

UHealth

優生活

Autumn 2016 秋季號

19

FREE 免費取閱

UHealth

優生活

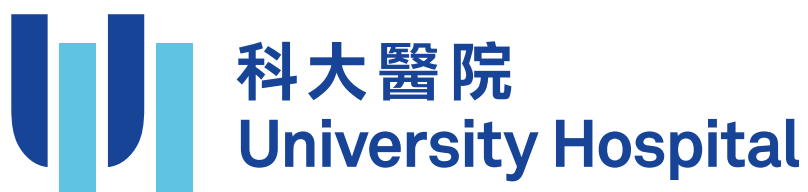
19

AUTUMN 2016 秋季號

- P6 科大醫院成立血液透析中心
- P12 治療白內障 不再視茫茫
- P20 卵巢囊腫要手術嗎？
- P38 謝絕死纏爛打的疤痕
- P44 兒童咳嗽怎麼辦？



科大醫院
University Hospital



CONTENT 目錄



醫療專題

- 06 科大醫院成立血液透析中心
- 12 治療白內障 不再視茫茫

外科醫生告訴您

- 18 警惕食管異物

婦康薈

- 20 卵巢囊腫要手術嗎？

影像透視

- 24 “影像科”是做甚麼的？

醫學分享

- 26 艾！沒那麼簡單，帶您認識艾灸
- 30 脂肪肝

眼睛去旅行

護理分享

- 34 維持性血液透析患者的營養支持

藥學分享

- 36 葡萄糖六磷酸去氫酵素缺乏症

健康愛美麗

- 38 謝絕死纏爛打的疤痕
- 40 留住營養的烹調方法

最愛小兒科

- 44 兒童咳嗽怎麼辦？
- 45 中醫治療小兒支氣管炎

醫生醫心

- 46 從醫30載，救死扶傷不忘初心
- 47 生命有痛，有您真好

護理護您

- 48 科大醫院工作心得

中醫靚湯

- 50 秋季湯水



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
南通商業中心
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：



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 / 預約電話 Enquiry/Appointment: (853) 2882 1838
傳真 Fax: (853) 2882 1788
hospital_enquiry@must.edu.mo

www.uh.org.mo

設計製作：



F16 DESIGN
WORKSHOP



特色 手法保健 Health Massage

運用中醫傳統推拿手法對全身、局部進行按摩，達到消除疲勞、防病保健的作用。

Health Massage is good for stress release and health maintenance, it applies to partial or the whole body.

45分鐘
mins
MOP230

60分鐘
mins
MOP280

90分鐘
mins
MOP450

足部保健 (足部反射療法) Foot Massage

運用手法對足底的穴位和反射區進行推拿按摩，達到防病保健的作用。
(泡足採用本院自擬中藥處方)。

Foot Massage is good for health maintenance, we provide foot bath as well by using unique homemade herbal prescription.

45分鐘
mins
MOP180

60分鐘
mins
MOP210

90分鐘
mins
MOP350

註：

- (1) 特色手法保健若以儀器、刮痧、拔罐等方式輔助，則按現有標準加收費用。
- (2) 上述保健項目並非治療性質，不涉及任何醫療報告、病假紙等簽發證明。

Remarks:

1. Any additional treatment required for Health Massage will incur additional charges (e.g. medical instruments, scraping sand, cupping way auxiliary).
2. Health massage is not medical treatment, therefore medical reports and sick leave certificates etc. will not be issued accordingly.

www.uh.org.mo



科大醫院 University Hospital





We are passionate about creating an environment where children will thrive intellectually, socially, and emotionally.

KNOWLEDGE KNOWS NO BOUNDS

學海無涯



The International School of Macao is a vibrant and rapidly growing school with over 1100 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>

Alberta  Accredited
Canada  International School

醫療專題

科大醫院成立血液透析中心

末期腎衰竭是一種長期慢性的疾病，患者需要長時期接受透析治療，以維持有限的腎功能。科大醫院於今年新成立血液透析中心，中心擁有先進的技術設備和優良的醫療團隊，為澳門及周邊患者提供了先進安全的治療服務。





認識血液透析

血液透析（俗稱洗腎）是治療末期腎衰竭的一種方法，具體操作是，透過連接身體血管之導管，把血液引出體外，傳送至血液透析機，並透過人工腎，清除血液中的廢物和多餘水分，然後再透過導管把淨化後的血液傳輸入體內。為了控制血壓及維持體內的化學物質水平之平衡，患者須遵照醫囑規定日程，定時每週兩次或三次接受血液透析，每次需時四小時或以上。

血液透析中心

科大醫院血液透析中心於今年成立，中心內共設有42張病床，配備了先進的透析儀器。中心採用高質素中央淨水系統、結合全電腦化監控及數據管理技術的血液透析設備。透析區分設有普通透析區、肝炎病區及呼吸道感染隔離區，分區分機治療，有效加強感染控制，可以為患者提供安全有效的治療。

血液透析的儀器

中心的血液透析儀器選用德國BI BRAUN之先進血液透析機Dialog+。該血液透析治療系統擁有透析充份監測裝置(Adimea)，其裝置運用先進紫外分光技術，通過紫外吸收原理，得出精確的尿素下降率(URR)以及精確的SpKt/v值，能夠持續不斷進行測量，提供良好的指導資訊，提高患者透析的治療效果。

同時，血液透析中心還配備兩台德國進口雙級反滲血液透析用水處理系統，通過雙重過濾的反滲系統，去除水中所有細菌、不純雜物、可溶性固體物和對人體有害的有機物和無機物，產生的超純淨水適用於血液透析。系統擁有專利無死腔構造及脈動回沖技術，反滲膜內外雙側加速沖洗技術令系統保持高度衛生。





中心為了評估血液透析的成效，以了解治療能否充分清除廢物，每月均會對尿素下降率 (URR) 進行測試，就是透析後尿素下降的幅度，此數字代表利用透析治療清除體內廢物的效能。

個人化透析治療及全面的安全監控

科大醫院血液透析中心採用高科技數據化管理。每位患者來此治療都會建立一個專屬個人數據庫，並配以個人ID卡，醫生會根據患者的不同病情，設計個人化透析治療方案，能夠更快捷方便患者進行治療。同時，中心還配備有全面的安全監控，其精準的電導度配備裝置，能夠保證透析液的準確配備和患者的安全，並備有緊急掣於緊急情況下使用。

中央監護系統

中心安裝了德國菲利浦最新一代Efficia中央監護系統——32台CM120床邊監護儀和一套CM200中央站，以監察血液透析患者的心跳、心率、血壓、血氧飽和度、呼吸等維生指數相關數值，同時會將相關數值及警報即時傳輸到護士站CSM中央系統集中顯示，讓醫護人員更全面地觀察監護訊息，並能夠進行遠程操作，提升臨床效率。

血液透析資訊管理

中心的血液透析資訊管理系統是貝朗公司針對血液透析機研發的一個專業資訊管理系統，通過歐盟CE認證。其獨有的資料雙向傳輸可以更高效地實現臨床資料傳輸及記載，也可在工作站對血液透析機發送多種指令，提高工作效率。其高頻度的獲取資料技術，保證治療監測無縫進行。

負壓隔離病房

中心的呼吸道隔離區設有負壓空調系統，利用負壓（抽12次/小時）使空氣只能進不能出。同時負壓隔離病房使用高效率過濾沁材處理隔離區排出的空氣，而從外吸入負壓隔離區的空氣，會導入內部設置的空氣過濾設備，經過吸引過濾，內部產生乾淨的空氣，確保不會空氣污染。

進行血液透析前的準備

於血透中心開始接受透析治療前，中心會為患者提供全面的指導，幫助他們了解血液透析的步驟，並學習護理血管通路及預防併發症的發生。

患者還需了解，在接受透析治療前，須進行建立血管通道手術。具體來說，就是以自己的血管（自體動靜脈瘻管）或是人工材料（人工血管）讓動脈與靜脈產生連接，形成一個血管通



道，才可提供足夠血流來供應血液透析所需。血管通道（靜脈導管除外）一般需要數星期才能癒合形成。

血液透析中心護理及服務

科大醫院的血液透析中心不僅擁有優良的設備，還有專業的腎科醫生和腎科護士組成的醫療團隊，所有護士都經過專業訓練，能為末期腎衰竭患者提供全面的護理服務。

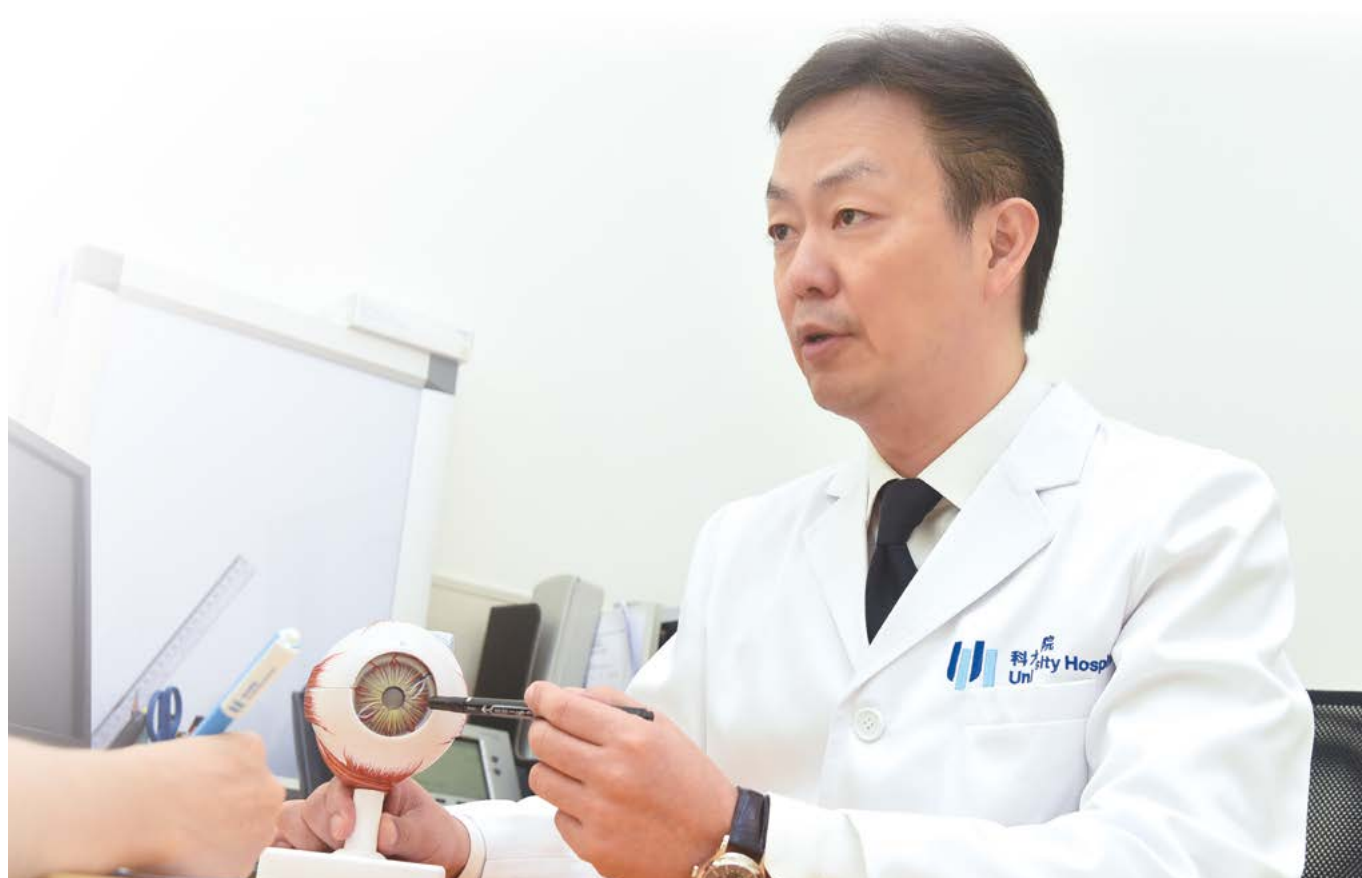
血液透析患者在中心接受治療期間，全程由專業人員護理。腎科醫生處方血液透析治療，並由專業的腎科護士密切監察透析過程。若患者在透析治療期間有任何疑問，腎科護士會協助和提供支援，同時亦會為患者提供飲食控制、透析導管護理及併發症預防等健康指導。 

科大醫院
血液透析中心護士長
林婉萍



醫療專題

治療白內障 不再視茫茫



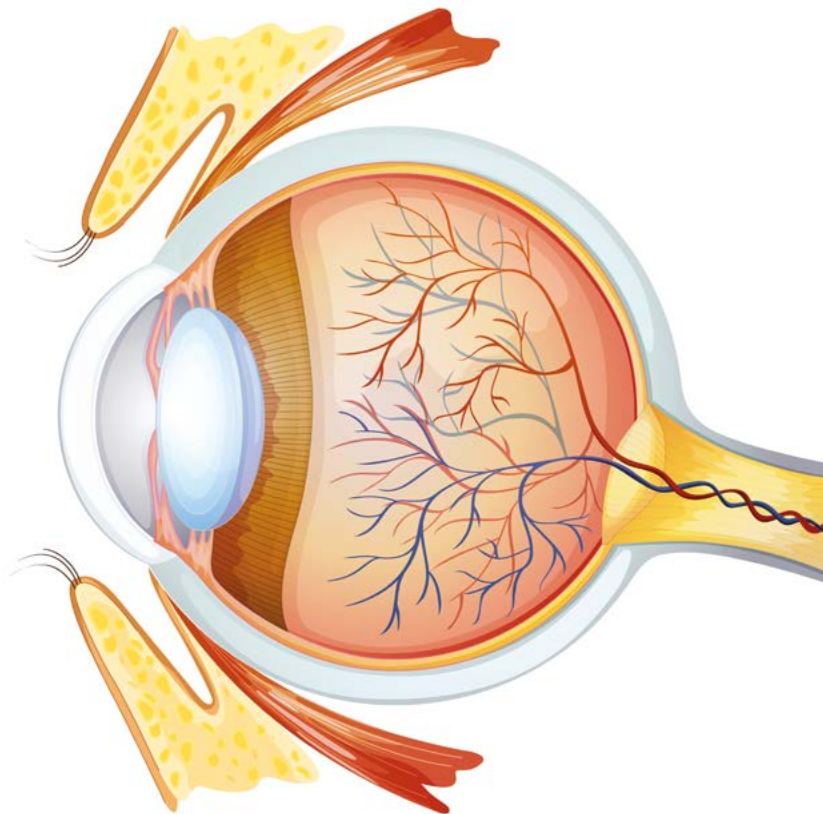
白內障是一種非常常見的眼疾，也是目前全球範圍內致盲的首要病因。據統計，全世界有盲人4000多萬，其中因白內障致盲者1700萬人。原常發於中年或老年人間的白內障，近十年有年輕化趨勢。

白內障的症狀有哪些呢？

白內障主要是因為晶狀體混濁而導致視力減退和視物模糊、變暗或褪色。在發病的初期，視力一般都可以保持良好。但隨著白內障的病程發展，晶狀體會由透明狀逐漸變黃，患者因此會感覺視力模糊，原本清晰的影像變得朦朧，或是影像重疊，亦可能出現單眼復視或多視，甚至出現光圈及光暈。隨著晶狀體的厚度漸漸增加，一些病人會出現近視、或近視度數加深，使到老花減輕，病人誤以為閱讀時「重拾光明」，但當晶狀體混濁繼續加重，在後期變為深啡色，也就是俗稱的「變熟」，視力亦隨之再度下降，最終可以導致失明。

白內障的發病原因

老化是導致白內障產生最主要的原因。隨著年齡的增長，晶狀體內的細胞會不斷從外側向中心生長，使到晶狀體增厚及混濁，形成白內障。



其他原因包括糖尿病、外傷、虹膜炎、遺傳、長期服用類固醇、及高度近視。絕大多數的患者，只要發生了白內障，晶狀體混濁的問題是不能自然地康復的。

白內障治理方法

手術治療仍然是唯一治療白內障的方法。白內障手術經歷上世紀的針撥術、大切口的囊內摘除術、及囊外摘除術，發展到目前臨床上廣泛應用的微創超聲波乳化白內障手術，再到近幾年的飛秒激光，技術已經飛速發展，亦把病人帶入高清的新領域。

超聲波乳化白內障手術是現今最常用及最有效治療白內障的手術。病人一般只需接受藥水作表面麻醉，跟着通過約2-3毫米，甚至更小的切口，利用超聲波能量將晶狀體乳化後吸出，同時保留晶狀體後囊膜以植入後房型人工晶體。超聲波乳化白內障手術具有切口小、組織損傷少、手術時間短、術後散光小、視力恢復快的顯著優點。



隨著白內障手術的技術及儀器的進步，植入眼內的人工晶體的發展亦同時邁向更新的領域。最初期的單焦點人工晶體只能替病人在一個固定的距離改善視力，但近年生產的多焦點人工晶體已可以替病人調節不同的焦點，全面地糾正其近視或遠視、散光、甚至老花，患者在手術後大多不需配戴眼鏡。

超聲乳化手術只需 15-30 分鐘左右，病人無需住院，術後 1 小時即可回家，而且康復時間非常短，一般情況下，術後第二天即可正常用眼，大多病人不會感到任何痛楚，完全恢復僅需一個月左右的時間，期間只要做好護理，一般不會對生活造成任何不便。

手術治療誤解

雖然現今白內障治療越來越普遍，但人們對此治療仍存在一些誤區。

誤區一：白內障可以通過藥物或者其他非手術療法得到根治。

目前藥物治療白內障均沒有確切效果，都還處於探索研究階段。手術才是最有效及唯一的治療方案。

誤區二：白內障患者需要視力下降到一定標準以後才能接受手術。

待到視力嚴重障礙時，疾病已發展到比較嚴重的程度，在這種情況下接受手術，手術時間會因此延長，風險亦相對地提高。有些患者的角膜會在術後出現腫脹的情況，看東西出現模糊，手術康復亦因此緩慢。當角膜腫脹康復後，患者可能出現散光的現象，影響整個手術的效果。



科大醫院、香港眼科醫學院院士賴維均醫生表示近十年白內障有年輕化趨勢。

於早期接受手術，不僅手術難度小，患者還能早點享受手術帶來的優點及成果。因此，為了提高生活質素，白內障患者在感到視力障礙已影響正常工作或生活時，就可以接受手術治療了，不必等到白內障成熟之後才接受手術。

誤區三：白內障手術僅僅是復明手術，不能同時解決老花眼、高度近視、散光 等問題。

隨著科學的發展及白內障手術技術的提高，白內障手術已不再是簡單的追求復明，而是要求最大化地提高術後視覺品質，不僅要讓患者看得見，而且看得清。這種觀念的轉變，加上微創超聲波乳化白內障手術及高端人工晶體的面世，使白內障手術從傳統的復明手術直接提升為屈光性手術。今天，白內障手術不但可以有效及低風險地清除白內障，還可以同時解決近視或遠視、散光、甚至老花，患者在手術後大多不需配戴眼鏡。手術能多方面地提高病人視力及日常生活上的質素，所以更多患有初期白內障的病人選擇在中年後接受手術，讓他們早些享受手術的優良成果。 

科大醫院
眼科醫生
賴維均



外科醫生告訴您：

警惕食管異物

食管異物是指因飲食不慎，誤咽異物，如魚刺、骨頭或脫落的假牙，兒童誤將小玩具咽下，如硬幣、鈕扣、大頭針等。食管異物大致有兩類：一種是外形不規則並有尖角的異物，如魚刺、骨類、假牙、棗核等，臨床上較為常見。進入食管後可引起明顯的炎癥反應，局部充血腫脹，甚至食管穿孔，膿腫形成，縱隔感染等。另一種是表面光滑的異物，如錢幣、鈕扣等，對食管的刺激較小，短期內不會產生嚴重併發癥。



食管異物常位於食管生理狹窄處。據文獻報道，異物常嵌頓於食管入口處（第一狹窄），約佔68.8%，此處神經、血管、肌肉聚集，且受胸腔入口的限制，各種組織排列緊密，食管黏膜皺褶增多，大而不規則的異物很難通過。第二狹窄（主動脈弓壓迫食管處）異物佔21%，食管下段異物僅佔11%。

異物嵌頓於食管的某一部分後，局部產生炎癥反應，根據異物性質，炎癥反應不同。光滑無刺激性金屬異物，如硬幣，局部僅有輕度腫脹及炎癥。若為魚刺、假牙、棗核、骨類或其他尖銳異物，若不及時取出延誤治療，則局部發生炎癥、潰瘍，繼而食管穿孔，形成縱隔炎、縱隔膿腫，並可形成氣管食管瘻，最兇險的是形成食管主動脈瘻，引起大出血死亡。

X光檢查對診斷金屬異物很有幫助。某些骨類異物顯影差或體積小，X光檢查常看不清異物，對X光透光的異物可吞少量含棉絲的鋇劑，觀察有無鋇劑滯留。若懷疑有食管穿孔，則用碘油造影。若造影劑掛在食管壁上，應高度懷疑該處為食管異物滯留部位，應進行食管鏡檢查，以明確診斷。

發生食管異物後，切忌自行吞服飯糰、饅頭、菲菜等食物，以免加重損傷，增加手術困難。也不能採取喝醋等土法，更不能拒絕就醫，或因等待而延誤病情。

凡懷疑有異物存留，經檢查證實有異物者，應盡快取出，時間拖延越久，局部炎癥反應越重，併發癥越多。食管鏡可以取出大部份食管異物，對於食管鏡無法取出的複雜異物或已有食管穿孔、食管周圍炎的病人，必須採取開胸手術取出食管異物。 

預防食管異物

- 進食時要細嚼慢咽，不宜過於匆忙。
- 牙齒脫落較多或用假牙托的老人，尤應注意。
- 損壞的假牙要及時修復，以免進食時鬆動、脫落，誤吞成為異物。
- 教育小兒改正口含小玩物的不良習慣，以防不慎咽下。
- 全麻或昏迷病人，應將活動的假牙取出。

科大醫院
心胸外科顧問
張憬



卵巢囊腫要手術嗎？

正常女性體內有兩個卵巢，分別位於子宮兩側，負責製造卵子和女性荷爾蒙。任何一側或兩側的卵巢均可同時出現一個或多個囊腫。卵巢囊腫是生育年齡婦女常見的疾病。

卵巢囊腫分為功能性和非功能性囊腫。功能性卵巢囊腫一般由卵泡演變而成，包括：卵泡囊腫和黃體囊腫，多會自行消失。非功能性卵巢囊腫是卵巢細胞異常增生所致，屬於卵巢腫瘤。大部份卵巢腫瘤均屬良性，不會入侵其他組織或擴散至身體其他部份。但偶爾這類腫瘤亦會轉為惡性（即癌症），以致擴散到身體其他部位和入侵周圍組織，所以發現任何腫瘤均應諮詢醫生接受檢查，以策安全。



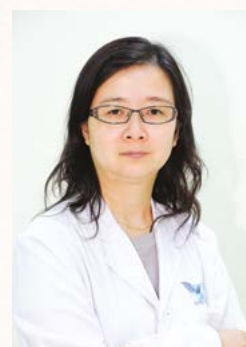
大部分卵巢囊腫不會引起任何徵狀，所以患者難以察覺，也可能出現以下病徵，具體情況視乎囊腫的類別而定：

- 腹脹、腹痛：囊腫很少引發腹痛，但有時患者下腹會感到悶痛或刺痛，又或性交時感到痛楚，如已診斷有卵巢囊腫的病人持續性下腹痛則考慮囊腫蒂扭轉或囊腫破裂，此時須馬上進行手術治療。如與月經週期有關則考慮巧克力囊腫的可能；
- 尿頻或有時排尿困難：由於囊腫較大，壓迫膀胱引起；
- 經期改變，月經日數延長或流量增多，有時亦會經期縮短。

卵巢囊腫的原因至今未能確定，部分治療不育症的藥物或會引發卵泡囊腫。由於卵巢囊腫可能全無病徵，患者可能在婦科檢查或因其他問題進行超聲波掃描時才發現。如卵巢囊腫體積細小（直徑小於5厘米），考慮為功能性囊腫，可透過觀察進行判斷，如囊腫在一至兩個月內自行消失則證實診斷，避孕藥有助預防這類囊腫。

假如囊腫體積頗大，而且導致痛楚或不適，或多個星期仍未有自行消散，婦科醫生便會建議以手術切除。手術的規模和類型視乎多項因素而定，包括囊腫的大小和類別、患者的年齡及是否有生育要求。 

科大醫院
婦產科醫生
馮鈞曉



及早預防

HPV

已婚未婚
同樣重要

保護就係愛
即刻
TAKE ACTION!

請向醫生查詢妳是否需要定期作子宮頸抹片檢查。

HPV (病毒) 感染非常普遍，感染 **HPV** 可導致

女¹

- 子宮頸癌
- 陰道癌
- 肛門癌
- 生殖器官濕疣(椰菜花)
- 外陰癌

男

- 肛門癌
- 生殖器官濕疣(椰菜花)

適用於9歲以上男女請向醫生查詢

活動日期：2016年10月17日-10月30日

攤位時間：12:00pm-15:00pm

**活動地點：1.校園C座一樓走廊 (OK便利店旁玻璃門外)
2.校園B座二樓走廊**

子宮頸癌 肝炎及流感

預防
運動

2016



齊來參與！

為積極推動公眾對以上三種傳染病的認識及加強對自己和家人的保護，現正舉辦預防子宮頸癌、季節性流感及甲型肝炎教育推廣，活動詳情如下：

日期：10月31日(星期一)至11月6日(星期日)

地點：科大醫院

歡迎所有人士參與
詳情請向醫護人員查詢

“影像科”是做甚麼的？

相信很多病人來到醫院，除了因為求診需要到相應的門診或專科看醫生外，最常到的部門就是“影像科”。一般來說，大家對“影像科”都不太了解，可能只會覺得我是要去“拍片的地方”做檢查，然而“影像科”並不只是“拍片的”，而是可以分為幾個組成部份的，今次就讓我為大家簡單介紹一下“影像科”吧！

從前，“影像科”的前身很多時會被稱為“放射科”，那是因為大約一百多年前德國物理學家倫琴發現了X射綫（即X光），從而開創了醫療影像技術，繼而因為“X射綫”而命名“放射科”發展至今。但由於科技發展的迅速，近年隨著電腦斷層(CT)及磁力共振(MRI)的普遍存在及廣泛使用於各大醫院，亦為了減輕人們對“放射科”的疑慮，“放射科”已慢慢轉名成為“影像科”了。

影像科一般可分為Dr室（傳統X光）、B超室（超聲波）、CT室（電腦斷層掃描）及MRI室（磁力共振）等等。當然部份醫院亦引入了新式的介入放射項目，但今次主要介紹以上四個常見的組成。



1



2



3

1. Dr室（傳統X光）：這是大家最常聽見和最常用到的一種最基本的影像學檢查方法，比如體檢時大家都會做到的“胸部X光”。Dr室除了普通的X光檢查外，其實還包括了X光造影，亦即是臨床醫生考慮胃腸道疾病時，要求檢查的胃腸道鋇餐，但隨著科技及經濟的發展，胃腸道鋇餐逐漸被胃腸鏡所取代。此外，X光檢查對外傷骨折的診斷可作為首選檢查項目。（圖1-3）



4



5



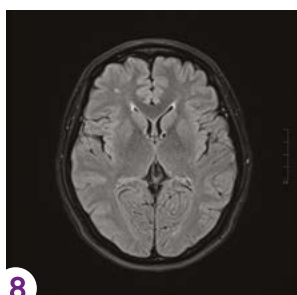
6



7

2 超聲波(B超)：為常規體格檢查常常用作基本篩查的方法，具無輻射、價格不貴和普及化等優點，但因應檢查的項目而需作相應不同的檢查前準備，比如：腹部器官（膽、胰）檢查前需空腹8小時，經腹婦科（子宮、卵巢）、膀胱及前列腺均需要急尿狀態下才能進行檢查，當然現在婦科的B超檢查還可以通過“陰超”的方法檢查，這樣就可以不需要急尿的情況下都能檢查，但“陰超”有一定條件限制，比如月經期間或未有過性經驗的檢查者不適合上述檢查方法。(圖4-5)

3 電腦斷層掃描(CT)：CT的出現實現了影像診斷的一個飛躍，解決了普通X光攝影不能解決的很多問題，為臨床診斷及治療方法帶來更多、更好的證據。CT的檢查範圍很廣泛，除了一般器官（骨、肺、肝、膽、脾、胰、腎、子宮、卵巢、前列腺、膀胱等），還包括動態器官：心臟、動脈、冠狀動脈及中空性器官如胃腸等均可進行CT檢查，提高病變的檢出率和診斷準確率。(圖6-7)



8



9



10

4 磁力共振(MRI)：是一種非創傷性的成像新方法，它不用電離輻射而可以顯示出人體內部解剖結構。對比CT成像效果，MRI檢查所得的圖像，對於某些特定的人體器官及疾病的判斷，提供更多、更好的診斷依據。但值得注意的是，進行MRI檢查是有禁忌症的，比如：

- 1) 體內有金屬異物（如彈片、起搏器或某些術後的金屬夾者），尤其被檢部位有金屬異物（磁鐵性金屬），不僅會因為磁體的吸引力而引起異物位置移動，造成危害，而且也會產生金屬偽影，致圖像質量不良。
- 2) 危重病人需要生命監護系統和生命維持系統者不適合使用。
- 3) 無法控制的不自主運動及不合作的病人。
- 4) 妊娠病人，尤其妊娠早期必須慎重對待。(圖8-10)

科大醫院
影像科醫生
蕭美華



艾！沒那麼簡單， 帶您認識艾灸

很多人對針灸都不陌生，但對於艾灸就存在很多錯誤認識，他們認為針灸是一種療法，然而針灸實是針療及灸療的統稱。灸法是中醫傳統外治法之一，灸字即為灼體療病的意思，用艾葉作施灸的材料，借灸的熱力透入肌膚，刺激組織以調和氣血，疏通經絡。《靈樞·官能》篇指出：“針所不為，灸之所宜”。《醫學入門》中指出：“凡病藥之不及，針之不到，必須灸之。”說明灸在臨床應用有它的特點，可以補救針刺和藥力所不及。

那麼艾灸到底有什麼功效呢，接下來就讓我們來瞭解一下吧。

艾葉的性味和功效按《本草從新》載：“艾葉苦辛，生溫熟熱，純陽之性，能回垂絕之陽，通十二經，走三陰，理氣血，逐寒濕，暖子宮，止諸血，溫中開鬱，調經安胎……以之灸火，能透諸經而除百病。”艾葉作施灸的材料，有通經活絡、祛除陰寒、消腫散結、回陽救逆及防病保健作用。下面來詳細說明一下：

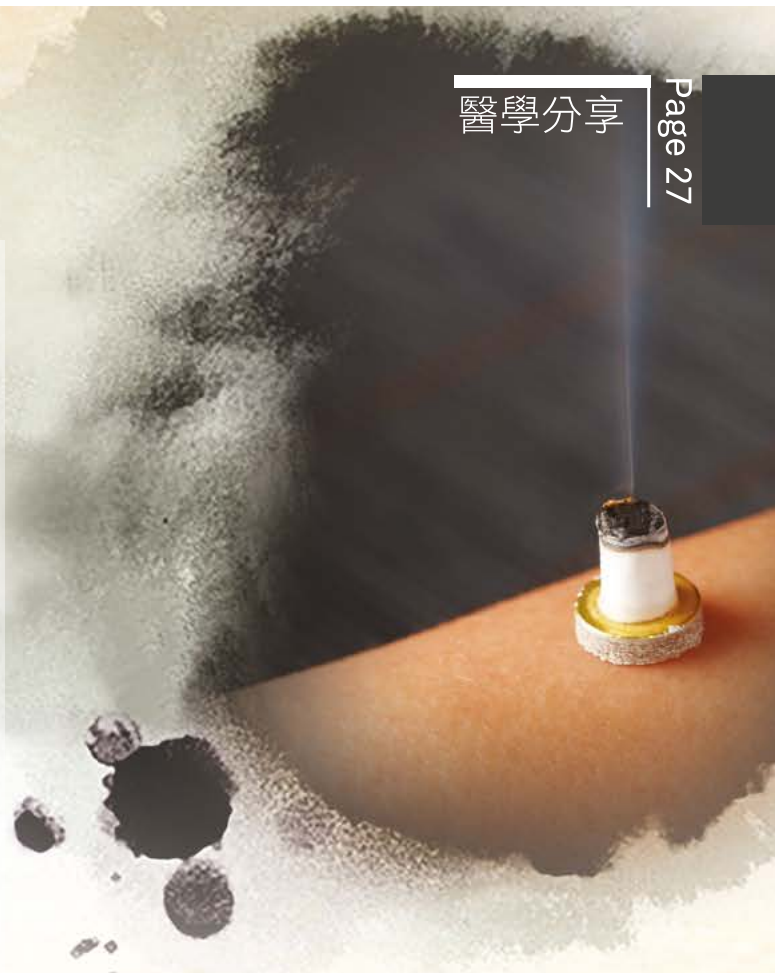
1. 散寒通絡：艾的性能是生溫熟熱，有通諸經，逐寒濕的特點。灸火的熱力，能深透肌膚，溫經行氣，所謂氣得溫則疾，氣行則血行。兩者結合，更能加強其溫經行氣、散寒邪的作用。臨床上常用於治療風寒濕為患的病證，以及氣血虛弱引起的眩暈、貧血、痛經、閉經等。



科大醫院
中醫生
詹晶晶



2. 回陽固脫：人體以陽氣為生化之本，得其所則人壽，失其所則人夭。陽氣衰則陰氣盛，陰盛則表現為寒，為厥，甚則欲脫。臨床上遇到這樣的症狀，可用艾灸的方法來溫補虛脫的陽氣；對於因寒邪引起的嘔吐、腹瀉導致陽氣下陷或外脫的可用灸法。
3. 行氣活血：因艾灸能行氣活血，若將其施治於陽微厥逆時，灸治下肢的足三里或湧穴，能起積而從之的作用；若用於氣虛下墜的病例，如脫肛、陰挺、久泄等病，可灸治顛頂部的百會穴來提升陽氣，能起推而揚之的作用。治療崩漏灸神闕、關元、三陰交、隱白、足三里可調整陰陽，補益脾腎，通調沖任，理氣和血，使離經之血歸經；在外科方面，如瘰癧、癰瘤等病，亦可用灸。疾病的產生多由於氣血失調，而灸法能通十二經人三陰，溫暖經絡，宣通氣血，化瘀散結，以治病。
4. 扶正驅邪、防病保健：常灸大椎、關元、氣海、足三里等輸穴，可鼓舞人體正氣，增強抗病能力，起到防病保健作用。歷代針灸家很重視艾灸的這一作用。如《扁鵲心書》中亦載用直接灸法，長灸關元、氣海、命門等穴，可保長壽。俗話說：“三里常灸不絕，一切災病息。”說明常灸人體上某些穴位，有防病保健的作用。灸法之所以能夠保健強身，是由於灸能扶陽培元。人體以陽氣為本，有“衛外而為固”的作用，人若陽氣常盛，則病邪不易侵犯，身體就會強健而不易發生疾病。



現代都市我們呆在冷氣房的時間過長，或是因過食生冷食物，或是本身體質偏寒，很多女性都有手腳冰涼、月經不調、痛經、黃褐斑、面色晦暗、痤瘡等問題，嚴重者甚至會影響工作生活；還有些人每逢季節轉換，天氣稍變時，受涼後就會出現打噴嚏、流鼻涕不止等癥狀，甚至發展為感冒咳嗽等，都可以用艾灸。通過熱灸對經絡穴位的溫熱性刺激，散寒通絡，回陽固脫，行氣活血，扶正驅邪，以起到治療及預防疾病的功效。臨床可以廣泛用於內科、外科、婦科、兒科、五官科疾病，尤其對呼吸系統疾病、脾胃系疾病、婦科疾病等辯證為虛寒體質者有特效。現代醫學研究提示，灸療對細胞免疫和體液免疫都有一定的調整提高作用。

灸法要旨在於四診合參，運用中醫基本理論加以分析，應用八綱辨證、臟腑辨證、經絡辨證作出診斷，施灸行補瀉之法，從而達到治癒疾病的目的。

不明確體質的市民，在進行艾灸治療前請諮詢專業醫生。



攝影：澳門科技大學人文藝術學院講師

吳建瑩



夜晚

的遠行

夜幕下

那一棟閃耀著光明的建築
是艘郵輪的樣子

漂浮在水面上的郵輪
要駛向水天之間的遠方

建築之下

建築之旁

有一條河流

流水，穿過橋孔

搖曳著燈光

靜靜地流向了遠方

科大醫院
眼科醫生
初歌今





脂肪肝

脂肪肝是指肝細胞內有脂肪聚積。在正常情況下，脂肪一般佔整肝臟重量的3%左右，當脂肪囤積超過肝臟重量的5%時，即稱為脂肪肝。脂肪肝在成年人中約佔四分之一；男性略高於女性，好發的年齡層在40-60歲之間。

導致脂肪肝的因素

1. 肥胖（肥胖性脂肪肝）

吃太多、吃太好，以致營養過剩所致。一般來說，肥胖性脂肪肝的患者腹壁脂肪較厚。

2. 肝炎恢復期（肝炎後脂肪肝）

此時期之肝炎患者，由於尚不能大量活動，又進食過多高熱量食物，加上原本肝功能已多少有些影響，所以易形成肝炎後脂肪肝。

3. 糖尿病患（糖尿病脂肪肝）

糖尿病患者易因糖類代謝異常，使肝糖貯存減少、肝中脂質增加，而導致糖尿病脂肪肝。

4. 嗜酒者（酒精性脂肪肝）

長期過多的飲酒會導致肝臟對脂質代謝的功能障礙，使肝臟內脂質囤積，形成酒精性脂肪肝。這類病人若不戒酒，將可能變成肝硬化或肝癌。

5. 藥物（藥物性脂肪肝）

亂服成藥、注射毒品或長期使用傷害肝細胞的藥物，將導致脂蛋白合成障礙及脂蛋白從肝內排除受阻，而引起藥物性脂肪肝。這類病患如不加控制病情，將導致肝硬化、肝衰竭而死亡。

6. 營養不良（營養缺乏性脂肪肝）

長期厭食、飢餓或吸收不良時，全身的脂肪將被逼燃燒，使大量脂肪進入肝臟，等待代謝。但因長期缺乏蛋白質會導致脂質代謝異常，使脂肪囤積肝臟。這種營養缺乏性脂肪肝，較常見於減肥不當的人士。

7. 三酸甘油酯高（高血脂性脂肪肝）

由於三酸甘油酯代謝異常，使得肝細胞囤積過多的脂肪顆粒，導致肝功能異常，形成高三酸甘油酯脂肪肝。

8. 較罕見的成因

如先天性代謝疾病、全靜脈營養或空迴腸分流手術後、體重減輕過快、化學物質或其他環境因素及較少見的妊娠急性脂肪肝、雷氏症候群 (Reye's syndrome) 等，另外有2-3%的脂肪肝病例找不到可以適當解釋的原因。

脂肪肝症狀

脂肪肝無特殊的臨床症狀，大多數病人無自覺症狀，偶而有食慾減退、噁心、嘔吐、腹脹及右上腹壓迫感或脹滿感。

脂肪肝檢查

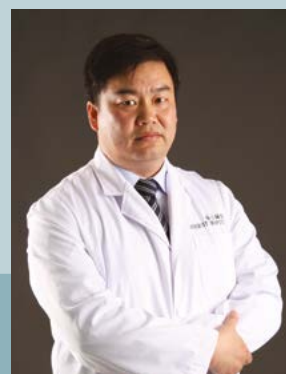
影像檢查：超聲波檢查、瞬時彈性成像檢查(TE)

血液生化檢查：血清轉氨酶、血脂和膽固醇檢查

脂肪肝的治療

脂肪肝是可逆性病變，早期診斷與及時的治療一般可恢復正常。 

科大醫院
西醫部副總監
外科醫生
姚繼容



肝纖維化及脂肪肝

肝臟健康檢查日



費用
全免

名額有限，額滿即止



瞬時彈性成像檢查技術
檢測肝纖維化及脂肪肝

2016. 9 .22 (星期四) 下午1:30 – 4:30
地點：澳門氹仔偉龍馬路科大醫院 H548診室

查詢及報名：8897 2710
費用全免，名額有限，額滿即止

科大醫院 痛症門診

University Hospital
**Pain Management
Clinic**

痛症門診為急性、慢性痛症病人提供診治及教育服務；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、癌症痛楚和身心性疼痛等。

The Pain Management Clinic provides consultation, treatment and education to patient with acute/chronic pain conditions. They include pain in joints, post-operative and difficult pain syndromes, neuropathic pain, cancer pain and psychosomatic pain which are treated with a multi-modal approach.



如需查詢，請聯絡疼痛門診治療。

For further information and appointment,
please contact the Pain Management Clinic.

查詢及掛號電話

Enquiry/Registration: (+853) 2882 1838/2882 7833



維持性血液透析患者的營養支持

血液透析治療是終末期腎臟病替代治療的有效方式之一，而營養支持對於保障血透患者的生活質量及其預後有著重要意義。維持性血液透析患者在飲食上除需做到對水、鈉、鉀、磷攝入的限制，還應做到以下幾點：



1. 攝入足夠的蛋白質

血液透析可丟失一定量的蛋白質和氨基酸，同時有促進蛋白質異化作用，造成負氮平衡。因此，血液透析患者應比保守療法患者攝取更多的蛋白質。在質的方面，必須注意蛋白質的優質化，2/3以上或80%應給予高生物價優質蛋白，如蛋清、牛奶、瘦肉、魚等動物蛋白，這樣的優質蛋白合成人體蛋白質的利用率高，產生的代謝廢物少。

2. 攝入適量的熱量

充足的熱量，能夠抑制蛋白異化並維持理想體重。若熱量不足，食物中的蛋白質和自身蛋白質就會作為熱量來源被消耗。由於蛋白分解加快，可產生更多的代謝廢物，不僅加重蛋白

質營養不良情況，更加重酸中毒並促進高鉀血症。對維持性血液透析患者，熱量的攝入根據患者的營養狀態、血脂濃度和勞動強度適當增減。熱量主要由糖類和脂肪來提供，糖類攝入以主食為主，至少保證一日三餐不能馬虎。脂肪攝入一般以植物油為主，約20-30ml，如豆油、玉米油、食用調和油。

3. 鈣的攝入

由於透析患者活性維生素D缺乏以及機體對活性維生素D的作用抵抗，且飲食中限制磷的攝入，往往造成血鈣濃度偏低。應在嚴密監測血清鈣磷水平條件下，給患者補充足夠的鈣劑和維生素D。

4. 補充水溶性維生素

患者在透析中不可避免地丟失水溶性維生素，加上限制高鉀、高磷食物等因素，減少了水溶性維生素的攝入，應及時給予補充，特別是葉酸和維生素B，主要透過藥物補充。

維持性血液透析患者的飲食不能只是單純的限制，在透析充分的情況下更應注意營養的支持。而合理的營養支持必須要準確評估患者的營養狀況、膳食攝入情況以及臨床檢查結果，做到“不足需補，過多需限”。



科大醫院
血液透析中心護士
高貴博



葡萄糖六磷酸去氫酵素缺乏症

葡萄糖六磷酸去氫酵素缺乏症（簡稱G6PD缺乏症）就是俗稱的蠶豆症。這種遺傳病中的患者特別是兒童，若因食用蠶豆、服用或接觸某類藥物，就可能會引致急性溶血。對於G6PD缺乏症的病人來說，預防和避免接觸氧化劑、適當的急性發作處理是最有效的疾病管理措施。

G6PD缺乏症在澳門其實很普遍，G6PD是紅血球上的一種酵素，目的是保護紅血球避免受到氧化物質的影響。這種病平常沒有甚麼特別病徵，但當患者接觸到一些外來刺激，例如某些中藥、西藥、臭丸或受到嚴重感染時，紅血球就有可能受到破壞而大量溶解，造成急性溶血，這時候，大量血紅蛋白便會由紅血球釋放出來，令肝臟負荷過重而產生過量膽紅素，形成黃疸。

溶血症主要徵狀包括眼白泛黃、黃疸、尿液變暗紅色茶色，除此以外，嬰兒可能看起來神情呆滯和疲累，而較大的小朋友可能會面色蒼白、過度疲倦、呼吸不暢順和心跳加速等，如留意到有以上的徵狀，請立即求醫。

科大醫院
註冊藥劑師
吳茵茵



誘使G6PD缺乏症發病的因素

- 家居用品：臭丸、樟腦、冬青油等；
- 食物：新鮮蠶豆或含有蠶豆成分的製品；
- 西藥：某些含有亞士匹靈的止痛退燒藥（包括口服及肛塞）、抗瘧疾用藥、氯黴素、磺胺、龍膽紫（紫藥水）、秋水仙鹼等。如果用的劑量過高，亦會引發溶血症，所以不可隨便服用藥物，所有藥物最好先請教醫生了解能否服用；
- 中藥：包括牛黃、黃蓮、臘梅花及金銀花、珍珠末、熊膽等。個別項目應請教中醫；
- 其它：新生期、感染、缺氧、腦出血、糖尿病等有可能使G6PD缺乏症病發。

如果寶寶患了G6PD缺乏症，在正常情況下，可以繼續用母乳餵哺寶寶，但是如果媽媽需要服用以上提到的中西藥，便需要暫停餵哺母乳，以免藥物經母乳傳給寶寶。不過媽媽要繼續擠奶以保持足夠的奶量，以便停藥後可以繼續餵哺寶寶。

其實每一個家長都不應自行替G6PD缺乏症的寶寶服用任何藥物，而其他坊間的中藥保健品，例如開奶茶、七星茶等，配方和成分都不同，切勿隨便讓寶寶服用，如果確實有需要，應該先詢問藥劑師及醫生的意見。



謝絕死纏爛打的疤痕—— 由根治理，防止復發 Cryoshape病灶內冷凍治療

我有沒有癍瘤呢？

假若穿耳後耳珠上長了一粒肉芽，或在手臂接種卡介苗的位置有突起的疤痕，很大可能你擁有疤痕或癍瘤體質。癍瘤及增生性疤痕除了影響外觀，因其持續生長的特性，疤痕範圍會不斷擴大，顏色變深，讓患者在天氣炎熱時也不敢換上短袖衣服，深怕別人看見自己身上難看的癍瘤。有時癍瘤位置更會產生疼痛及痕癢，嚴重影響病者的生活質素及個人自信。

癍瘤為何會死纏爛打

癍瘤的形成絕大多數是與患者的體質或遺傳基因有關。患者在受傷或傷口發炎時，皮膚細胞內的纖維組織因過度活躍增生，令皮膚生產過多的膠原蛋白，形成癍瘤。每當身體出現新傷口，即使細如蚊蟲咬傷或接種卡介苗的針口都會發病。癍瘤復發率很高，若單純利用外科手術將它切除，因癍瘤是由傷口形成，切除位置很快便會生成更大的癍瘤。癍瘤較常出現在肩、胸口、耳垂、下巴、頸及下肢等位置。最佳的治療是預防新的傷口出現。

疤痕增生vs癍瘤

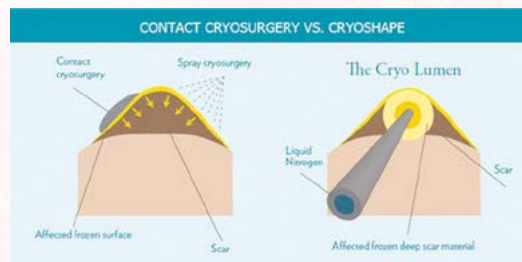
在診斷及治療上必須將疤痕增生和癍瘤區分，兩者在外觀上相似，均是皮膚上紅腫突起的疤痕。癍瘤會不斷生長，生長位置或會超過原本傷口位置，而疤痕增生則反之，只在傷口範圍內增生，通常會於六個月後會穩定下來，不再生長。



Cryoshape病灶內冷凍治療前（左）及治療後（右）

冷凍治療，從根入手

在一年前已引進澳門的Cryoshape病灶內冷凍治療技術已獲美國FDA（食物及藥物管理局）認證，有效治療癭瘤及疤痕增生，能顯著縮小癭瘤或增生性疤痕體積及防止復發。Cryoshape是一支擁有專利設計的雙導管探針，治療時探針會穿過癭瘤或增生性疤痕的中央位置，之後利用液態氮轉化為極低溫的氮氣，冷凍的氮氣透過探針的導管破壞及凍死癭瘤或增生性疤痕細胞。因為冷凍的方法是由內至外，所以癭瘤或增生性疤痕的細胞會被徹底破壞不再生長。治療過程大約需時10-60分鐘，取決於癭瘤體積而定；治療後患者可以即日離開診所或醫院，術後護理亦十分簡單。



Cryoshape特點

1. 一次治療後癭瘤體積會明顯縮小，也有即時停止痕癢及疼痛效果；
2. 防止復發；
3. 治療後只需簡單護理，不需住院；
4. 任何年齡人士均可接受治療。



科大醫院
整形外科醫生
林茹蓮

留住營養的烹調方法

食物中的維他命最大的特性就是不穩定，很容易因接觸空氣而產生氧化，或是因不當的處理過程而被分解、流失或破壞。新鮮食物中的維他命，最容易因清洗加工，或各種烹調過程而遭到破壞或流失。不妨檢查一下自己的處理食材習慣，看看你是否正確地保存及攝取維他命。

一. 先清洗再切

水溶性維他命只溶於水，因此很容易因長時間清洗或浸泡而大量流失，清洗新鮮蔬果或五穀雜糧時，應該特別留意洗滌方法。所有的新鮮蔬菜與水果宜先清洗再切，並避免過度長時間浸泡。切忌將蔬菜切段或將水果切塊後，再放入水中清洗，如此容易使得維他命大量流失。

五穀雜糧與米飯的淘洗過程，也很容易造成維他命流失。淘洗次數過多與清水的水量過大，都會導致五穀與米類表面的水溶性維他命流失。清洗米類時應盡量減少淘洗次數，最好能少於三次，且用水量也應盡可能減少，建議使用快速淘洗方法來清洗。





二. 不要切得太細

切菜的過程會將新鮮蔬菜或水果的組織纖維切斷，使蔬果的切面與空氣接觸，容易使蔬果出現氧化現象。處理蔬果應盡量避免切得過於細小，因為切得愈細碎，就表示蔬果與空氣接觸的面積愈大，氧化速度也愈快。清洗起來也愈容易造成水溶性維他命流失。研究顯示，若將蔬果切段或切塊，維他命C流失率約為30%，而切絲時，所流失的維他命C則高達50%。

三. 用大火炒蔬菜

一般而言，烹調時間愈長，食物所流失的維他命愈多；此外，放入食物中一起烹煮的水份愈多，跟著溶化於水中的維他命比例也愈高。烹調食物時，應盡量避免長時間烹煮，並避免放入過多水份。例如，大火炒豬肝時，只會損失1%的維他命B1，但長時間滷製/製豬肝，則會流失約37%的維他命B1。盡量使用大火炒蔬菜，大火炒蔬菜能使維他命C保存約60-70%；水煮或燉煮蔬菜時，維他命C只能保存約20-50%，避免因為不當的食材處理或烹調過程，造成維他命流失。 



科大醫院
特約營養師
陳麗愉

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

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

眼部微雕：去黑眼圈、眼袋、眼下細紋、眼角下垂、填平淚溝
Peri-orbital sculpting 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

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

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

兒童咳嗽怎麼辦？

寶寶整天咳嗽是怎麼回事？

咳嗽其實是人體重要的自我防禦機制之一，當呼吸道有外來物入侵，不論是小塊的食物，或是呼吸道感染所產生的分泌物，大腦的咳嗽中樞都會下達命令，使呼吸道產生一股快速強大的氣流來排除異物。所以其實咳嗽可以使呼吸道保持暢通，且排除刺激異物、壞死組織及分泌物，使其離開呼吸道。小朋友常常會咳嗽，大部份是因為感冒引起，約一周內會好轉，有部份咳嗽會拖很久不癒，需諮詢專科醫生找尋原因。

咳嗽怎麼分類，有什麼常見的成因呢？

咳嗽可根據癥狀發生的時間來簡單區分：

(1) 急性咳嗽：是指發生在一個月以內的咳嗽。

急性咳嗽一般與呼吸道的急性感染有關，例如最基本的上呼吸道感染，到合併了鼻竇炎或是下呼吸道的氣管炎、支氣管炎、細支氣管炎甚至肺炎。在嬰幼兒咳嗽相對成人有一個特別要注意的是呼吸道異物吸入。

(2) 慢性咳嗽：是指超過4個星期的咳嗽。

引發的原因很廣泛，包括：先天性異常，如氣管支氣管軟化症、食道氣管發育異常；反覆感染；較難早期發現或是較難治療的感染，如慢性鼻竇炎、鼻水倒流、百日咳、黴菌感染等；過敏、生活環境有物理或化學物刺激，如塵埃、家人抽菸，或是胃食道返流造成的胃酸刺激；另還要考慮嬰幼兒型的哮喘。

孩子咳嗽時，家長應該如何觀察，以提供給醫生最有幫助的資訊呢？

爸媽需要觀察的是：

- 寶寶咳嗽的時間長短；
- 一天當中何時咳的最厲害？例如是早上還是晚上？還是一整天都咳嗽；
- 身邊是否有其他人（包括家人、主要照顧者）有長期咳嗽的現象；
- 寶寶的咳嗽是否伴隨其他症狀？例如發燒、流鼻涕、嗆到後突然開始不斷咳嗽。

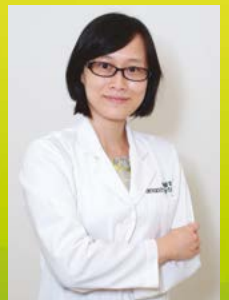
醫生會根據寶寶的整個病程、發作頻率、時間、癥狀，以及詳細的體格檢查，找出正確的診斷，並給予寶寶適當的治療。

孩子咳嗽時，家長應如何護理？

護理可做好以下幾方面：

- (1) 讓寶寶好好休息，休息是最好的治療，生病時休息甚至比吃藥還重要，要多鼓勵寶寶臥床休息，減少體力的消耗。
- (2) 多補充水分，生病中的各種症狀會讓寶寶喪失過多水份，加上寶寶生病的過程中，食慾會變差，會有脫水的危險，所以攝取適當的水分，甚至比讓寶寶攝取更多固體食物來得重要。
- (3) 保持呼吸道的平順與通暢，生病中常見的流鼻水、鼻塞症狀，常讓寶寶在睡覺或吃奶時因呼吸不順而放聲大哭。父母可在孩子睡覺時，以枕頭略為墊高孩子的上半身，以促進鼻腔通暢，並注意寶寶鼻腔是否被分泌物塞住，必要時用生理鹽水清洗，輕輕取出。
- (4) 拍痰，寶寶因年紀小，咳嗽反射未完善，而且細支氣管尚未完全發育，加上感染造成管腔內黏膜腫脹和黏液增加，容易造成阻塞，痰會積於肺部深處，而引起痰多和呼吸困難的現象。此時除了服用化痰藥物幫忙之外，同時要合併拍痰改善，否則有可能發生呼吸困難，甚至呼吸衰竭。

科大醫院
兒科醫生
張志勤



中醫治療小兒支氣管炎

家中的小朋友經常患支氣管炎，中醫對支氣管炎有什麼看法呢？

中醫將支氣管炎歸為咳嗽範疇。有聲無痰為咳，有痰無聲為嗽，有痰有聲為咳嗽。主要由感受外邪，肺失宣肅而引起；亦可由於痰濁內生；或素體虛弱，肺脾受損，氣陰兩虛。本病一年四季均可發生，任可年齡小兒均可發生，尤以嬰幼兒多見。預後一般較好。

中醫對小兒咳嗽病會否分型呢？

中醫認為外感咳嗽起病較急，病程短，咽喉癢，多伴有發熱惡寒等表証。外感咳嗽又可分為風寒咳嗽及風熱咳嗽；風寒咳嗽症見惡寒，咽癢，有少量稀白痰，嗆咳為主，脈浮緊；風熱咳嗽症見發熱，咽癢，痰黃質黏，咳聲重濁，脈浮數。

除了外感咳嗽外，還有內傷咳嗽，內傷咳嗽起病較緩，病程長，咳時痰多或乾咳少痰。內傷咳嗽中的痰熱咳嗽症見痰多色黃，質黏，舌苔黃；痰濕咳嗽症見咳嗽痰多，痰白多泡沫，舌苔白膩；氣虛咳嗽症見咳而無力，氣短乏力，自汗怕冷等；陰虛咳嗽症見乾咳無痰，口乾咽乾，舌紅，少苔等。

有什麼方法可以預防咳嗽呢？

- (1) 經常到戶外活動，加強鍛煉，增強小兒抗病能力；
- (2) 避免感受風邪，積極預防感冒；
- (3) 保持室內空氣流通；
- (4) 注意休息，咳嗽重的患兒可影響睡眠，應保持室內安靜，保證充足的睡眠。

如果小兒經常反覆咳嗽，有什麼湯水可以輔助治療呢？

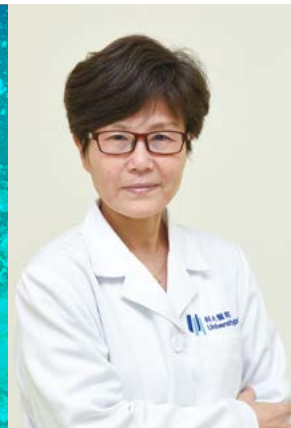
小兒如果經常反覆咳嗽，可用陳皮3g，南杏仁10g，川貝母10g，玉竹10g，南沙參10g，蜜棗1粒，瘦肉適量煲湯。本湯水有潤肺化痰止咳效用，適合反覆咳嗽的小兒作為輔助治療。

科大醫院
中醫生
陳健成



從醫30載， 救死扶傷不忘初心

科大醫院
婦產科顧問
劉晶



做 婦產科醫生30餘載，在耳順之年回顧自己的從醫路，頗有感慨：選擇做醫生是我這輩子最正確的決定之一！這10000多個日子，我不是在治病救人，就是在治病救人的路上。

1977年，中國改革開放總設計師鄧小平，打開了塵封10年之久的高考大門，作為一名插隊知青的我，有幸參加高考並最終成為山西醫科大學臨床醫學系的學生。我格外珍惜這來之不易的學習機會，如饑似渴地學習。畢業時成績優異，本可以選擇最熱門的專科，但是我卻選擇了大家最不願意去的婦產科，原因是我實習的一段難忘的經歷。實習輪轉到婦產科時，急診收入的一名孕婦胎盤早期剝離大出血休克，胎兒窘迫，母兒危在旦夕，我的老師當機立斷，緊急上臺施行了剖宮產。孩子取出來時面色青紫、呼吸微弱，在當時氣管插管技術還不普及的情況下，我的老師毫不猶豫地對孩子進行口對口人工呼吸。當聽到孩子哇地一聲哭出來時，老師還來不及擦拭的、滿是鮮血的嘴角那抹欣慰的笑容，產

婦滿臉淚痕的感激之言深深地定格在我的記憶裡。那一刻，我就下了此生最重要的決定：我要成為一名婦產科醫生！

畢業後一直從事婦產科工作，30多年來，多少個日夜奔波於病房、產房、門診、手術室，多少次在簡單的誤餐中幾次放下筷子邊吞咽邊衝進搶救室；多少個週末、節假日值班，不能與家人共享天倫；多少次為了危、重癥患者的搶救從睡夢中驚醒，再也不能入睡…正是這些，使我成長為一名能獨當一面、技術全面的婦產科醫生。

如今，醫療環境日益嚴峻，醫生特別是婦產科醫生已成為一種高風險職業：勞動強度大、責任大（身負兩條生命及全家人的重望）、被投訴的概率大。但我不後悔，不改初心，一如既往對每一個生命都心懷敬畏，盡心盡責地診治，希望能用我的綿薄之力救治更多的患者，做她們信賴的好醫生。 

生命有痛， 有您真好

科大醫院
內科、兒科主任醫生
劉夢光



我最近看了幾期由上海東方衛視製作的《急診室故事》。這是一檔用固定攝像頭拍攝的急救紀實真人秀節目。它在擁有上海最大急診樓的上海市第六人民醫院，用98個固定攝像頭，24小時跟蹤拍攝。通過這個節目，我們得以直擊常人視角無法觸及的急診室真實故事。

沒有導演，沒有專業演員，沒有道具，更沒有劇本。急診室就是一個大舞臺，而忙碌的醫生、護士、垂危的病人、焦慮的家屬，就是出演的人物。每天在這裡進行的救治病人的日常工作，就是劇情的展現。無人知道下一分鐘呼嘯而至的救護車上，會抬下來什麼樣的病人，而病人自己，在猝不及防的劇變中，更無法知悉自己的人生所歸。在這裡時時上演著死而復生的喜悅，倉促別去的哀慟。人類的堅忍和無助，在這裡交織；命運的無常和反轉，在這裡碰撞。

醫院，是人們在出現病痛甚至危急情況下首先想去的地方，急診室則首當其衝。在病人和家屬期待的目光中，寫滿了對醫生和護士的懇求。醫生和護士，此時應是拯

救生命的天使，解除病痛的神仙。上海六院的同道，無論專業或敬業，都堪稱楷模。在一系列的故事中，我看到了病人們在這裡得到了及時的、有效的治療。正是這些在臨床第一線的醫生護士常年超負荷的工作，給病患築起了生命的防護線。然而，命運無常，禍福旦夕而至，常不是人力所能左右。事起倉促，兩難的選擇，往往也只能盡人事，聽天命。

近年來，出現了一些對醫護人員妖魔化的情景，醫鬧和傷醫的事時有發生。這實在是不應該，也是太遺憾的事。我始終認為，沒有一個醫生不想治好他的病人。而絕大部份醫生，都在盡責地工作。醫學的專業性，使得一般非專業人士不易了解醫生的工作，但只要建立在彼此信賴和尊重的基礎上，就可以避免不必要的誤會甚至矛盾產生。這個節目，通過對許多危重病人的救治經歷的故事，有助於人們了解醫護人員的真實工作情況。

節目貫穿著“生命有痛，有您真好”的主導思想。生命無比美好，但又如此脆弱。危難時分的救贖，正是醫護工作者的使命。 

科大醫院 工作心得

去年3月，經過一年多的準備與等待，我終於來到澳門，開始了為期18個月的澳門科大醫院交流工作歷程。轉眼時間已過去1年，離開的日子也越來越近，心中難免有幾分感想與不捨。澳門科大醫院是一家成立僅十年的私家綜合性醫院，而我原本所在的醫院是一所有著百年歷史，綜合排名在全國百名之內的三甲專科公立醫院，因此兩家醫院無論是運行機制與工作流程，還是面對的病人群體都不可同日而語。以我個人所見，澳門科大醫院與內地公立醫院相比各有優缺點，而科大醫院主要的優點體現在人性化服務方面。

醫院環境優美整潔安靜舒適，每一處候診區均設置沙發、飲水機、咖啡機，給病人和家屬提供了良好的服務設施和環境。在這裡以病人為尊的人性化理念，還體現在處處可見為病人提供方便的各種細節：除了每個候診區的休息設施、病人獨處時的呼叫系統以外，更重要的是醫護人員對待病人的耐心與細緻。得益於澳門良好的合作醫療環境，醫患之間的爭吵是非常的少。醫生細心的診斷每一位病人，解答疑問及安排治療。醫院還提供了電腦供病人自由查詢醫院及醫生資訊以協助病人與醫

科大醫院
手術室護士
楊暉



生的聯系。閒暇之餘曾與同批到澳門的同事交換意見，覺得科大醫院的人文關懷是值得我們學習。病人的感受和想法得到充分的尊重，更利於醫患之間的溝通及信任關係的建立。

人性化的細節其實在醫護人員身上也有充分的體現，在這裡，工作與休息基本分開，在上班時間內把自己的分內之事做好，那麼除了緊急當值班的人員，員工的休息時間不受到打擾。去年5月，我有幸參加了全澳護士慶祝護士節晚宴，晚宴由澳門衛生局主辦，全澳護士都能夠免費參加，表彰執業20年以上的護士。歌舞和美食是晚宴的主題，這是我從業近20年以來度過的第一個沒有競賽、沒有工作彙報的護士節，照片發到朋友圈，內地的同事們都羨慕不已。此外，醫院給每一位員工都提供了郵箱帳號，醫院會在第一時間內向大家通報相關醫療新聞及學習資訊，而且各種學習班都有免費名額，方便醫護人員根據自身情況報名參加。

他山之石，可以攻玉，我會借此次的經驗，取長補短，為病人提供更細緻、優質及安全的服務多作思考與努力。



服務內容

1. 個人照顧：助浴、餵食、個人衛生處理等。
2. 特殊護理照顧：傷口及壓瘡護理、腸造口護理、鼻胃管餵食、尿管護理等。
3. 復康服務：物理治療、職業治療、家居環境安全改善建議等。
4. 社工服務：社區資源連結、心理及情緒支援等。
5. 在家訓練：照護知識及技巧指導、諮詢等。
6. 特別陪護計劃及陪診服務。



藉著護理服務的介入，
為體弱、缺乏自理能力
且需要較多護理的人
士，提供在家照護支
援。服務尤為剛離院或
輪候院舍人士增添夜間
及節假日照顧，將「家
居病床」轉至「家居康
健」概念帶入家中。

費用：

本服務隸屬非營利性質，所有收費低於營運成本及按所需項目計算費用。如屬經濟困難者，可酌情申請減費。

聯絡方法

黑沙環服務站：黑沙環馬場東大馬路336號四樓

電話：2843 7006

傳真：2843 7127

中區服務站：羅神父街43號時代工業大廈閣樓B06室

電話：2855 3658 或 28554824 傳真：2855 4702

非辦公時間留言：2843 7947

網址：<http://www.caritas.org.mo>



資助單位：



支持單位：

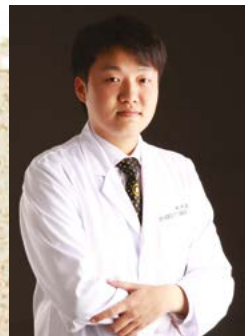


澳門特別行政區政府社會工作局
INSTITUTO DE ACÇÃO SOCIAL DO GOVERNO DA RAEM
SOCIAL WELFARE BUREAU OF MACAU GOVERNMENT

歡迎來電查詢及索取服務資料

秋季湯水

科大醫院
中醫生
何啟東



秋

季，傳統上是指農曆七、八、九月，每一月經過一節一氣，秋季合共經歷三節三氣，分別是立秋、處暑；白露、秋分；寒露、霜降。節氣是反映了四季中細微的氣候變化，秋天湯水可根據節氣的轉變而烹調，這樣便可以達到天人相應的作用。

七月包含立秋、處暑二個節氣。立秋，是指秋天之始，歷書曰：“斗指西南維為立秋，陰意出地始殺萬物，按秋訓示，谷熟也。”處暑，是指暑氣結束的時期，這時的三伏天氣已過或接近尾聲。七月雖言秋氣已到，天氣稍涼，但暑濕熱氣未消，湯水適宜健脾和胃，利水化濕。

七月湯水：老鴨百合湯

材料：百合30g，蓮子15g，苡米15g，炒扁豆10g，陳皮1角，老鴨1隻。

做法：老鴨切塊洗淨後汆水，放入適量的清水，將以上材料一併放入鍋內，大火煮開再以慢火煮以1.5小時，調味即可。



百合



蓮子



苡米



炒扁豆



陳皮

八月包含白露、秋分二個節氣。八月才是真正秋季的來臨，這時暑熱之邪已無，天氣秋高氣爽，然秋燥之氣漸生。燥邪容易耗人津液，易出現口乾、唇乾，大便乾、咳嗽情況。故八月的湯水宜緩解秋燥，滋陰潤燥。

八月湯水：清燥鴿子湯

材料：北沙參15g，百合30g，南北杏10g，川貝10g，鴿子1隻。

做法：鴿子切塊洗淨後汆水，放入適量的清水，將以上材料一併放入鍋內，大火煮開再以慢火煮以1.5小時，調味即可。



百合



南北杏



川貝



北沙參

九月包含寒露、霜降二個節氣。九月是熱與冷交替的季節，陰陽之氣開始轉變，陽氣漸退，陰氣漸生。我們人體的生理活動，也要適應自然界的變化，以確保體內的陰陽平衡。湯水在治療秋燥之外，還要顧及脾胃，提升脾胃功能，使體內能達到陰陽平衡。九月的湯水適宜潤肺生津、健脾益胃。

九月湯水：花膠參淮烏雞湯

材料：花膠1隻，玉竹15g，花旗參10g，淮山30g，大棗3枚，枸杞10g，烏雞1隻。

做法：花膠先泡發好，烏雞切塊洗淨後汆水，放入適量的清水，將以上材料一併放入鍋內，大火煮開再以慢火煮以2-3小時，調味即可。|||



玉竹



花旗參



淮山



大棗



枸杞

西醫部

Western Medicine Department


 科大醫院
University Hospital


		科別 Departments	醫生 Doctors / 治療師 Therapists / 營養師 Dietitian
門診 GOPD		全科 General Practitioner	高德志 KOU Tak Chi、李杰 LI Jie、盧滿鴻 LO Mun Hung、 蘇春嫻 SU Chun Xian、杜賜浩 TO Chi Ho、 王美鴻 WONG Mei Hong、吳雅雅 WU Ya Ya、葉霖 YE Lin、 詹培源 ZHAN Pei Yuan、朱家康 ZHU Jia Kang
		內科 Internal Medicine	鄭彥銘 Gregory CHENG
		呼吸科 Respiratory Medicine	蕭正倫 XIAO Zhenglun
		心臟內科 Cardiology	盧滿鴻 LO Mun Hung
		神經內科 Neurology	詹培源 ZHAN Pei Yuan
		普通外科 General Surgery	姚繼容 YAO Ji Rong
		眼科 Ophthalmology	初歌今 CHU Ge Jin
		血液科 Haematology	鄭彥銘 Gregory CHENG
		治療師 (物理治療) Therapist (Physiotherapy)	陳詠琪 CHAN Weng Kei、何嘉濠 HO Ka Hou、 狄允軒 CHE MENEZES DE ARAUJO DIAS, Didia
特約專科門診 SOPD (Associate Doctors)		治療師 (脊骨神經科) Therapist (Chiropractic)	任偉強 YAM Wai Keung
		心臟內科 Cardiology	王國耀 WONG Kwok Yiu, Chris、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	霍文遜 FOK Manson、黎卓先 LAI Cheuck Seen, Edward、 劉永基 LAU Wing Kee, Peter、鄭珉 KWONG Man、 蔣復忠 NIE Fu Zhong、李展聰 LEI Chin Chong、 余松新 U Chong San、梁逸鸞 LEONG Iat Lun
		泌尿外科 Urology	羅光彥 LO Kwong Yin, Richard、趙雲橋 ZHAO Yun Qiao
		婦產科 Obstetrics & Gynaecology	馮鈞曉 FONG Kuan Io
		小兒外科 Paediatric Surgery	楊重光 YEUNG Chung Kwong
		兒科 Paediatrics	梁平 LEUNG Ping, Maurice、張志勤 ZHANG Zhiqin、 杜偉德 Victorino Menezes Trindade de TROVADA
		整形外科 Plastic Surgery	吳偉民 NG Wai Man、張永融 CHEUNG Wing Yung、 林茹蓮 LAM U Lin
		骨科及運動創傷學科 Orthopaedic Surgery & Sports Medicine	林冠群 LAM Kun Kuan
		眼科 Ophthalmology	賴維均 LAI Wai Kwan, Wico
		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, Eric、陳慧嫻 CHAN Wai Han
		營養師 Dietitian	陳麗愉 CHAN Lai U



中醫部

Traditional Chinese Medicine Department

	科別 Departments	中醫生 TCM Doctors
門診 GOPD	內科 Internal Medicine	陳飛燕 CHAN Fei In、陳健成 CHAN Kin Seng、 朱慧敏 CHU Wai Man、何啟東 HO Kai Tong、高嘉權 KOU Ka Kun、 梁人鳳 LIANG Renfeng、吳梓拓 WU Zituo、詹晶晶 ZHAN Jingjing
	兒科 Paediatrics	陳健成 CHAN Kin Seng
	針灸科 Acupuncture	朱慧敏 CHU Wai Man
	皮膚科 Dermatology	陳飛燕 CHAN Fei In
	骨傷科 Bone-setting	梁國威 LEUNG Kwok Wai、李杰能 LEI Kit Nang
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
	婦科 Gynaecology	莫蕙 MO Hui
	兒科 Paediatrics	劉夢光 LIU Meng Guang
	推拿科 Tui Na (Chinese Massage Therapy)	張俊 ZHANG Jun

醫院顧問
Consultants

	科別 Departments	顧問 Consultants
西醫顧問 Western Medicine Consultants	全科 General Practitioner	周滢 ZHOU Ying
	內科 Internal Medicine	許仕超 XU Shichao
	內分泌科 Endocrinology	許仕超 XU Shichao
	腎科 Nephrology	侯靜 HOU Jing
	外科 Surgery	馬威 MA Wei
	心胸外科 Cardiothoracic Surgery	張憬 ZHANG Jing
	神經外科 Neurosurgery	譚林琮 TAN Linlong
	婦產科 Obstetrics & Gynaecology	劉晶 LIU Jing
	兒科 Paediatrics	宋玫 SONG Mei
	耳鼻喉科 ENT	韋學軍 WEI Xuejun
	眼科 Ophthalmology	廖萱 LIAO Xuan
	麻醉科 Anaesthesiology	徐仲煌 XU Zhonghuang
	疼痛科 Pain Medicine	徐仲煌 XU Zhonghuang
中醫顧問 Traditional Chinese Medicine Consultants	內科 Internal Medicine	陶紅霖 TAO Honglin
	婦科 Gynaecology	陶紅霖 TAO Honglin
	針灸科 Acupuncture	張岱權 ZHANG Daiquan
	腫瘤科 Oncology	陳紅 CHEN Hong
	老年病科 Geriatrics	陳紅 CHEN Hong



西醫臨床帶教指導門診

SOPD (Western Medicine-Clinical Instructors)

科別 Departments	導師 Instructors
腸胃肝膽內科 Gastroentero-hepatology	袁漢 YUEN Hon
外科 Surgery	熊健 Ah Chong, AH KIAN、董曉明 TUNG Hiu Ming、 郭寶賢 KWOK Po Yin, Samuel、鍾志超 CHUNG Chi Chiu, Cliff, 熊維嘉 HUNG Wai Ka
神經外科 Neurosurgery	陳君漢 CHAN Kwan Hon、范耀華 FAN Yiu Wah
心胸外科 Cardiothoracic Surgery	趙瑞華 CHIU Shui Wah、張慶全 CHEUNG Hing Chuen, Henry
泌尿外科 Urology	黃德慶 WONG Tak Hing, Bill
整形外科 Plastic Surgery	何昭明 HO Chiu Ming
骨科及運動創傷學科 Orthopaedic Surgery & Sports Medicine	劉俊傑 LAU Chun Kit
骨科 Orthopaedic Surgery	俞江山 YU Kong San
耳鼻喉科 ENT	許由 HUI Yau

中醫臨床帶教指導門診

SOPD (Traditional Chinese Medicine-Clinical Instructors)

科別 Departments	導師 Instructors
腫瘤科 Oncology	吳萬垠 WU Wanyin

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

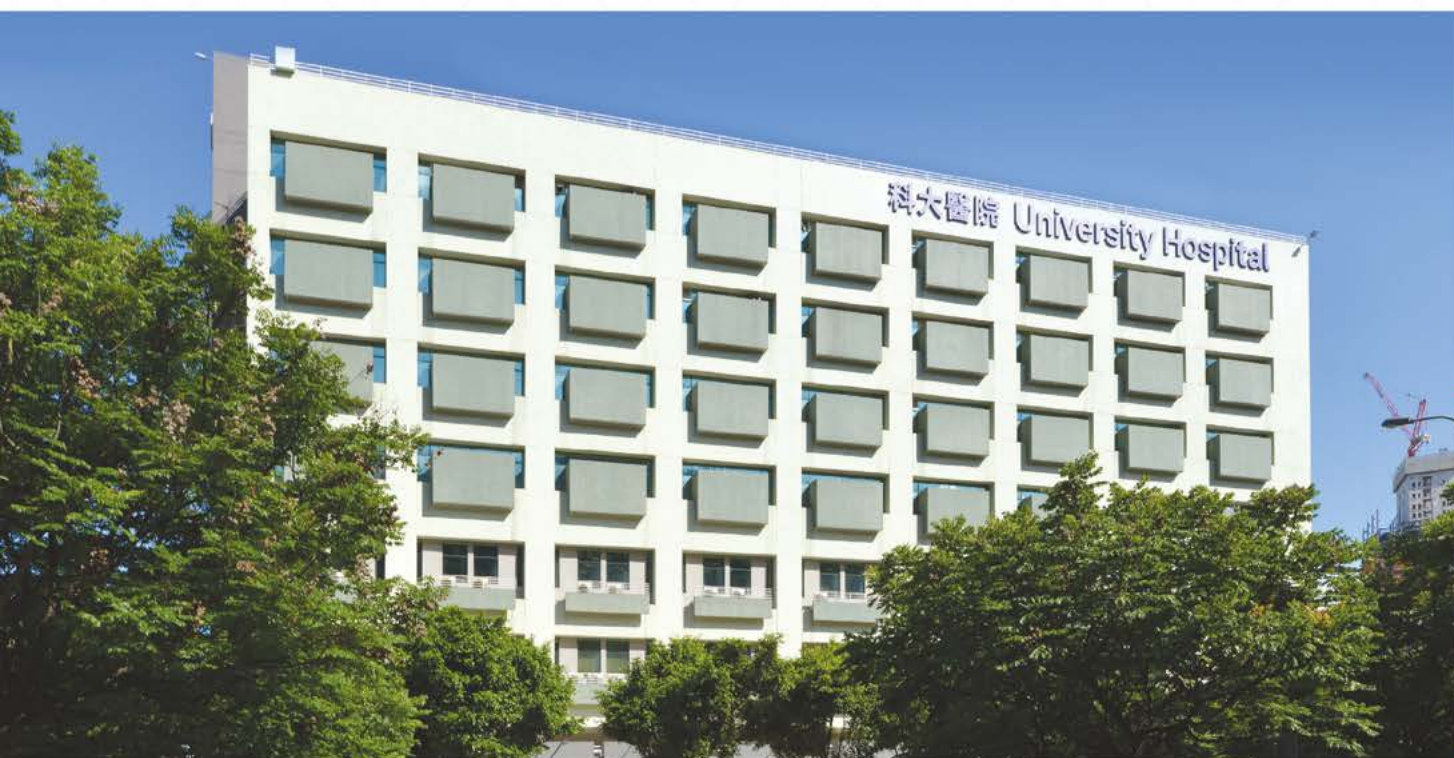


每小時一班

Every hour per departure

www.uh.org.mo





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
www.uh.org.mo

查詢 / 預約電話 Enquiry/Appointment: **(853) 2882 1838**
傳真 Fax: **(853) 2882 1788**
hospital_enquiry@must.edu.mo