



# 端午包健康粽 粽香傳弱勢角落

本院善盡社會責任，希望謹守聖經教導：因為我餓了，你們給我吃；我渴了，你們給我喝；我在異鄉時，你們收留了我。每年藉著粽香傳溫情活動，關懷社會中需要幫助的同胞。

## 與社福團體及病患歡度端午

一年一度的端午節即將來臨，街頭巷尾漸漸可聞到粽葉飄香，國人總免不了要在這節日包粽子歡慶佳節。本院為關懷社區弱勢族群，使他們於佳節亦能感受到社會的溫暖，特於6月14日早上辦理「2018粽香傳溫情」活動，由營養師精心調配低油、低鹽、高纖健康粽，在前一天召集了十一名志工充當包粽高手，包了約七百多顆粽子，要送給弱勢兒童及貧病個案約百位。在出發前的記者會中，由王功亮院長贈送健康粽給家扶中心，由陳乘斌主任帶著三戶受助家庭代表受捐，而白閉症協會由楊玉娟理事長帶著理事監事等四人一起受捐，會中也開放50名送健康粽給來看診的病友，一起提前共度歡樂的端午佳節。



## 節令飲食有撇步 健康粽營養滿分

張家豪營養師說明此次健康粽用了十一種雜糧當材料，有高粱、小麥、薏仁、碎薏仁、燕麥、黑米等，還有加入我們台東在地特產紅藜，還有蓮子、栗子及低脂胛心肉特製而成，包成紅藜五穀香菇肉粽，每顆粽子熱量約350卡，比市售肉粽熱量約600-700卡少了近一半，健康滿分又無負擔。張營養師建議民眾吃粽子時最好搭配一份蔬果，如生菜沙拉或是水果，最好是可以再搭配一份乳製品就更完整。呼籲民眾於端午節中健康不打烊，避免吃太油膩的節令飲食，隨時做好飲食管理。



## 宣示健康促進 營造友善環境

王功亮院長表示：醫院除了發展急重症醫療外，也要在最前端的預防保健上盡一分心力。醫院要透過各種方式，讓大家都重視自己的健康，平時做好飲食、運動管理，並定期身體檢查，隨時保持身心靈健康，大家都可以活久久、健康久久。在會中同時也辦了「健康促進醫院啟動宣示儀式」，由王功亮院長帶著張宏昌、白明忠二副院長及四位主任對外宣示，以醫院的角色全面推動病人、社區、員工的健康促進工作，並營造醫院為無菸、無檳、友善就醫、母嬰親善的環境，宣示後並將各口號拼成一健康促進醫院藍圖。



## 助貧困癌友完成療程

記者會結束後，則分成六個車隊探望居家臥床個案、社服補助貧困個案，將粽香的溫暖送到社會中有需要的角落。在送粽探訪的個案中，曾女士是一名乳癌個案，年輕時就失婚獨居，原來住在工寮以拾荒為生，醫院診斷癌症時原來因沒錢開刀而逃避治療，經外科魏銓延醫師鼓勵並轉介社工聯結外部資源解決其住宿及生活問題，並協助申請健保標靶治療，逐漸完成一年的療程。曾女士目前租在一間二坪大的雅房中，除了床舖外身邊一無所有，目前透過教會協助房租並吃馬偕送的營養調理餐包。王功亮院長在探望時將健康粽及營養品送給她，讓她在這二天內可得到溫飽，院長鼓勵她勇敢抗癌，並承諾在生活有任何困難，馬偕醫院將盡力協助。



## 健康促進 生活123專欄

# 做好個人衛生 遠離腸病毒!

### 伊科病毒11型VS.一般腸病毒

	伊科病毒11型	一般腸病毒
傳播情形	糞口、飛沫、接觸傳染 傳染力高	糞口、飛沫、接觸傳染 傳染力高
年齡分布	各年齡層均會感染 新生兒較易出現重症	各年齡層均會感染 5歲以下幼兒較易出現重症
症狀表現	發燒、活動力下降、腦膜炎	手足口病、疱疹性咽峽炎
重症	新生兒敗血症、多重器官衰竭	腦炎、心肌炎、肢體麻痺
國內疫情	過去少有流行，今年五月起 逐漸升溫，已4例重症，其 中2例死亡，均為新生兒	過去數年一次腸病毒71型大流 行，現已進入腸病毒流行期， 今年71型僅零星檢出
治療方法	支持性療法	支持性療法
預防方式	以肥皂勤洗手、戴口罩 產婦及家人注意自身症狀 流行期避免新生兒與訪客、親友無防護的接觸	以肥皂勤洗手、戴口罩 產婦及家人注意自身症狀 流行期避免新生兒與訪客、親友無防護的接觸

腸病毒可分為四種種類(A、B、C、D型)可透過飛沫、糞口、接觸感染，感染症狀類似一般感冒症狀甚至無症狀，99.9%以上的患者都會完全恢復，以四月至九月為流行期，全年皆有感染個案，今年國內已有數起腸病毒併發重症病例，其中以新生兒感染「伊科病毒11型」為主。疾管署呼籲家長注意，自5月以來，伊科病毒11型疫情一再升溫，尤其對出生未滿30天的新生兒風險甚高，重症死亡率可達5成。新生兒腸病毒一般於出生後1-14天發病，可能發生在產前、生產過程(垂直感染)或出生後的接觸等途徑感染。感染腸病毒孕婦不需要中止懷孕，只需確實按時產前檢查即可，接觸新生兒時務必要戴口罩、勤洗手及更衣。

## 醫療宣教需求 讓病人得到更完整的身心靈照護

- **癌症大樓基金**：用於籌建癌症醫療大樓的工程及設備上
- **弱勢銀髮族關懷基金**：用於社區獨居失能老人的假日送餐服務上
- **各疾病醫療基金**：急難救助、原住民醫療、腎友活動、精神科患者復健、糖尿病患關懷、救護車暨特別護士、冠心病患醫療、安寧基金、長期照護基金、發展遲緩兒童早期療育

## 捐款方式 可開立奉獻收據，減免年度所得

- **郵局劃撥** / 帳號：06502256  
戶名：台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人台東馬偕紀念醫院
- **銀行匯款** / 帳號：90695 + 捐款人手機後九碼  
戶名：台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人台東馬偕紀念醫院  
銀行別：彰化銀行台東分行
- **信用卡扣款** / 請上本院網頁「我要捐款」下載授權書填寫一聯  
傳真(089)352273
- **捐款專線** / (089)310161 公益勸募中心

## 捐電子發票 環保做愛心

請在超商結帳時 1. 出示條碼 2. 報愛心碼「1987」  
即可捐出發票支持癌症醫療大樓



台東馬偕愛心碼：1987