



科大醫院
University Hospital

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

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

科大醫院
University Hospital

31 / 2019
免費取閱
FREE



2019
優生活
UHealth



目錄 CONTENT

	醫療專題 記憶力越來越差，是老化還是失智?	04
	外科醫生告訴您 認識急性腹痛	10
	婦康薈 當心宮外孕——孕婦的噩夢	12
	影像透視 認識蜂窩組織炎	14
	醫學分享 淺淡骨質疏鬆症	16
	護理分享 作為一位男護士的體會	18
	健康愛美麗 敷面膜，會過敏？急性接觸性皮炎你要知 食物過敏知多少？	22 24
	最愛小兒科 手足口病的認識及中醫的防治	28
	醫生醫心 「調理」才來找中醫？	30
	護理護您 預防慢性阻塞性肺疾病發病之護理	32
	中醫靚湯 急性腹瀉的中醫湯水調理	34



免費派發地點

科大醫院
仁德醫療中心
協同醫務所
新希望醫療中心
駱依芬產科醫務所
恆生醫療中心
宇晴醫療中心
偉氏醫療中心
澳門陽明物理治療中心
康礎物理治療中心
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

東南亞商業中心
建興隆商業中心
南通商業大廈
光輝商業中心
獲多利大廈
中土大廈
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
澳門明愛
驛站



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
電郵 Emai : hospital_enquiry@must.edu.mo

www.uh.org.mo

承印及編採 :

科大醫院
University Hospital

設計制作 :

數碼色彩廣告製作有限公司
DIGITAL COLOR ADVERTISING & PRODUCTION CO.LTD.



記憶力越來越差， 是老化還是失智？

陳太今年70歲，自從幾年前從公務人員的工作退休後，便和丈夫、兒子及媳婦一起居住，日常除了打理家務外，每天也會負責幫忙接送孫女上學。另外，每週還固定參加由政府開辦的長者粵曲歌詠班，過著休閒的退休生活。

近半年來，家人發現她常常忘記事情：例如，本來準備到街市買雞買魚，出門後卻空手而歸。早上才講過的話，中午、下午、晚上又向家人重覆講述一遍。又常常找不到東西，有一次竟然把手錶放在冰箱裡。在歌詠班中唱懷舊歌曲雖然問題不大，但學習新歌卻困難重重，以往練習幾遍便琅琅上口，現在無論練習了多少次，卻總是記不起歌詞。

起初大家不以為意，以為年紀大了，記憶力衰退實屬常態，可是最近更是每況愈下。幾個星期前，居住美國的姪女前來探望，大伙兒一起到拱北飲茶，大家有說有笑、閒話家常，幾天後陳太竟然問：「阿珍(姪女)今年何時回澳門？」歌詠班老師上星期才教導的新歌，這星期便忘記得一乾二淨，甚至完全沒有任何印象，亦可能因為如此，原本熱愛唱歌的她，逐漸失去興趣，最近更放棄了這個多年來的嗜好。

有好幾次，陳太竟然忘記去幼稚園接孫女回家，幸好老師及時致電家長。與此同時，家人也開始覺得她性情變得容易暴躁，本來個性溫和的她，現在常常一言不合便大發雷霆，更奇怪的是，她開始對人起疑。因為家中物品常找不到，便懷疑是打掃鐘點阿姨偷的，更不只一次因為懷疑鄰居移動她家門口的垃圾桶而引起爭執，最近甚至把矛頭指向七十多歲的先生，懷疑他有外遇，家中因此雞犬不寧。



科大醫院
劉子洋
神經內科醫生

記憶力比以前差，是正常老化還是失智？

陳太顯然是患有典型失智症的初期症狀；我們或許都曾有過這樣的經驗，突然忘記了某件事，但事後被提醒時會記起來。失智與正常老化的不同之處在於，像陳太一樣把事情(姪女曾來探望、剛學習過的歌曲)完全徹底忘記了，而且這種情況不會只是偶發而是持續的發生。人類大腦的體積，在青壯年時期達到高峰。隨著年齡增長，大腦體積會逐漸並極緩慢地減少，大腦內的神經元，包括神經傳導物品也會隨之減少。失智症患者大腦萎縮及退化的速度，則遠超過正常老化的步伐。因此老化是正常人必然經歷的過程，而失智卻是異常的病態性退化。



失智症初期警訊只有記憶力衰退嗎？ 失智症十大警訊不可不防！

以陳太為例，她除了 **記憶力退步** 外，也明顯出現 **功能減退**，即原本能勝任的事情現在已無法完成。例如學習新歌曲的能力已明顯不如從前，甚至無法達成。另外她 **情緒異常**、**人格改變**，情緒變得暴躁，個性變得多疑。加上陳太開始對原本熱愛的 **嗜好失去興趣**，**東西擺放錯亂**：把手錶錯放在冰箱裡，這些都是失智症常有的症狀。此外，其他失智症警訊包括 **言語表達出現問題**，例如說話時越來越想不起簡單的辭彙；**喪失對時間、地點的概念**，例如忘記年月，或在熟悉的環境忘記自己身在何處；**判斷力變差、警覺性降低**，例如在大熱天穿著厚重衣物，把月餅當作賀禮送到婚禮上。以上統稱為失智症十大警訊。可惜，部分患者因初期症狀較不明顯，往往容易被人忽略。

家中長輩患有「失智症」， 是不是和常常聽到的「阿茲海默症」一樣？

據統計，在65歲以上人口中，年齡每增長五年，失智症盛行率便上升約一倍。當中以退化性失智佔比率最高，而退化性失智中就以「阿茲海默症」最為常見。所謂「失智症」，泛指記憶力衰退或加上其他大腦思考能力下降，以致影響日常生活的一切症狀。它背後的原因十分廣泛，大家熟知的「阿茲海默症」只是其中最常見的一種。其他退化性失智症包括「額顳葉失智症」、「路易體失智症」、「柏金遜(巴金森)失智症」等等。另外，也可能是因為腦中風引起的（血管型失智症）或其他約佔失智症一成左右的可逆性原因；如維他命B12不足、甲狀腺機能異常、腦炎、藥物副作用或假性失智(憂鬱症，焦慮症)所導致。因此「失智症」不能直接與「阿茲海默症」劃上等號。

萬一自己或家人出現疑似失智的症狀時， 該怎麼辦？

失智症症狀錯綜複雜，背後的原因也十分廣泛。出現疑似症狀時應盡早就醫確立正確診斷，方能對症下藥。醫生會透過詳細的病史詢問，第一步先確立是正常老化還是真的失智。回顧目前所服用的藥物並驗血，以排除藥物(如安眠藥)或其他可逆性原因導致之可能。醫生也會觀察患者動作並進行身體評估，以排除柏金遜(巴金森)氏病及血管型失智。

接著，必須透過受過專業訓練的神經內科、精神科專科醫生或臨床心理師進行心智評估會談。常用的評估工具包括「簡易智能測驗 (Mini-Mental State Examination, MMSE)」、「認知功能障礙篩檢量表 (Cognitive Ability Screening Inventory, CASI)」、「臨床失智評估 (Clinical Dementia Rating, CDR)」及「神經精神行為評估表 (Neuropsychiatric Inventory, NPI)」等來客觀觀察以確立失智的嚴重程度。最後，所有疑似失智患者必須接受腦部影像掃描，以排除「血管型失智(無聲中風)」、水腦症、腫瘤等等。極少數更複雜的個案，可能還需要住院安排腦脊液檢查，方能確立診斷。





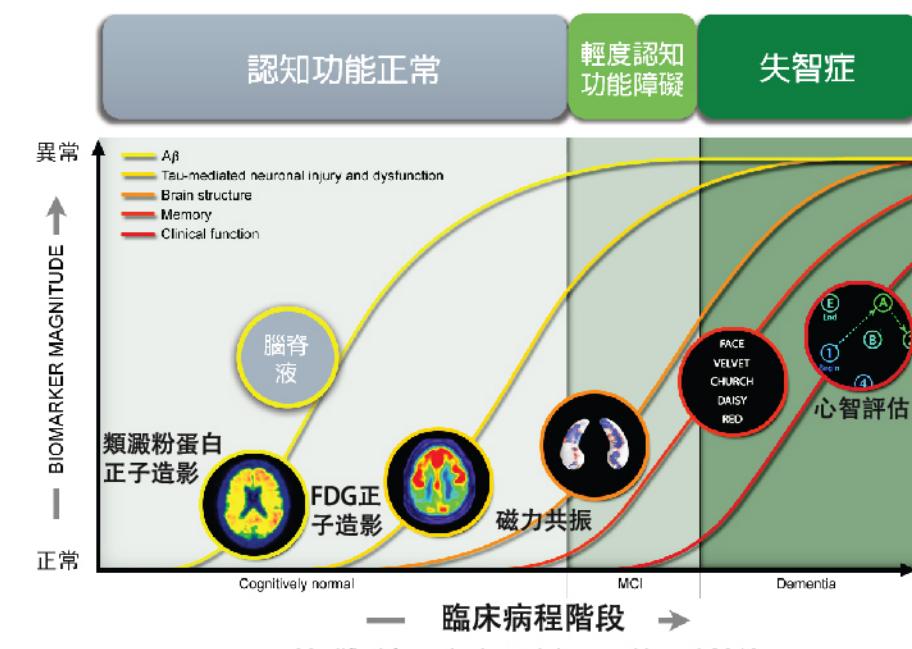
還正值中壯年，失智症好像離我還很遙遠，該何時開始預防失智症？

很多研究顯示，失智症患者大腦中的類澱粉蛋白堆積，早在病發前十幾二十年前就開始產生。一般的心智評估並無法在臨床症狀出現前檢測出失智症。然而，透過類澱粉蛋白正子造影或腦脊液檢查，可在認知功能尚正常時檢測出潛伏的類澱粉蛋白堆積。近年多篇在權威醫學期刊上發表的研究顯示，中壯年時期的運動量、體重、血壓、心智活躍程度，甚至飲食習慣，都與未來患上失智症的機率有直接關係，意味著失智症的種子早在中年時已萌生。

今年五月，世界衛生組織發表最新失智症預防指引，明確建議在認知功能還正常時，應透過運動、戒煙、減重、控制血壓、血糖、膽固醇等，及採用地中海型飲食(食用大量蔬菜水果、全穀、橄欖油，加上適量的魚、蛋及家禽類、少量紅肉及紅酒)，才能有效減少未來發生失智症的風險。

目前阿茲海默症有機會可以治癒嗎？

阿茲海默症成因目前尚屬未明。在醫學界普遍被專家公認的，是 β 型類澱粉(β -Amyloid)及tau蛋白假說。阿茲海默患者的大腦因過度堆積這兩種物質，分別產生老斑塊(senile plaques)及神經纖維糾結(neurofibrillary tangles)，造成神經細胞功能喪失及死亡。過去十多年來，不少大型研究，試圖利用可清除類澱粉蛋白的單株抗體(anti-amyloid antibodies)，來治療阿茲海默症。可惜這些為數不少、所費不菲的臨床實驗，雖然在第一、二期有不錯成果，卻在第三期宣告失敗，因此引起對類澱粉蛋白假說的各種質疑及爭論。至今雖然還沒有任何可治癒阿茲海默症的方法，但幾種國際上被核准的藥物，包括膽鹼酶抑制劑(cholinesterase inhibitors)及NMDA受體拮抗劑(NMDA receptor antagonists)，均可延緩認知功能退化，並改善臨床症狀。



認識急性腹痛

Acute Abdominalgia

腹痛就是肚子痛，伴隨每個人的成長，幾乎是人人都曾經感受過的身體痛苦。但千萬不要小看急性腹痛，有些腹痛如果診斷不及時或處理不當將產生嚴重後果，甚至可能危及患者生命，因此對突然發生的腹痛千萬不能掉以輕心，要及時去醫院看病。

急性腹痛 (Acute Abdominalgia) 具有發病急、變化快、病情重的特點，是急診患者最常見的情況之一。根據相關文獻報導，急診患者中約30%是以腹痛為主訴的病徵，約25%的急性腹痛需要緊急處理。大約有15%~40%的人曾患上腹痛，其中比較嚴重的疾病引起的腹痛約占所有腹痛的50%以上。以下將會就急性腹痛作簡單的概述。

由於神經分佈的不同，引起腹痛的機制也有差異，醫學上將它們大致分為三種：內臟痛、體性痛和牽涉痛。

內臟痛

特點是鈍痛或絞痛，深而粗濶，定位模糊、不準確，定位在病變內臟周圍，能感到內臟本身疼痛，而且所傳遞的疼痛性質相似，不伴隨皮膚過敏症狀。

體性痛

特點是其性質呈針刺樣的尖銳痛；疼痛呈持續性，定位準確，與內臟病變所在部位相符合，常伴有明確恆定的局部壓痛和腹肌強直。

牽涉痛

也稱感應性疼痛，是來自內臟神經纖維的衝動在脊髓中擴散至相應的脊神經所致。表現為腹內某臟器遭受刺激後，卻在體表產生遠離病變臟器的部位疼痛。其特點為疼痛部位與疾病器官有一定距離，符合神經節段性分佈。

根據病變性質，急性腹痛又可分為：

- 炎症性腹痛：腹痛+發熱+壓痛或腹肌緊張。
常見疾病包括：急性闌尾炎、急性膽囊炎、急性胰腺炎、急性盆腔炎等；
- 臟器穿孔性腹痛：突發持續性腹痛+腹膜刺激征+氣腹。
常見疾病包括：胃十二指腸潰瘍穿孔、傷害腸穿孔；
- 梗阻性腹痛：陣發性腹痛+嘔吐+腹脹+排泄障礙。
常見疾病包括：肝內膽管結石、腸梗阻、腸套疊等；
- 出血性腹痛：腹痛+隱性出血或顯性出血(嘔血、便血、血尿)+失血性休克。
常見疾病包括：膽道出血、異位妊娠破裂等；
- 缺血性腹痛：持續腹痛 + 隨缺血壞死而出現的腹膜刺激征。
常見疾病包括：腸系膜動脈栓塞症，卵巢囊腫蒂扭轉等；
- 損傷性腹痛：外傷 + 腹痛 + 腹膜炎或內出血表現；
- 功能紊亂性或其他疾病所致腹痛：腹痛無明確定位 + 精神因素 + 全身性疾病。

急性腹痛的診治

首先，要做全面體格檢查：包括體溫、脈搏、呼吸、血壓、面色、面部表情、體位、皮膚、腹股溝、直腸和陰道以及心肺、四肢、脊柱、神經系統檢查，均有助於鑑別診斷。其次就是腹部檢查，醫生需要做到「望，觸，叩，聽」。

望：望就是看，看是否有手術切口疤痕、皮疹、淤斑、包塊、外傷痕跡等，還應注意腹部運動情況，檢查是否有全腹膨脹、不對稱膨隆、胃腸型等。

觸：先觸不痛處，最後觸診最疼痛部位，檢查疼痛部位範圍、程度。

叩：像麻痹性腸梗阻、胃擴張時呈鼓音，胃腸穿孔時肝濁音縮小或消失，腹腔內臟破裂或有炎性滲出物是否為移動性濁音陽性等。

聽：就是聽腸鳴音、腸鳴音亢進、有氣過水聲及金屬音提示機械性腸梗阻；腸鳴音減弱或消失提示腸麻痹或腸壞死。

詳細地詢問病人病史，對於判斷急性腹痛患者的病因也非常有用。再根據病人的病史及體格檢查，選擇必要性輔助檢查以確立病因。常用的像血常規、尿常規、X線、CT、超聲波、心電圖、磁力共振等，必須儘快確立診斷才能進行有效的治療。

最後需要提醒的是：出現急性腹痛一定不能自我判斷病情，須前往大型正規醫院進行診治，如科大醫院這樣的大型綜合醫院，由經驗豐富的醫生才能夠迅速準確地判斷病情，並提供適當的診治方式，讓您儘早康復。





宮外孕—孕婦的噩夢

個案分享

當月經該來的時候卻不見蹤影，Amy細細沉思過後，決定到藥店購買驗孕棒，進行自我驗孕檢測，結果發現懷孕時便非常開心，因為和丈夫結婚已經兩年了，努力懷孕卻一直沒有好消息，幸好在心灰意冷之時，迎來了這個好消息。

次日，Amy到醫院檢查，醫生告訴她確實懷孕了，建議她先做個醫學超音波檢查（B超檢查），確定胚胎著床位置是否正常，但她的家人認為沒有需要，擔心進行B超檢查會影響寶寶的發育，打算懷孕三個月後再做產前檢查。

殊不知過了兩個星期，Amy突然發現陰道有少量出血，之後伴隨嚴重腹痛、面色蒼白、頭暈眼花、大汗淋漓的情況，丈夫馬上送院急救，幸好經醫生緊急進行手術後，總算保住了生命。

醫生告知Amy，這是「宮外孕」，即破裂腹腔內出血，伴隨失血性休克。手術中，不得已需要切除病側輸卵管才能止血，並須即時進行大量輸血，才能及時保住了Amy的性命。醫生告知，要是能於早期發現宮外孕，就可以早點處理，很大機會不需要進行手術，即使要做手術，也不一定需要切除輸卵管，也不需因失血過多導致要輸血保命。但Amy百般不得其解：為何會發生宮外孕？

宮外孕成因

宮外孕是指精子與卵子相遇後形成受精卵，當受精卵沒有按規定時間到達子宮腔——即胚胎正確的著床位置裡孵育，而是在子宮腔以外的地方著床。

而子宮肌層較厚，分為三層：內層肌纖維環形排列、中層肌纖維交叉排列、外層肌纖維縱行排列；妊娠後肌纖維增生、子宮壁增厚，所以一般能夠在懷孕後逐漸增大，維持到胎兒足月。

宮外孕約有80%的機會，會在輸卵管內著床，開始時還可以安營紮寨，受孕的那側輸卵管還拼命增加更多血管，企圖「取代」子宮腔的「地位」孵育胚胎，但隨著孕周逐漸增長，薄薄細細的輸卵管不像子宮肌肉層般有伸縮性，一般到了停經7-8周時，病側輸卵管終於撐不住了，就會發生輸卵管妊娠流產或破裂，本來要供血給胚胎的大量血管破裂出血，血液就會全都充斥在肚裡，產生腹腔內出血的情況，此時孕婦會出現腹痛的情況，當出血量達到一定流量時，就會出現持續劇烈腹痛及失血性休克，還有部分胚胎著床在子宮角、卵巢、子宮頸、腹腔等位置。

注意事項

如之前有剖腹產史的孕婦，需要特別注意胚胎會否著床於子宮疤痕裡面。另外，隨著助孕技術水準的提高，愈來愈多人接受體外人工受孕來幫助生育，但卻不知道原來體外人工受孕也有可能出現宮外孕。另外，據現有科學文獻報導，未發現超聲波診斷檢查的劑量及時間會對胚胎造成不可逆的傷害，故此必須實行必要的身體檢查。

經過醫生以上解釋，Amy終於明白了，並接受了醫生的建議；先安心養好身體，知道下次準備懷孕之前應要做好檢查，當沒有做好避孕措施又出現月經不正常的情況時，要注意排除妊娠，一旦確定懷孕，必須儘快前往醫院進行婦科檢查，聽從醫生建議才能及時排除宮外孕的可能性。



科大醫院
馮鈞曉
婦產科醫生

什麼是蜂窩組織炎？

蜂窩組織炎是骨骼肌肉系統最常見的感染性病變，最常發生的位置是下肢(腿、腳)。

皮膚是阻擋微生物入侵的天然屏障，當皮膚的屏障功能出現漏洞，微生物易侵入皮膚底下的組織，進一步引起炎症反應。

如果皮膚發炎侵犯到皮下脂肪層，就稱為「蜂窩組織炎」。主要症狀表現為紅、腫、熱、痛(指在感染位置局部皮膚發紅不褪、腫脹、摸起來局部發熱以及持續性疼痛)。一般根據臨床徵象可作診斷，通常患者服用幾天抗生素後就有改善。

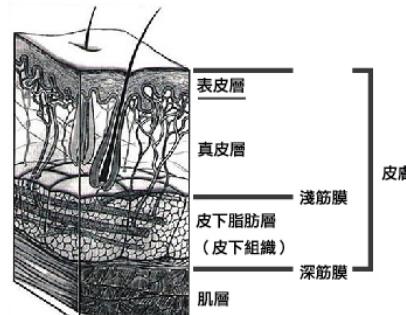
但醫生為什麼也會安排超聲波或磁力共振檢查呢？

明確感染深度

正常皮膚可分為表皮、真皮及皮下組織。超聲下，表皮及真皮層難以區分，一般合稱為表皮真皮層；在這一層的下方，是一層較為高回聲(即較亮的)的淺筋膜；再下一層為皮下脂肪層；然後是一層較為高回聲的深筋膜，深筋膜的再下方則為肌層。

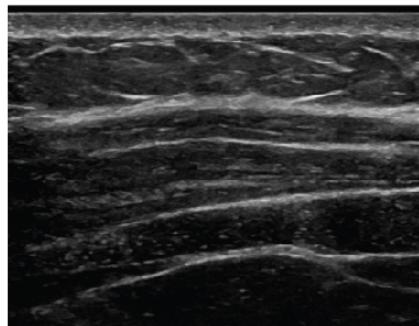
當炎症僅局限於表皮及真皮層和皮下脂肪層，稱為蜂窩組織炎。超聲表現為「鵝卵石樣」特徵，這是由於炎症導致皮膚、筋膜周圍積液、皮下組織水腫和脂肪小葉隔膜分隔所致。

嚴重蜂窩組織炎，若侵犯到皮膚深部達到或突破深筋膜，造成壞死性筋膜炎，則很容易感染肌層，可造成軟組織壞死。嚴重之軟組織感染，可引發敗血症造成死亡，故此需要外科及早介入，進行相應手術切掉壞死組織。



皮膚解剖示意圖

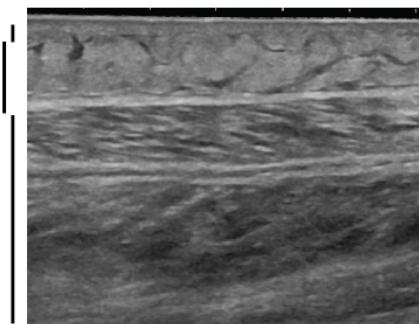
正常皮膚及肌層的超聲表現



層次分明，紋理清晰

表皮及真皮層
皮下脂肪層
肌層

蜂窩組織炎超聲表現



淺筋膜模糊，皮下脂肪層表現為
「鵝卵石樣」特徵，深筋膜尚清晰分明。



排除膿腫形成的可能

若感染位置已經化膿，需要用切開或針抽等方式引流膿腫，並將分泌物進行細菌培養，依據細菌培養的結果，選擇最適當的抗生素治療。

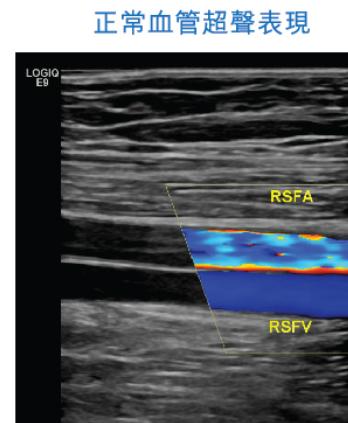
膿腫形成的超聲表現：

皮下脂肪層團塊影，內見不均質碎屑，後方回聲增強。

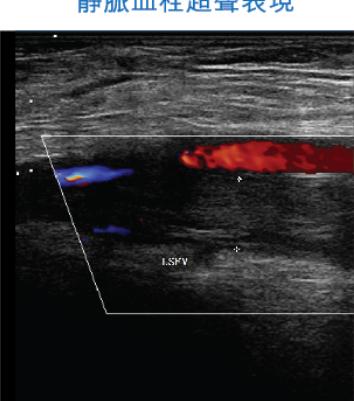
其他疾病的鑑別，尤其是深靜脈血栓(DVT)

下肢深靜脈血栓形成，影響下肢靜脈回流，亦可導致下肢腫脹。

而且，下肢深靜脈血栓，可發生血栓脫落，導致肺栓塞，可危及生命，故而需予以鑑別。



血流信號充盈良好



血管增寬，血管腔內見
低回聲填充，血流信號充盈缺損

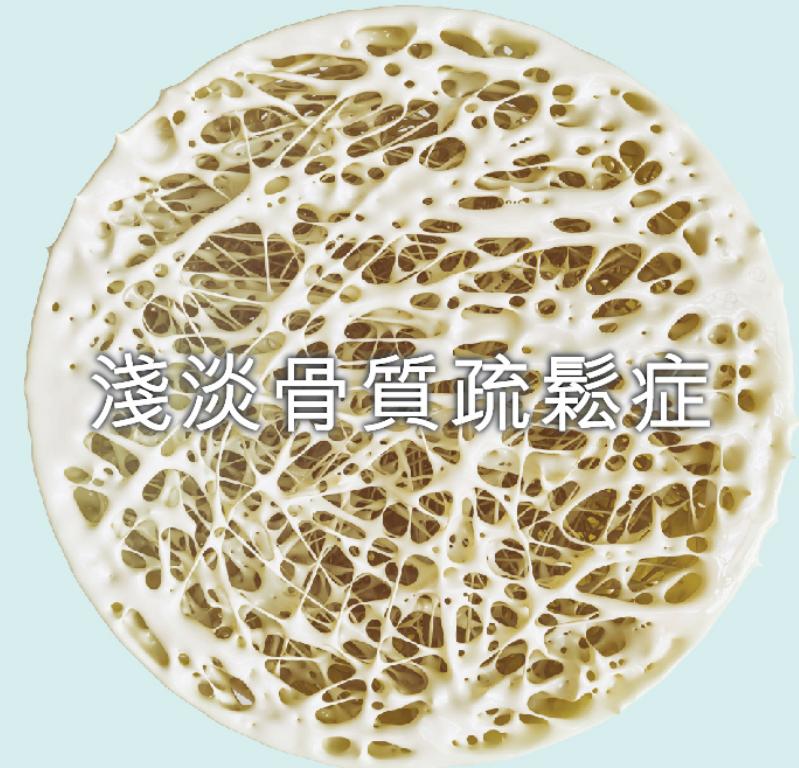
正常血管超聲表現

靜脈血栓超聲表現

什麼人容易患蜂窩組織炎呢？



科大醫院
周慧盈
影像科醫生



淺淡骨質疏鬆症

「骨質疏鬆症」，主要是鈣質從骨骼組織中流失所導致的疾病。因為骨質嚴重減少，使得骨骼疏鬆、變脆，因而容易骨折，好發於人體中的脊椎骨、股骨及腕骨。中醫病因：骨質疏鬆與中醫的骨癟相似，中醫認為是氣血不足，長期過度勞動，或大病後引起精氣虧損，使得骨枯髓減；它的病理轉機主要與腎虛有關，因中醫講腎主骨；腎虛則骨不壯、筋不強，所以骨質疏鬆易骨折，腎虛則腰痛，而骨質疏鬆臨床症狀以腰痛為主，病因也與腎虛有關。

骨質疏鬆症有哪些症狀？

骨質疏鬆症患者通常查覺不出任何症狀，等到發生骨折時才知道是骨質疏鬆症所引起，所以這個疾病是「無聲無息的流行病」。一般常見的症狀為發生骨折時的疼痛、腰酸背痛、行動不便、駝背和脊椎或關節變形等。

哪些人是骨質疏鬆症的高危險群？

引起骨質疏鬆症的高危險群包括：停經期提早來臨的女性、長期鈣質攝取量不足者、長期坐辦公桌的人、體重過輕者、吸煙者、過量飲酒、咖啡及茶、遺傳因素及種族差異等。

如何得知是否患上骨質疏鬆症？

一般等X光診斷出有骨質疏鬆症時，病情往往已發展至後期，因此需定期利用「骨質密度測定儀」測定骨質密度，尤其是上述的高危險群更應該注意，以便及早發現、及早治療，減低骨折發生率。

如何治療？

01 藥物治療



中西醫學理論雖然不同，但對治療皆有不錯之效果，可以互相配合應用，常用的西藥有維生素D、鈣片等，至於中醫的治療多由「補腎」著手，常用的藥物有熟地、山萸肉、何首烏、枸杞子、龜板、杜仲、巴戟天、淫羊藿、山藥、胡桃肉、淮牛膝、鹿角膠等，常用的中藥方劑有：加味青娥丸、龜鹿二仙膠等。

02 補充足夠鈣質



鈣是骨頭的主要成份，人體無法自行合成鈣質所以全部依賴由食物中獲得。例如牛奶、菠菜等均含有鈣質，若不足可考慮服用鈣片。大多數人長期服用鈣片並不會有不良反應，但有腎功能不良、腎結石或腎結石家族史的人，在服用鈣片前最好先詢問醫師。

03 適當的日曬



陽光可使人體自行合成維他命D，加強鈣的吸收。

04 足夠的運動



適當的運動有益於肌肉與骨骼的健康，可增進肌肉的張力及骨骼的耐受力，這些運動包括步行、跑步、球類運動。

預防保健

即使上了年紀，改變生活方式且注意鈣質的補充，同樣能減少骨質疏鬆症的繼續惡化。對於骨質疏鬆症患者，需加強避免因跌倒而骨折，並且骨質疏鬆症患者多半年紀較年長。因此，需特別注意家中樓梯、地板、浴室等具潛在危險性的設施。



科大醫院
梁國威
骨傷科醫生

作為一位男護士 的體會

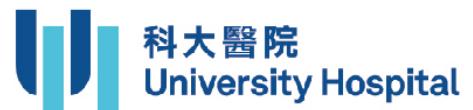
每當大家提起護士，絕大部分人首先都會聯想起一身白衣、溫柔親切的女性形象，甚至會有人默認，這是個只有女性才會從事的職業。隨著時代的轉變，社會的認知和包容度不斷提高，這個既定的固有觀念才慢慢開始得以改變，也愈來愈多人開始接受男護士的出現。

在大學的時候，當時一個年級有兩班，每班60人，其中每班大概只有10個男生，相對上人數比例較少。其後有一段時間我開始在婦產科進行實習，因為照顧的對象只有女性，尤其特別在照顧對象的丈夫也在場的時候，我會特別緊張。當時我向老師請教，她說：「不管是男護士或者是女護士，在我們眼前只有病患，工作可沒有男女之分，難道女護士照顧男病患就不會尷尬嗎？」老師的一句話令我茅塞頓開，慢慢便沒有這種尷尬的感覺了。

在手術室工作的3年間，每天要細緻地考慮每一個步驟，從而配合好醫生為病人約定的手術，以最規範的操作做好術前的準備，以最快的速度把醫生需要的工具遞上，在這個工作環境下，男護士的體力需求便為重要，比如有時一台手術需時要5到6個小時，體力便自然成了基本需要。當手術中的節奏是非常快速的，全程需要聚精會神地看著手術台上的器械、不能吃飯、不能喝水、不能休息，對體力而言是極大的考驗，為了確保病人的安全，這是不能鬆懈的。

隨著社會和護理學專業發展，男護士在護理工作發揮也變得愈來愈重要，他們具備身壯力強、吃苦耐勞的體力優勢，在醫院發揮著不可或缺的作用。希望在未來的日子，可以在醫院內看到有更多的男護士的身影。





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

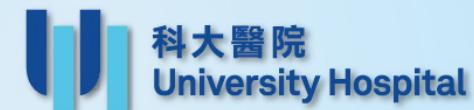


面部輪廓塑形：V字臉、高挺鼻子、改善鼻形、豐唇、蘋果肌及下巴等
Facial contouring V-face, nose sculpting, cheek and lip augmentation, face lifting

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



「踢走汗味」 miraDry 幫到您



腋下多汗困擾不少人，炎炎夏日，大汗淋漓，返到辦公室，不敢抬高雙手，皆因腋下「重災區」有一大片汗漬，而且發出異味，嚴重影響社交生活及人際關係！

想「叮走」汗漬、汗味，miraDry嶄新的技術幫到您！miraDry運用微波能量向真皮發射熱能，使汗腺萎縮，可以在短時間內解決多汗症及「臭弧」的問題，讓您輕輕鬆鬆與夏天擁抱！

安全 持久 不留疤

miraDry

微波療程的好處

FDA認可

miraDry是獲美國食品藥物管理局批准的療程，並且經過臨床驗證，可以大大減少腋下汗水。

無需開刀

嶄新微波能量儀器帶來非入侵性治療技術，無須開刀，因此亦不會產生任何疤痕。

快速持久

治療過程只需一小時，汗腺被消滅後不會再生，效果持久！

安全有效

療程無需使用任何化學物質或毒素，顯著地解決汗腺分泌問題，從此無後顧之憂。

如欲瞭解更多及進行預約，歡迎致電+853 2882 1838。

敷面膜，會過敏？ 急性接觸性皮炎你要知



個案分享

A小姐昨晚試用新買的面膜，20分鐘後就洗掉，清洗的當下面部出現了幾坨淡紅斑疹，她不以為然。第二天，A小姐發現全臉出現紅腫，也開始長出小疹子、伴有一些細小水泡，而曾敷過面膜的部位更是異常滾燙及痕癢。A小姐很緊張，立刻前來醫院找我。其實A小姐所患的，是面膜所引起的「急性接觸性皮炎」。

急性接觸性皮炎定義

起病較急，一般接觸致敏物質後會立刻或24小時內呈現。輕症者的接觸部位會出現邊界清楚的紅斑；並呈現淡紅或鮮紅色，或是出現密集分佈的針尖大丘疹。重症者紅斑腫脹明顯，並出現丘疹、水皰、大皰；皰壁緊張、內容清澈，水皰破後呈糜爛面，有滲液、結痂，亦可發生潰瘍及表皮壞死脫落。

急性接觸性皮炎症狀

皮損發生的部位及範圍，與接觸物的接觸部位一致，其邊界清楚，皮損多發生於身體的暴露部位。從總體上，皮疹形態為單一性的，並以炎症性水腫較為突出，皮損中央重、邊緣輕，自覺症狀為痕癢、灼燒感、脹痛感，但全身症狀輕。

接觸性皮炎注意事項

若用藥不當或治療不及時，可使病程延誤而發生自敏性皮炎。接觸性皮炎其病程具有自限性，當去除接觸物並進行相應的處理，病變在1-2周內即能痊癒。但治療之後，會呈現暫時性的局部色素沉殿，若再次接觸過敏物質時，仍會復發，請謹記如果反覆接觸或處理不當，則可能轉變為亞急性或慢性接觸性皮炎。

預防方法

所謂預防勝於治療，在此提醒各位讀者，選購新產品時，尤其是面膜、護膚品、化妝品或其他會接觸皮膚的用品時，記得先塗抹少許在耳後皮膚或臉頰，份量大約是綠豆大小、或約1元硬幣大小的範圍；在臉部，每晚一次，連續塗抹及觀察三晚，檢查自己有否出現紅、腫、熱、痛、癢、脫皮等過敏反應，如果有，應該立即以洗臉乳清洗局部皮膚，不適症狀會在短期內消除；如果沒有以上各種過敏反應，就可以安全使用了。若真的不幸出現了而無法解除因護膚品、化妝品而出現的過敏反應，便應儘早求醫，以免延誤病情。



科大醫院
陳思遠
皮膚科醫生

食物過敏知多少？

有沒有試過吃完某些食物後，眼腫、呼吸不順，全身痕癢不已？

如何分辨是否有食物過敏？患有食物過敏莫非唯有「戒、戒、戒」？

什麼是食物過敏？

當身體內免疫系統誤以為個別食物中的蛋白質是敵人，從而在突發而短暫時間啓動保護機制及發動攻擊，亦令身體出現不同程度的過敏反應，如流鼻水、痕癢、蕁麻疹（俗稱「風癩」）、嘔吐，嚴重時或會出現氣喘及血壓下降，甚至致命。同時這些過敏反應是重覆性的，即是每次進食相同的食物時，身體都會出現相同徵狀。由於它最容易發生在嬰幼兒身上，常造成父母餵養的困擾，既害怕小孩吃這個也癢，吃那個也癢，又擔心小朋友什麼都不能吃，會導致營養不良。

常見的食物致敏原？

近九成過敏反應個案，由以下幾款常見食物致敏原導致：



如何診斷患有食物過敏症？

食物過敏症有什麼治療方法？

如懷疑自己有食物過敏症，建議求診者可以先準備一份詳細的食物及症狀日記，以便讓醫生及營養師了解進食後反應，並可透過接受皮膚點刺測試或血液測試（特定免疫球蛋白E值），確認是否患有食物過敏症。



科大醫院
陳麗愉
營養師

如何預防食物過敏？

1. 禁吃會引起過敏的食物。
2. 避免進食不新鮮的魚類食品、海產，因為會大量產生組織胺，促成過敏反應。不只是有過敏體質的人會過敏，健康的人也會因為不新鮮的海產而造成過敏；
3. 如果已產生過敏反應時，更要了解發生過敏的原因，以預防再度發生；
4. 想嘗試進食過去未曾吃過的食物時，請先閱讀食物標示，看看有沒有會引起過敏的成份，如：對蛋會過敏的人，您可能會忽略有些餅乾、雪糕、油炸粉中也有蛋的成份，所以要詳讀成份標示。
5. 六歲以下的幼童約有1%-3%對食物過敏，尤其是嬰幼兒最多。

▲對牛奶過敏的嬰兒，最好以母乳哺餵。哺育母乳時，母親宜忌食家族中已證實會造成過敏的食物。若無法哺餵母乳，則改喝豆粉製成的兒奶粉，也可在營養師指導下選用低過敏原的配方奶粉。

▲副食品也建議從寶寶六個月以後再添加；每餵食一種新的食物，都應注意寶寶有否出現過敏的情況。如果有，應立即停止餵食，並請醫師診治及指導。若果正常，三、五天後才可換另一種新的食物。切記一週內不可增加超過一種新食物，如果加上一種新食物後，症狀復發，那至少一年內不可以再食用。

有食物過敏的兒童，其過敏情況會否隨成長而消失呢？需視乎不同的致敏原。若他們對小麥、雞蛋、大豆過敏，大多數在他們兩歲後，過敏反應會慢慢消失，但若對魚或花生過敏，則不會因年紀增長而減退。

食物過敏與食物不耐症的分別？

此外，不少人會將食物過敏與食物不耐症混淆，前者是每次吃下含致敏原的食物都會出現過敏反應，反應一般於2小時內出現。後者的反應則時有時無，亦要進食較多分量或次數頻密才感到不適。例如有些人吃大量蝦蟹會皮膚痕癢，但吃XO醬或蝦片則無恙，這情況一般不是過敏，而是食物不耐。

坊間更有一些身體檢查，稱可以化驗血液中IgG蛋白水平，並指出如果水平超標，便代表有食物過敏或不耐，其實這說法並不正確。世界各地的過敏醫學組織已作出有關建議：不要以IgG作為過敏測試及確診過敏症的工具。

IgG水平並不代表食物過敏，在一般情況下，身體會對所有外來的蛋白質製造IgG，但這不代表身體對該蛋白有過敏或不耐的反應。IgG的水平與平日的進食量甚有關係，一般進食得愈多水平會愈高。因此，切忌將「過敏測試報告」盲目視作「飲食指南」。

科大醫院營養科關心您



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。

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。

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。

0.0



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。

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



KNOWLEDGE
KNOWS NO
BOUNDS
學海無涯



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



The International School of Macao is a vibrant and rapidly growing school with over 1300 students representing 40 different countries. TIS offers a well-rounded and developmentally appropriate curriculum for students in Pre Kindergarten to Grade 12, culminating to Alberta High School Diploma and the International Baccalaureate Diploma recognised by universities all over the world.

For more information, visit our website:
<http://www.tis.edu.mo>

Alberta
Accredited
International School
Canada

手足口病的認識 及中醫的防治

手足口病是一種常見及輕微的傳染病。可由多種的腸病毒引致，例如柯薩奇病毒和EV71型腸病毒。常見於夏天及初秋時分，潛伏期約三至七天。本病主要是透過患者的排泄物及呼吸道的飛沫或玩具等直接接觸傳染；如果接觸患者穿破了水泡亦能感染此病。本病主要發生在五歲以下的幼童身上，由於傳染性頗高，所以很容易在幼稚園及幼兒中心造成爆發性傳染。

手足口病患者在病發初期有點像感冒，病者可能會連續發燒幾天，手、腳會出現水泡或無痛的紅疹，口腔內及舌旁會有疼痛的潰瘍，因而影響食欲。這些水泡及紅疹通常會在7-10天內消退，部分嚴重的患兒會出現腦部和心臟的併發症。

一般來說，病者會在病發後一星期左右，隨著水泡、紅疹、潰瘍消失及退熱而自動痊癒。為了防範併發症，假若病者情況惡化、活力不佳或發高燒，家長應攜同子女儘速就醫，同時在接觸患有手足口病的病人後，要立刻清洗雙手。



手足口病是一種傳染病

- 如能做到以下幾點的預防方法便能減少本病的發生及傳播：



手足口病屬於中醫「溫病」範疇，濕熱疫毒經口鼻而入，發於手足，上熏口咽、外透肌膚，發為皰疹，並見發熱、倦怠、噁心、便祕等症狀；或邪毒內陷，出現高熱、抖動、肢體痠軟，甚至發生喘、脫，危及生命。嬰幼兒為稚陰稚陽之體，感受疫毒後，病情變化迅速，宜早發現，早治療，防變證。

初期以發熱惡風、咽紅咽痛、鼻塞流涕、煩躁不安、噁心嘔吐、大便不調（或乾或稀）、舌紅、苔白微膩、脈浮數而滑為主證。治宜疏風清熱、利濕解毒，常選甘露消毒丹。

邪盛極期以發熱1~2天後手足口發疹，內含混濁液體，伴有疼痛拒食、流涎、煩躁不安、小便黃、舌質紅、苔黃膩為主證。治宜清熱解毒、燥濕涼營透疹，常選連樸飲合化斑湯。

邪減正複期以熱退、口腔潰瘍漸癒合、手足皰疹逐漸干縮為主證。治宜清解餘邪，常選千金葷莖湯。



科大醫院
陳健成
中醫生

「調理」才來找中醫？

在不少現代人眼中，中國醫學是「調理」、「治療慢性病」、「起效比較慢」的治療手段，其實自古以來中醫在急慢性疾病的預防及治療中一直發揮著巨大的作用，其中在急性病，例如高熱、急性感冒、咳嗽、喘證、頭痛、胃痛、腰腿痛等的中醫治療往往達到不錯的效果。

在古代，疾病無論輕重緩急，中醫是主要的診療手段，所以從漫長的中醫藥發展中，醫者們積累了大量治療急重症的經驗，從古代著作或一些史料中也有不少中醫對急重症的治療記錄。

如中醫四大經典之一，東晉時期所著的《傷寒雜病論》中的「傷寒」，即為現代所說的「外感時令」，即流行之急性傳染病之總稱，書中所提出為外感疾病的辨證方法和方劑，也為現時的中醫臨床各科提供了辨證論治的規範。另，東晉時期葛洪所著的《肘後救急方》是我國首部急救的代表作之一，記述了各種急性病症或某些慢性病急性發作的治療方藥、針灸、外治等方法，亦對個別病的病因、症狀等作出描述，其中對天花、恙蟲病、腳氣病以及恙蟎等的描述都屬於首創。

而我國科學家屠呦呦因研發出能治瘧疾的青蒿素而獲得諾貝爾獎，其中提煉青蒿素的過程中就受到了《肘後救急方》其中治療瘧疾方「青蒿一握，以水二升漬，絞取汁，盡服之。」所啟發。

中醫對急性病的治療方法多樣，除方藥外，還有針刺、穴位按壓、艾灸、刮痧、拔火罐、嗅鼻及催吐等方法，其中有些方法時至今日仍有獨特的應用價值，其中以針灸的最為人熟知，在此簡述高熱、哮喘發作、急性腰痛三個常見急性病的有效針灸方法。

古代稱放血療法為「刺絡」，其中一作用為瀉火解毒，調和陰陽，能達到退熱效果。

高熱：體溫等於或超過 39°C 的一種急性症狀。針刺治療多用於治療感冒、急性扁桃體炎、急性胃腸炎、急性乳腺炎及急性菌痢等引起的高熱，效果良好。

針灸可在耳尖放血；用針頭在耳尖處點刺，擠壓出數滴血液；另也可在大椎穴點刺後拔罐5分鐘，放血5-10ml。

急性哮喘發作

支氣管哮喘是很常見的發作性肺部過敏性疾病。哮喘的針灸相關治療法有很多，如穴位敷藥（大家熟知的三伏天灸、三九天灸）、穴位埋線等。治療不僅能有效控制急性發作，且可以預防復發。

主要針刺魚際、肺俞、大椎、定喘、列缺穴，而在背部穴位（如肺俞、大椎、定喘穴）針刺後加上艾灸溫針，效果更加理想。

哮喘發病緊急時，可用手指按壓天突穴，刺激這個穴位，可宣通肺氣、化痰止咳，另熱敷此穴位，也可達到一定治療作用。

急性腰痛

急性腰痛有多種原因，其中急性腰扭傷最為多見，由於姿勢不當、搬運重物、或腰部活動過度而導致腰部疼痛劇烈、彎伸、轉側不利。腰痛屬於針灸最常見的主治病證之一。

腰部損傷，常使傷及脊椎的督脈及脊椎兩側的膀胱經，使經氣痹阻而出疼痛，此時可用針刺督脈的人中穴，病者同時持續活動腰部；另外同在委中穴放血，可疏經氣，通瘀滯；往往針刺或放血後能收立竿見影之效。

陳飛燕中醫生提醒大家，當出現不適症狀，均需及時就診，由醫生提供或建議適切的治療，才是治療任何慢性或急性疾病的最好時機。



預防

慢性阻塞性肺疾病 發病之護理



科大醫院
黃 靖
護士

慢性阻塞性肺疾病

(Chronic obstructive pulmonary disease, 下文簡稱COPD)

是一種呼吸道狹窄造成吸氣時受阻、呼吸功能缺損的疾病，病因多由長期吸煙、空氣污染等病因引致，患者有咳嗽、痰多、氣喘等症狀，此疾病無法透過藥物治療而康復或根治，而且還有漸進性惡化可能的特質。世界衛生組織(WHO)推算，到了2030年，慢性阻塞性肺病將晉升為全球第三大死因。而當COPD患者發生咳嗽氣喘加重，咳痰量增加、或痰變膿性症狀中的其中一項明顯加重並且持續24小時以上，則可定義為**慢性阻塞性肺疾病急性惡化**(acute exacerbation of chronic obstructive pulmonary disease, 下文簡稱為 AECOPD)。

AECOPD發病主要因為COPD患者呼吸道受細菌或病毒感染所引起，患者在短時間內咳嗽氣促加重、咳痰量增加甚至痰液呈膿性狀，隨著受細菌感染亦有可能出現發熱及合併性肺炎。治療方案一般為使用抗生素、支氣管擴張劑及氧療等，若病程進一步惡化引致呼吸衰竭的患者，更需要進行機械通氣以輔助呼吸，死亡率增高。

此病不但使患者承受身體上不適的痛苦，更會影響患者的生活質量、家人照護及經濟上的負擔，故COPD患者日常**預防急性發作是首要重點**：



戒煙

吸煙損傷肺部組織，也使肺部修復能力受損，影響肺功能，故患者應停止吸煙。



衛生

避免接觸感冒患者及前往人多擠逼的地方，必要時配戴口罩，勤潔手，減低感染風險。



合理用藥

按醫生處方合理使用平日長效氣管擴張吸入劑(長線控制)，遇上急性發作氣喘時使用處方短效氣管擴張吸入劑(急救藥物)，若用藥後未能平喘亦忌自行多次噴用，應立即求醫。

若使用含類固醇藥物的吸入劑，於使用後應漱口，因藥物殘留口腔內有機會使免疫力下降，造成白色念珠菌感染形成鵝口瘡。

若AECOPD發作時需使用抗生素，應遵醫囑服用，勿自行停藥或長期服用，避免菌群失調，口服磺胺類藥物後應多飲水，以免尿液形成結晶。

必要時按醫生處方使用家居霧化機器吸入平喘及排痰藥物，有效保持呼吸道通暢。



飲食

避免進食容易產氣的食物，減少腹脹，可進食高纖維食物，避免因排便困難時耗氧量增多而引發氣喘。若患者有服用茶鹼類藥物，飲食上應避免攝取過多的咖啡因，因茶鹼類藥物與咖啡因有相互促進作用，過多咖啡因容易加重心律失常發作的風險，且患者應行低脂飲食，因高脂食物會增加茶鹼的吸收，而高碳水化合物則會降低茶鹼的吸收，影響藥效。

若患者嘴唇及肢端末梢出現紫鉗加重，或有頭痛、煩躁不安、意識混亂等肺性腦病先兆症狀，應立即求醫。



氧療

患者常有氣喘症狀，尤其於活動後加重明顯，可於家用氧，使用經鼻氧管吸入流量為1-2L/MIN氧氣，氧濃度一般在24-30%左右，建議使用含有濕化裝置的製氧機，以免鼻黏膜乾燥，引起不適。



練習有效呼吸

患者可練習噘嘴呼吸(用鼻吸氣，呼氣時噘起嘴巴吐氣，吐氣時間為吸氣時間的兩倍)，這樣能有效把二氧化碳盡量排出，平日可每天練習三次，每次十分鐘，練習至運用自如，在氣喘發作時就能更好地控制呼吸，避免過於急促。

此病目前雖不能根治，但若患者提高自身活動能力，按醫囑合理用藥、戒煙等，能有效控制病情，減輕生理、心理及經濟的負擔，也能提高生活質量。



急性腹瀉 的中醫湯水調理

腹瀉是一種常見的症狀，在中醫上屬於「泄瀉」範疇，在《內經》中稱為「泄」，有飧泄、濡泄、溏泄等名稱。古人稱大便溏薄而勢緩者為「泄」；大便清稀如水而直下者為「瀉」。

泄瀉是指排便次數明顯超過平日習慣的頻率，大便稀爛，甚至排出水樣便或含有未消化食物，嚴重甚至帶有黏液或膿血。本病一年四季均可發生，但以夏秋兩季為常見。

臨牀上，泄瀉可分為急性和慢性兩種。急性腹瀉最主要是發病急劇，病情嚴重，多常持續1-2星期；而慢性腹瀉病程緩慢，病情相對較輕，大便長時間呈稀溏或水樣狀，病因較為複雜，而病程時常遷延日久。

中醫認為，隨著環境轉變，現代人使用雪櫃、空調頻繁，較少考慮自己的體質並傾向西方人的生活方式；大量冷飲、雪糕、生食等飲食習慣的改變導致我們自傷陽氣，體內積聚陰寒，身體便很容易受寒腹瀉。

明代醫家張景岳在《景岳全書·泄瀉》中所說：「泄瀉之本，無不由於脾胃。」意思是泄瀉的病機關鍵是脾失健運，濕邪困脾，腸道功能紊亂，並主要發病在脾、胃和大小腸。

急性泄瀉的病因是多方面引起的，主要由感受外邪、飲食所傷、情志失調、脾胃虛弱或受到病毒感染等等。

以上情況均可直接損傷脾胃，誘發本病。此病常伴有腹痛、食慾減少、進食後腹部膨脹不適、面色萎黃、精神疲倦、肛門灼熱疼痛等症狀。

經常腹瀉對人體傷害很大，如果經常服用藥物也會給身體帶來或多或少的副作用，所以我們要懂得從日常方面入手，進食適當的湯水食療來調養脾胃、加強脾胃功能及增強腹瀉後的調理。

調理湯水療方

黨參雲苓栗子湯 (材料為1人份量)

材料：黨參、白朮、雲苓、五指毛桃各10克，栗子6粒，陳皮1個，生薑3片，紅棗3顆。

做法：將上述材料略為清洗，黨參切段，倒入砂鍋，先加清水浸泡20分鐘，然後大火煮開後轉小火熬煮30分鐘，加鹽調味即可飲用。

功效：補中益氣、健脾祛濕。

食材	功效
黨參	益氣、生津、養血
白朮	補氣健脾、燥濕利水
雲苓	利水滲濕、健脾安神
五指毛桃	健脾補肺、行氣利濕
栗子	養胃健脾、止泄瀉
陳皮	理氣健脾、燥濕化痰
生薑	溫中散寒、止嘔止瀉
紅棗	補中益氣、養血安神



白背木耳蘋果湯 (材料為1人份量)

材料：白背木耳3朵，蘋果1個，紅棗10粒，茨實10克，素燉肉3塊，陳皮1個，生薑3片。

做法：蘋果去皮去核切塊，木耳、陳皮浸軟，紅棗去核，將水煲滾放下各材料，用慢火煲一個半小時，加鹽調味即可飲用。

功效：補脾胃、助消化、止瀉。

食材	功效
白背木耳	祛風行氣、止瀉
蘋果	理氣止瀉
紅棗	補中益氣、養血安神
茨實	健脾除濕、收斂止瀉
素肉	養護脾胃
陳皮	理氣健脾、燥濕化痰
生薑	溫中散寒、止嘔止瀉



科大醫院
伍小欣
中醫生

西醫部

Western Medicine Department



科別 Department

高德志 KOU Tak Chi、李杰 LI Jie、呂常俊 LOI Seong Chon、蘇春嫻 SU Chun Xian、鄧詰詩 TANG U Si、杜賜浩 TO Chi Ho、葉霖 YE Lin、詹培源 ZHAN Pei Yuan、趙文為 ZHAO Wenwei、朱家康 ZHU Jia Kang、馬維隆 MA Way Long、吳建華 NG Kin Wa、楊小玲 YEUNG Sio Leng
蕭正倫 XIAO Zheng Lun
詹培源 ZHAN Pei Yuan、趙文為 ZHAO Wenwei、劉子洋 LAU Chi leong
姚繼容 YAO Ji Rong
劉劍輝 LAO Kim Fai
陳思遠 CHAN Si Un
曾俊傑 CHANG Chon Kit
陳詠琪 CHAN Weng Kei、何嘉濠 HO Ka Hou
任偉強 YAM Wai Keung
凌子欣 LENG Chi lan

全科 General Practitioner

呼吸科 Respiratory Medicine

神經內科 Neurology

普通外科 General Surgery

兒科 Paediatrics

皮膚科 Dermatology

麻醉科 Anaesthesiology

治療師 (物理治療)

Therapist (Physiotherapy)

治療師 (脊骨神經科)

Therapist (Chiropractic)

營養師 Dietitian

門診
GOPD

醫學遺傳科 Clinical Genetic

心臟內科 Cardiology

腸胃肝臟內科 Gastroentero-hepatology

胃腸內科 Gastroenterology

外科 Surgery

神經外科 Neurosurgery

神經內科 Neurology

泌尿外科 Urology

婦產科 Gynaecology & Obstetrics

小兒外科 Paediatric Surgery

兒科 Paediatrics

整形外科 Plastic Surgery

整形外科 Plastic and Reconstructive Surgery

骨科 Orthopaedic Surgery

骨科及運動創傷學科

Orthopaedic Surgery & Sports Medicine

耳鼻喉科 ENT

眼科 Ophthalmology

皮膚科 Dermatology

血液科及腫瘤科

Haematology and Oncology

麻醉科 Anaesthesiology

營養師 Dietitian

特約門診 SOPD (Associate Doctors)

中醫部

Traditional Chinese Medicine Department



科別 Department

內科 Internal Medicine

兒科 Paediatrics

針灸科 Acupuncture

皮膚科 Dermatology

骨傷科 Bone-setting

門診 GOPD

內科 Internal Medicine

心血管科 Cardiology

婦科 Gynaecology

針灸科 Acupuncture

推拿科 Tui Na (Chinese Massage Therapy)

特約專科門診 SOPD

劉良 LIU Liang

趙永華 ZHAO Yong Hua

莫蕙 MO Hui

何悅碩 HO Ut Seak

張俊 ZHANG Jun

中醫生 TCM Doctors

陳飛燕 CHAN Fei In、陳健成 CHAN Kin Seng、朱慧敏 CHU Wai Man、方志浩 FANG Zihao、何啟東 HO Kai Tong、黎浩彬 LAI Hou Pan、梁人鳳 LIANG Renfeng、吳梓拓 WU Zituo、詹晶晶 ZHAN Jingjing、梁綺微 LEONG I Mei、張永鋒 CHEONG Weng Fong

陳健成 CHAN Kin Seng

朱慧敏 CHU Wai Man

陳飛燕 CHAN Fei In

梁國威 LEONG Kwok Wai、李杰能 LEI Kit Nang

醫院顧問 Consultants

科別 Department

內科 Internal Medicine

內分泌科 Endocrinology

眼科 Ophthalmology

腎科 Nephrology

外科 Surgery

婦產科 Gynaecology & Obstetrics

兒科 Paediatrics

神經外科 Neurosurgery

耳鼻喉科 ENT

麻醉科 Anaesthesiology

疼痛科 Pain Therapy

西醫顧問 Western Medicine Consultants

顧問 Consultants

許仕超 XU Shichao、湯寧信 BRIAN Tomlinson

許仕超 XU Shichao

張康 ZHANG Kang

張華麗 ZHANG Huali

鍾志超 CHUNG Chi Chiu Cliff、馬威 MA Wei

遇桂芳 YU Guifang

宋玫 SONG Mei

譚林琼 TAN Linqiong

章學軍 WEI Xuejun

張玫 ZHANG Mei

張玫 ZHANG Mei

中醫顧問 Traditional Chinese Medicine Consultants

內科 Internal Medicine

婦科 Gynaecology

針灸科 ACupuncture

陶紅霖 TAO Honglin

陶紅霖 TAO Honglin

楊路 TANG Lu



西醫臨床帶教指導門診

SOPD (Western Medicine-Clinical Instructors)

科別 Department	導師 Instructors
腸胃肝臟內科 Gastroentero-hepatology	袁漢 YUEN Hon
外科 Surgery	熊健 AH KIAN Ah Chong、董曉明 TUNG Hiu Ming、 熊維嘉 HUNG Wai Ka、郭寶賢 KWOK Po Yin Samuel
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
婦產科 Gynaecology & Obstetrics	賴英明 LAI Ying Ming
整形外科 Plastic Surgery	何昭明 HO Chiu Ming
骨科及運動創傷學科 Orthopaedic Surgery & Sport Medicine	劉俊傑 LAU Chun Kit
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 Department	導師 Instructors
腫瘤科 Oncology	吳萬堯 WU Wan Yin

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。



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>

澳門基金會明愛家居護養服務



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「家居健康」概念帶入家中。



資助單位：



支持單位：



歡迎來電查詢及索取服務資料