

2005.12月號

行政院衛生署  
中部西海岸社區公衛群  
台中縣衛生局

中部西海岸社區公衛(防疫)群·健康會刊

健康

快樂

希望

守護健康的好厝邊



行政院衛生署建立社區公衛防疫群  
整合試辦計劃

發行 中部西海岸社區公衛群  
指導單位 行政院衛生署、台中縣衛生局  
印行 光田綜合醫院  
行政院衛生署經費補助印行

# 索引

- 1 局長的話**  
文/台中縣衛生局局長許耕榮局長
- 4 團隊合作，共創全人照護**  
文/光田綜合醫院王乃弘院長
- 6 精神科醫師自殺事件的省思**  
文/光田綜合醫院身心科溫偉鈞主治醫師
- 8 社區醫療群診所與醫師介紹**
  - 沙鹿醫療群
  - 牛罵頭醫療群
  - 大甲醫療群
- 18 衛生宣導專區**
  - 認識禽流感，做好自我健康管理
- 20 中部西海岸公衛群—活動花絮**



## 局長的話

民國九十二年SARS疫情爆發，當時醫療體系指揮功能失調、民衆就醫行爲缺少導正機制及民衆心理恐慌，造成社會及經濟傷害，卻也因此帶來醫療體系改革契機，體認到後SARS 時期醫院體系及社區衛生體系必須兼顧與均衡發展，並且醫療人力之培育亦須重新思維。

近年來國人疾病型態改變，慢性疾病問題逐漸成長，慢性疾病不只關係到病人行爲的改變，亦包含心理諮商與各種專業協同照顧；然而，目前此部分明顯不足之下，許多慢性病人缺乏長期健康管理與監測，慢性疾病控制不良導致急性併發症增加、社區民衆心理健康的問題無法及早發現與治療，轉診制度缺少有效落實，一旦發生疾病問題無法獲得良好轉介及處置；爲使國人享有全人照護，落實「疾病管理」至「個案管理」，並建立國人自主保健觀念，需要由基層整合醫療、健保、衛生體系，建

構社區共同照護網絡，推展預防醫學、防疫及社區保健，重建兼顧心身健康，涵蓋個人生命週期的連續性、周全性服務。

目前醫療機構多為急性照護設計醫療設施與照護模式，專注於醫療治療及設備競賽，各項衛生醫療照護業務與政府計劃的推動，在專業分工之下，缺少共識凝聚與合作。欲提供連續性照護，醫界必須加強合作機制網絡，建立水平雙向溝通；在本局積極輔導本土化家庭醫師制度及社區公衛群(防疫)群計劃之下，台中縣共成立了20個社區醫療群，並推動三個公衛群之成立。以本縣21個鄉鎮市區行政單位計算，醫療群之範疇共計涵蓋90.5%(19/21)，含豐原、東勢、石岡、新社、大里、霧峰、潭子、太平、大肚、龍井、清水、梧棲、沙鹿、神岡、大甲、大安、外埔、大雅、和平等鄉鎮市，甚至本縣唯一的山地鄉—和平，亦可見醫療群及公衛群業務之推展。

社區醫療群的成立將是未來基層醫療的重



要變革，除了醫療機構及診所間由原先各自獨立經營的角色關係，逐漸轉變為協調式互助合作的團體外，民衆相對的亦應有家庭醫師的概念，透過醫師提供諮詢、診療及轉介等服務，改變過去逛醫院的觀念與習性，如此方可建立良好健康照護網絡，並提昇醫療照護品質。

3

社區公衛群的建立亦將改變目前公共衛生業務侷限於衛生局、所，造成人力不足的困境，透過社區公衛群的建立，公共衛生將可更落實於社區，並由社區基層醫療機構及民衆自主管理照護，並發展成別具社區個別特色之健康社區型態。

期許中部西海岸社區公衛群之成立以落實社區醫療品質全面提昇目標，以團隊合作溝通與互動為促進，共同創造社區健康團隊的價值，建構「以病人為中心、以家戶為對象、以社區為範疇」之社區共同照護網，一起共同為社區民衆的健康打拼！



## 團隊合作， 共創全人照護

4

台灣地區人口老化的速度是歐美國家的兩倍以上，預計到公元2020年，台灣人的老年人口將達到14%，人口結構快速老化大幅增加慢性病醫療及長期照護需求，關係到病人行為改變、心理諮商與各種專業協同照顧；疾病型態改變導致醫療體系除急性醫療外，亦相當重視慢性及心理衛生醫療，醫療照護提供不再只有封閉的單打獨鬥，需要結合不同醫療體系建立專業分工團隊，協助家戶健康管理、心理衛生服務等公共衛生服務。除此之外，在防疫動員方面，歷經民國九十二年SARS疾病流行的警惕，今年緊接著是對於新興傳染病的防治與監控，有鑒於此，光田綜合醫院更是應將協助建構社區衛生防疫基礎的醫療視為己任、責無旁貸。

光田綜合醫院以推動病人為中心的服務為職志，因此提供病患服務不應是片面的、重複的醫療照護，為使民眾享有整體的、周全性的

及連續性的照護，光田綜合醫院身為社區醫院，必須打破基層醫療體系之間以及開業醫與醫院之間的藩籬，醫療體系間之醫療資訊必須維持良好平台，不應封閉缺乏雙向互動，以醫事人力及設備資源協助社區醫療品質提昇，成立共同照護門診，並推動家庭醫師制度為社區民衆健康把關，協助建立民衆與社區醫師良好信賴關係。

「中部西海岸社區公衛(防疫)群」在被賦予促進台中縣西海岸居民的健康之期許之下誕生，結合台中縣沙鹿鎮、清水鎮、大甲鎮衛生所、光田綜合醫院、沙鹿醫療群、牛罵頭(清水)醫療群、大甲醫療群堅強醫療團隊陣容，提供健康諮詢、疾病篩檢、疾病治療、家庭暴力及性侵害通報等服務，攜手打造社區居民生理、心理健康，針對疾病型態改變提供公共衛生保健服務，並致力於社區醫學教育活動提昇社區醫療品質；建立社區防疫指揮中心，疫情期動員社區衛生防疫體系，共同協助防疫物資及人力調度、疫情調查等防疫工作，秉持「中部西海岸社區公衛(防疫)群」對社區居民的愛共同守護健康而努力，迎接健康的未來。

# 精神科醫師自殺 事件的省思

文/光田綜合醫院身心科溫偉鈞主治醫師

近來社會新聞報導了一位精神科醫師的自殺事件，讓大家發覺即使是專業的精神醫療人士，也會有自己的情緒困擾以及走不出困境的時候，更喚起大家對自殺防治的重視。

6

社會變遷的快速導致社會壓力的逐漸加重，使得大家生活壓力指數明顯上升，結果使得罹患憂鬱症的人口急劇上升；根據統計顯示，一般人一生中罹患憂鬱症的比例相當高，其機率是 15~25%。

雖然自殺並不能與憂鬱症畫上等號，但是自殺個案中罹患憂鬱症的比例卻是最高的，因此，提早發現憂鬱症，對於預防自殺是相當重要。雖然診斷憂鬱症需要專業的精神醫學訓練，但是其實只要多一點時間細心觀察，可以在日常生活中察覺周遭的親朋好友是否具有以下憂鬱症的症狀：



## 憂鬱症的症狀

1. 感覺心情憂鬱；或是對有趣的事情失去興趣
2. 失眠；或是睡太多(睡眠紊亂)
3. 食慾不振；或是吃太多(飲食不正常)
4. 注意力不集中；或是思考減慢
5. 焦慮不安；或是莫名的不能靜止
6. 覺得全身無力；或是多處的身體不舒服
7. 無助、無望、或是覺得自己活著沒有價值
8. 想著自己死去是否會更好
9. 強烈的自殺企圖或是行爲

如果發現以上幾點且影響日常的上課或是工作，並持續兩個星期以上的時間，建議由精神科醫師評估給於專業的協助(心理諮商或是藥物治療)，都可以得到幫助，也避免憾事一再重演！



### 溫偉鈞 醫師

#### 經歷：

現任光田綜合醫院身心科主治醫師  
彰化基督教醫院精神科總醫師  
中華民國精神科專科醫師  
中華民國老人精神醫學會會員  
中國醫藥學院醫學士  
中華民國老人醫學會會員  
弘光科技大學學生輔導中心兼任精神科醫師





## 中部西海岸 沙鹿醫療群

### 鴻仁婦產科診所



診所地址：台中縣沙鹿鎮中山路179號  
聯絡電話：04-26625162

### 簡祺修小兒科診所



診所地址：台中縣沙鹿鎮鹿寮里中山路404-1號  
(沙鹿舊童醫院對面)  
聯絡電話：04-26656435



## 許煥澤婦產科診所



診所地址：台中縣沙鹿鎮中山路449之2號  
聯絡電話：04-26625511

## 沙鹿李小兒科



診所地址：台中縣沙鹿鎮沙田路172號  
聯絡電話：04-26657022

## 一品堂中醫診所



診所地址：台中縣沙鹿鎮四平街66號  
聯絡電話：04-26655567





社區醫療群診所介紹

10

中部西海岸－沙鹿醫療群

## 沙鹿衛生所



診所地址：台中縣沙鹿鎮文昌街20號  
聯絡電話：04-26625040

## 昌和診所



診所地址：台中縣沙鹿鎮鎮南路二段249號  
聯絡電話：04-26364819



中部西海岸

# 牛罵頭醫療群

## 陳振昆診所



診所地址：台中縣清水鎮中山路127號

聯絡電話：04-26225205

## 趙見福診所



診所地址：台中縣清水鎮鎮南街1-2號

聯絡電話：04-26222699



## 萬安診所



診所地址：台中縣清水鎮中山路126-2號  
(華南銀行對面)  
聯絡電話：04-26227823

## 嘉佑診所



診所地址：台中縣清水鎮高美路117-3號  
聯絡電話：04-26275066



## 林玉彪診所



診所地址：台中縣清水鎮光華路135號  
聯絡電話：04-26233880

## 清水衛生所



診所地址：台中縣清水鎮中山路92號  
聯絡電話：04-26222639



中部西海岸

## 大甲醫療群

### 大甲衛生所



診所地址：台中縣大甲鎮文武路118號  
聯絡電話：04-26872153

### 順天診所



診所地址：台中縣大甲鎮順天路209號  
聯絡電話：04-26868250





## 周大元耳鼻喉科診所



診所地址：台中縣大甲鎮順天路165號  
(中華電信左側，鎮瀾宮斜對面)  
聯絡電話：26802250

## 上安診所



診所地址：台中縣大甲鎮臨江路40-1號  
(中華電信左側，鎮瀾宮斜對面)  
聯絡電話：04-26821377



## 喜月診所



診所地址：大甲鎮水源路41號  
聯絡電話：04-26881746

## 施博元診所



診所地址：台中縣后里鄉民生路220號  
聯絡電話：04-25572699





## 社區醫療群診所介紹

### 黃兆聖小兒科診所



診所地址：台中縣大甲鎮順天路297號  
聯絡電話：04-26764252

### 幼工診所



診所地址：台中縣大甲鎮幼獅路36號  
聯絡電話：04-26811016



# 認識禽流感

做好自我健康管理！

**Q1** 何謂「禽流感」？

**A1** 「禽流感」為禽鳥流行性感冒之簡稱，其病原為禽流感病毒。

禽流感病毒一般有兩種型式：

- (1)高病原性(highly pathogenic AI)，如H5N1。
- (2)低病原性(low-pathogenic AI)，如H5N2。

**Q2** 禽流感病毒的特性？

- A2** (1)此病毒不耐熱，以56°C-3小時、60°C-30分鐘或100°C-1分鐘均可殺滅。故雞肉、雞蛋等食品應煮熟食用，不可生食。
- (2)由於病毒不耐酸，人的胃裡面的胃酸對於禽流感病毒具有抑制作用。

**Q3** 禽流感是怎麼傳染的？

**A3** 主要經由接觸被感染的禽畜或其糞便，另亦可能因接觸或吸入帶有禽流感病毒之塵土而被感染。

**Q4** 禽流感的症狀到底是什麼？

**A4** 人類的感染症狀為發燒、咳嗽、喉嚨痛、肌肉酸痛、結膜炎等類似流行感冒症狀。

**Q5** 民衆要如何預防禽流感？

**A5** 應從加強個人衛生、健康管理及環境衛生做起，確實遵守「十不五要」。



## 10不

1. **不**靠近、接觸及餵食候鳥及一般禽鳥。
2. **不**至禽流感流行地區參觀禽鳥的養殖或展示，不私自攜帶禽鳥入境。
3. **不**讓飼養之禽鳥與其它不同類飼養禽鳥(雞、鴨)、家畜(豬)混居。
4. **不**將飼養之禽鳥(鴿類)野放。
5. **不**購買來路不明之禽鳥肉品。
6. **不**碰觸、販售、購買及攝食罹病禽鳥。
7. **不**隨意棄置病死禽鳥。
8. **不**自行宰殺禽鳥。
9. **不**生食禽鳥類製品(包括蛋類及相關產品)。
10. **不**去擁擠和空氣不流通的公共場所。

## 5要

1. **要**勤洗手：接觸禽鳥肉類及排泄物後，應以肥皂清潔雙手。
2. **要**打「人流感疫苗」。
3. **要**熟食：禽流感病毒不耐熱，56°C加熱3小時、60°C加熱30分鐘、100°C加熱1分鐘即可殺滅，故雞肉、雞蛋均應熟食。
4. **要**均衡飲食、適當運動、充足睡眠和休息、減少壓力。
5. **要**每天做好自我健康管理，量體溫，若發高燒請戴口罩並就醫。



## 中部西海岸社區公衛群

94/6/3

沙鹿鎮散播健康愛心園遊會



94/7/23

關懷社區獨居老人活動



20

94/7/28

大甲鎮衛生所社區篩檢與社區健康檢查  
信念調查活動



94/8/16.17.18

梨山衛生所、福壽山農場子抹健檢活動







94/9/25

沙鹿鎮社區民衆CPR教學健康操與健行活動



21

94/9/21

醫策會委員與會中部西海岸社區公衛群會議



94/10/15

中部西海岸社區公衛群社區醫學繼續教育活動



## 中部西海岸社區公衛群

沙鹿醫療群、牛罵頭醫療群、大甲醫療群—  
合作醫院-光田綜合醫院暨大甲分院



沙鹿總院：台中縣沙鹿鎮沙田路117號  
聯絡電話：04-26625111



大甲分院：台中縣大甲鎮經國路321號  
聯絡電話：04-26885599

2005年12月創刊

發行所 / 中部西海岸社區公衛群

地址 / 433台中縣沙鹿鎮沙田路117號

電話 / 04-26625111

E-mail:<http://health@ktgh.com.tw>

編輯委員 / 沙鹿醫療群、牛罵頭醫療群

大甲醫療群、光田綜合醫院

執行編輯 / 王乃弘、吳中興、王瑞昌、黃梅芬、周明賢

美術編輯 / 劉美慧