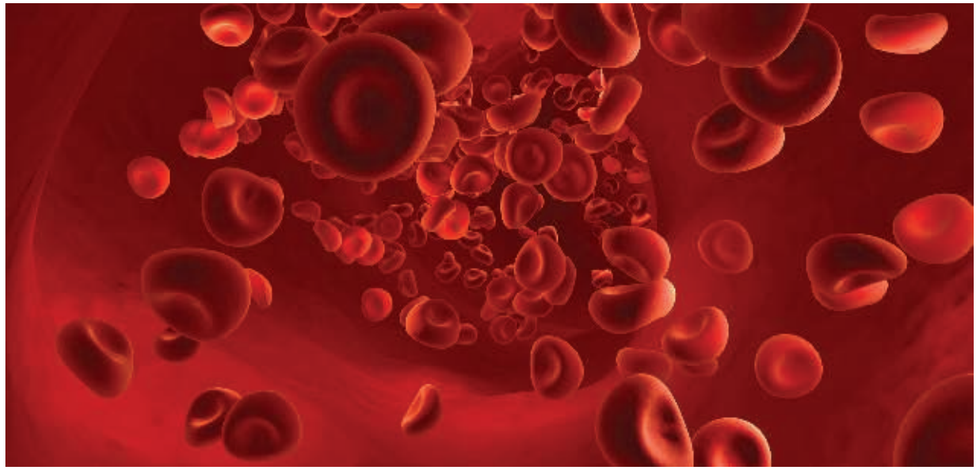
眼睛是可以做出情景分辨的，得不出正確結論的原因有時是因為我們沒有相關的常識與經驗。

更大的啟示是：雲霞在朝夕時刻，其實並無太大的差異。當固執於差異時，或者已經失去了擁有的美好。夕陽無限好，何須惆悵時光流逝？

保持平淡天真之心或者比老於世故更有意義。

得詩一首：「雲霞出山水，一暗生一明。朝夕總一樣，遠燈聽水聲。」又一首：「雲霞出山水，一暗生一明。朝夕總一樣，遠燈聽水聲。」

科大醫院
眼科
初歌今 醫生



預防貧血飲食

大家對貧血的認識，第一時間想到的是缺乏鐵質；雖然缺鐵也會引致貧血，但造成貧血的原因繁多不便詳述。本期會淺談與營養素缺乏有關的缺鐵性貧血以及巨球性貧血。

缺鐵性貧血

缺鐵性貧血最為常見，其在女性的發生率高於男性。而在攝食及吸收等一系列的條件影響下，造成缺鐵性貧血的病因有：

1. 貯存鐵不足或鐵供給不足：人體中有65~70% 的鐵儲存在紅血球，若攝入鐵不足的話則無法形成健康的紅血球。

2. 鐵質吸收不良：除食物的交互作用外（五穀中的植酸抵消堅果或肉類中的鐵質），或服用鐵抑制劑（如磷酸鹽或草酸鹽）干擾鐵質吸收，胃酸分泌不足會引致鐵吸收不良；脂肪痢也會影響鐵之吸收。

3. 出血：意外創傷或慢性疾病造成的出血也導致鐵質隨血液流失，造成貧血。

4. 血容積增加：6~24個月的嬰幼兒、正值青春期青少年或孕婦，因血容量增加、對鐵的需求量增大，故鐵供應不足時造成貧血。

5. 血紅素無法生成：當維生素B12或菸鹼酸缺乏時則無法製造血紅素。另外因骨髓負責製造紅血球，故骨髓疾病也會影響到血紅素生成。

巨球性貧血

造成巨紅血球性貧血是由於缺乏葉酸、維生素B12、及維生素C。葉酸及維生素B12是合成核蛋白的必要物質，而維生素C除了幫助鐵質吸收外，還可防止葉酸被氧化，使其維持活性。

造成維生素B12缺乏的原因除飲食中缺乏外，維生素B12在人體的吸收是需要胃壁細胞分泌的內在因子，與B12合成一結合體，此結合體移動至小腸末段，再經內在因子接受器拆解出維生素B12後進入腸細胞其後再供全身利用；故內在因子是維生素B12吸收的關鍵因素。但若小腸中缺乏胰蛋白酶時，也會影響維生素B12的吸收。另外慢性胰臟疾病及迴腸切除者，同樣會有維生素B12 缺乏症。

至於葉酸方面，綠葉蔬菜含有豐富的葉酸，若偏食或日常蔬菜攝取不足會造成飲食性葉酸缺乏。而懷孕期、嬰兒期等對葉酸的需求量增加，攝取不足則供不應求。另外，酒精及口服避孕藥等都會干擾葉酸的吸收。而跟維生素B12一樣，迴腸切除者同樣容易造成葉酸缺乏。

菠菜杞子滾滑牛片 （三人份）

熱量 120kcal **蛋白質** 16.8g **醣類** 3.2g **脂肪**4g **鈉** 241.6mg

材料：
菠菜 600g（半斤）
杞子 少許
牛瘦肉 150g

調味及醃料:
鹽1/4茶匙
糖 1/2 茶匙
油 2茶匙
蛋白 1隻（醃牛肉用）

做法：
1. 菠菜洗淨去根澀乾水、杞子用滾水過一下再用冷水浸泡備用。
2. 牛瘦肉逆紋切片，倒入蛋白拌勻醃15分鐘 （有時間的話建議醃2至3小時）
3. 燒一鍋水（1公升），水滾後將油及糖加入，倒入菜後加牛肉及杞子，煮熟後加鹽再上碟。

看上去雖然普通不過，因為營養本來就存在我們日常飲食之中。菠菜和牛肉都是豐富的鐵質的來源，另外用電飯煲做杞子牛肉蒸雲耳也是一個簡便的補充鐵質來式。

科大醫院 營養師
林雨盈

椎動脈型頸椎病
藥膳保健湯

頸椎病是現今非常常見的一種頸部疾病，主要是由於長期伏案作業或姿勢不良、頸椎關節退化等所造成，主要症狀可見頸痛、肩痛、頭暈頭痛、上肢麻痺感、視物聽力異常等，而針對不同的成因及症狀更可將頸椎病分型為神經根型、椎動脈型、交感神經型、混合型等等，對於臨床治療可有更明確的指引。

這次與大家分享的中藥湯水是針對椎動脈型的頸椎病，此型頸椎病是由於頸椎關節不穩定或其他機械性因素使椎動脈受到刺激、壓迫，進而令椎——基底動脈供血減少所造成，其主要的症狀可見眩暈、頭痛、偏頭痛、肩上疼痛、X光可見頸椎骨質增生，部份患者可出現眼花、耳鳴、手麻、心跳加快等症狀。一般來説與頸椎關節紊亂、不穩定有明顯相關性，經由非創傷手法可治癒，建議有上述症狀的讀者可尋求醫生作進一步診斷。

此湯水主要功用為改善氣血循環，加強骨質以達到預防及治療頸椎病之效果，同理也適用於腰椎退化相關疾病等患者，常飲養生保健康，材料、作法如下介紹：

材料：

葛根：可用葛根或鮮葛根，前者用量30g，後者用量半斤。
川芎：10g
白芍：20g
南五加皮：15g
仙靈脾：10g
鯪魚（或鯽魚）：一尾
西施骨：半斤

做法：

1. 鯪魚（或鯽魚）去鱗洗淨，少許油煎香放入煲湯袋備用。
2. 西施骨洗淨放入滾水3分鐘取出備用。
3. 將藥材洗淨備用。
4. 將材料放入湯鍋並加入適當水量，慢火煲湯，可加入黑豆、花生、蜜棗等輔料調味，於完成前加入適當鹽調味即可。適合3-4人飲用。

湯中魚及豬骨含有豐富鈣質、骨膠原，可強化椎骨，防止退化；
葛根解頸背痙，擴張血管及輕微降壓作用，舒緩“頸緊”症狀；
川芎行氣活血，改善血液循環，增加腦血流量及降低血管阻力；
白芍柔肝止痛，對於痛症可有鎮靜效果，亦對頸部肌肉有放鬆作用；
南五加皮益肝腎，強筋壯骨，祛風濕，可抗疲勞、抗炎鎮痛；
仙靈脾又名淫羊藿，強筋骨，祛風濕，提高免疫力，改善循環，增加血流量。

若患者寒凝經絡，頸背寒緊，四肢不溫可加桂枝6g；
若風濕較重者，身困重，關節痛甚，或有水腫可加木瓜20g；
若頭痛明顯者，可加白芷10g。

科大醫院
劉乃維中醫生

西醫部 Western Medicine Department

	科別 Specialties	醫生 Doctors
門診 OPD	全科 General Practitioner	陳麗珊 CHAN Lai San、李嘉麗 LEI Ka Lai、李敏怡 LEI Man I、李杰 LI Jie、盧滿鴻 LO Mun Hung、蘇春嫻 SU Chun Xian、吳雅雅 WU Ya Ya、姚繼容 YAO Ji Rong、詹培源 ZHAN Pei Yuan、朱家康 ZHU Jia Kang
	呼吸科 Respiratory Medicine	蕭正倫 XIAO Zhenglun
	外科 Surgery	姚繼容 YAO Ji Rong
	腸胃科 Gastroenterology & Hepatology	陳麗珊 CHAN Lai San
	眼科 Ophthalmology	初歌今 CHU Ge Jin
	心臟內科 Cardiology	盧滿鴻 LO Mun Hung、劉百球 Edmundo Patricio LOPES LAO
	神經內科 Neurology	詹培源 ZHAN Pei Yuan
	內科 Internal Medicine	鄭彥銘 Gregory CHENG
	血液科及腫瘤科 Haematology and Oncology	鄭彥銘 Gregory CHENG
	物理治療師 Physiotherapist	梁敏慧 LEONG Man Wai、陳詠琪 CHAN Weng Kei 狄允軒 CHE MENEZES DE ARAUJO DIAS, Didia
	治療師（脊骨神經科）Chiropractor	任偉強 YAM Wai Keung
	營養師 Dietitian	林雨盈 Lam U leng
特約專科門診 SOPD (Associate Doctors)	心臟內科 Cardiology	金椿 JIN Chun、梁文健 LEONG Man Kin
	腸胃肝臟內科 Gastroentero-hepatology	詹德娟 ZHAN De Juan
	外科 Surgery	黎卓先 Edward C. S. LAI、劉永基 Peter W. K. LAU、李展聰 LEI Chin Chong、余松新 U Chong San
	微創外科及消化外科 Minimally Invasive Surgery & Digestive Surgery	聶馥忠 NIE Fu Zhong
	泌尿外科 Urology	羅光彥 Richard K. LO、趙雲橋 ZHAO Yun Qiao
	小兒外科 Paediatric Surgery	楊重光 C. K. YEUNG
	整形外科 Plastic Surgery	林茹蓮 LAM U Lin
	乳腺外科 Breast Surgery	梁逸鸞 LEONG Iat Lun
	骨科及運動創傷學科 Otheopedic Surgery & Sports Medicine	林冠群 LAM Kun Kuan
	婦產科 Obstetrics & Gynaecology	鍾應祺 CHUNG Ying Kee Maurice
	兒科 Paediatrics	梁　平 LEUNG Ping Maurice、張志勤 ZHANG Zhiqin 杜偉德 Victorino Menezes Trindade de Trovoada
	皮膚科 Dermatology	葉家維 YIP Ka Wai、方壯偉 FONG Chong Wai
	麻醉科 Anaesthesiology	寧肇基 NING Siu Kei、陳慧嫻 CHAN Wai Han
	營養師 Dietitian	陳麗愉 CHAN L. U Joey

中醫部 Traditional Chinese Medicine Department

	科別 Specialties	醫生 Doctors
門診 GOPD	內科 Internal Medicine	何啟東 HO Kai Tong、朱慧敏 CHU Wai Man、陳飛燕 CHAN Fei In、楊燕 IEONG In、林倩雯 LAM Sin Man、陳健成 CHAN Kin Seng、劉乃維 LIU Nai Wei
	針灸科 Acupuncture	朱慧敏 CHU Wai Man
	皮膚科 Dermatology	陳飛燕 CHAN Fei In、楊燕 IEONG In
	婦科 Gynaecology	林倩雯 LAM Sin Man
	兒科 Paediatrics	陳健成 CHAN Kin Seng
	骨傷科 Bone-setting	梁國威 LEUNG Kwok Wai
	推拿科 Tui Na (Chinese Massage Therapy)	劉乃維 LIU Nai Wei
專科門診 SOPD	內科 Internal Medicine	劉良 LIU Liang、劉夢光 LIU Meng Guang
	心血管科 Cardiology	趙永華 ZHAO Yong Hua
	兒科 Paediatrics	劉夢光 LIU Meng Guang
	婦科 Gynaecology	莫蕙 MO Hui
	推拿科 Tui Na (Chinese Massage Therapy)	張俊 ZHANG Jun

醫院顧問 Consultants

西醫顧問 Western Medicine Consultants	外科 Surgery	馬威 MA Wei
	耳鼻喉科 ENT	韋學軍 WEI Xuejun
中醫顧問 Traditional Chinese Medicine Consultants	針灸科 Acupuncture	呂明庄 LU Ming Zhuang
	婦科 Gynaecology	陶紅霖 TAO Honglin
	內科 Internal Medicine	陶紅霖 TAO Honglin

西醫臨床帶教指導門診
SOPD(Western Medicine-Clinical Instructors)

科 別 Specialties	導 師 Instructors
乳腺外科 Breast Surgery	熊維嘉 HUNG Wai Ka
耳鼻喉科 ENT	許　由 HUI Yau
外科 Surgery	熊　健 AH KIAN, Ah Chong　董曉明 TUNG Hiu Ming 郭寶賢 KWOK Po Yin, Samuel 霍文遜 Manson FOK 鍾志超 CHUNG Chi Chiu, Cliff
腦外科 Neurosurgery	陳君漢 CHAN Kwan Hon 范耀華 FAN Yiu Wah
骨科及運動創傷學科 Orthopaedic Surgery & Sport Medicine	劉俊傑 LAU Chun Kit
眼科 Ophthalmology	葉禮邦 YIH Lai Bong
整形外科 Plastic Surgery	張永融 CHEUNG Wing Yung
整形外科、頭頸外科 Plastic, Reconstructive, Head & Neck Surgery	何昭明 HO Chiu Ming 李天澤 LEE Tin Chak 吳偉民 NG Wai Man
心胸外科 Cardiothoracic Surgery	趙瑞華 CHIU Shui Wah 張慶全 CHEUNG Hing Chuen, Henry
骨科 Orthopaedic Surgery	許子石 HSU Che Shek 俞江山 YU Kong San
兒科 Paediatrics	許嘉恩 HUI, Henry
腸胃肝膽內科 Gastroentero-hepatology	袁　漢 YUEN Hon
泌尿外科 Urology	黃德慶 WONG Tak Hing, Bill
心臟內科 Cardiology	王國耀 WONG Kwok Yiu, Chris

中醫臨床帶教指導門診
SOPD(Traditional Chinese Medicine-Clinical Instructors)

腫瘤科 Oncology	吳萬垠 WU Wan Yin　張海波 ZHANG Hai Bo 李柳寧 LI Liu Ning

科大醫院穿梭巴士
Shuttle Bus
of University Hospital

行車路線（單向）
Route (one-way)

- 科大醫院 > 澳門南灣國際銀行總行 > 科大醫院
  University Hospital > Macau Luso Bank, Main Branch (Rua Praia Grande) > University Hospital

上車地點
Pick-up point

- 科大醫院正門
  Main entrance of University Hospital

如需乘車，請向掛號處查詢
If anyone needs to take the bus, please contact the Registration Counter.

如有任何查詢，歡迎致電
For enquiries, please contact
(+853) 2882-1838

每小時一班
Every hour per departure

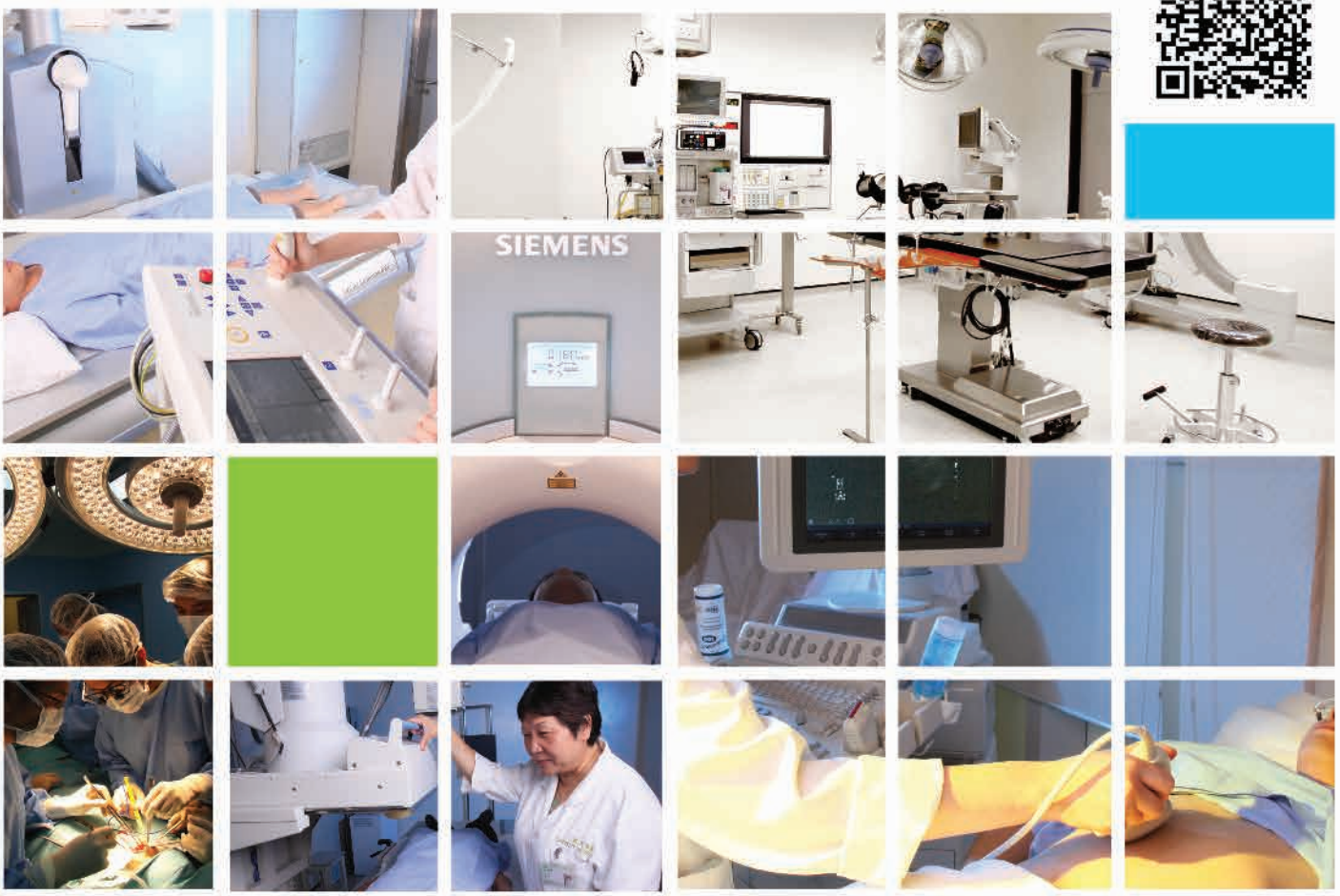
科大醫院
UNIVERSITY HOSPITAL

www.uh.org.mo

Find us on facebook

科大醫院
UNIVERSITY HOSPITAL

地址：澳門氹仔偉龍馬路澳門科技大學H座

電話：(+853) 2882-1838
傳真：(+853) 2882-1788
電郵：hospital_enquiry@must.edu.mo
網址：www.uh.org.mo

Find us on facebook