



財團法人台灣省私立高雄仁愛之家附設慈惠醫院
TSYR-HUEY (LOVING) MENTAL HOSPITAL KAOHSIUNG JEN-AI (LOVE) HOMES

第 160 期

仁愛心 慈惠情 玫瑰緣 服務 教學 研究 管理



慈惠醫訊

本院推行 e 化活動，本刊物歡迎至本院網站自行查閱全文版網站：
<http://tmh.khja.org.tw/info.asp>
慈惠醫訊



創刊日期：九十四年一月十八日
發行人：鍾偉倫
編輯：慈惠醫訊編輯小組

總編輯：韓桂香
執行編輯：賴素惠
發行組：賴素惠

本院網址：<http://tmh.khja.org.tw>

電話：(07)7030315 轉 3103

地址：高雄市大寮區後庄里鳳屏一路 509 號

傳真：(07)7012624

rTMS 專欄-1

精神醫療治療新契機-重複經顱磁刺激 (rTMS)

Repetitive transcranial magnetic stimulation

『重複經顱磁刺激』係指藉由『經顱磁刺激系統』在短時間內於人體外部產生重複地磁場變化而達成以非侵入性方式對特定腦區進行興奮或抑制，並且產生特定之治療效果。

英國雪菲爾大學 (University of Sheffield) 的 Anthony T. Barke 博士等人在西元 1985 年首度提出了『經顱磁刺激』在人體大腦應用上的報告，他們藉由施加一人體外部的單次磁場變化而成功地以非侵入性的方式刺激了大腦運動皮質，進而使得受試者的手部肌肉出現動作反應。後續的研究更進一步地發現了藉由在短時間內地重複經顱磁刺激，即使在磁刺激結束之後，其對腦神經所產生的興奮仍可以維持一段時間，而此效應也開啟了重複經顱磁刺激在神經或精神疾病治療上的應用。美國食品藥物管理局 (US FDA) 在西元 2008 年核准重複經顱磁刺激可用於憂鬱症的治療，而這也是重複經顱磁刺激在美國醫療上的第一個核准適應症；在西元 2013 年時，美國食品藥物管理局更進一步核准重複經顱磁刺激可用來治療與偏頭痛有關的疼痛，並接續在西元 2018 核准其用於強迫症的治療。



圖：<http://www.vitalpsychiatry.com>

衛福部在 2018 年核准了『重複經顱磁刺激』在重度憂鬱症上的治療，病友在治療上除了藥物及心理治療之外，也因此多了一個新的選擇，尤其是那些對藥物及心理治療療效不佳的病友，重複經顱磁刺激即可列入治療的選項之一。本院近期已進行『重複經顱磁刺激』之系統購置及相關人員訓練，期許能為仍受疾病所苦病友帶來治療上的新契機! (文/塗崑喻醫師)

rTMS 專欄-2

重複經顱磁刺激是一種非侵入性的神經調節治療，不需要麻醉、不用住院。通過迅速而重複通過線圈的電流來改變電磁場，透過磁波誘發出微小電波來刺激功能低下的腦區，可活化特定大腦區域以改善症狀。

此技術國內在 2018 年 4 月通過可用於成人對藥物治療反應不佳的重度憂鬱症患者(李正達, 2018)，透過重複經顱磁刺激 rTMS 可活化腦神經並改善症狀。林皇利(2011)指出，rTMS 的低頻(<1Hz)的電訊刺激神經元，造成「長期抑制」現象，降低了細胞之間聯繫的效率，以及高頻(>1Hz)的電訊刺激產生興奮效果，產生「長期增益」。一般而言，抑制或興奮地效果可以持續數分鐘到數個小時之久，藉此來重塑大腦迴線。

最近幾年的研究發現，rTMS 在改善運動和認知功能以及減輕中風、帕金森氏病、重度憂鬱症的憂鬱症狀方面有療效。此外，有減輕疼痛的作用(Yang & Chang, 2020)。不同學者研究也支持 rTMS 作為創傷後壓力症候群(PTSD)的治療功效(Holtzheimer, 2018)。更顯示 rTMS 是一種相對可負擔且無傷害的治療選擇，尤其對於那些有耐藥性的患者(Lehmann, 2016)。

通常 rTMS 被認為是安全且耐受性良好的。但它可能會引起一些副作用。李正達(2018)指出對於有癲癇、酒精成癮及易誘發癲癇狀態的藥物或疾病、腦部創傷或有金屬植入物者(如電子耳與心律節律器等)，都不可接受重複經顱磁刺激 rTMS 的治療。有部分人在治療中會出現頭痛、刺激部位的頭皮不適、面部肌肉發麻、痙攣或抽搐、頭昏眼花等輕度至中度的副作用，但在每次療程後不久會有所改善，或隨著療程的增加其副作用會逐漸減少。建議透過調整刺激水平或是建議您在手術前服用非處方止痛藥，可以減輕症狀。

所以在接受 rTMS 治療之前，通常需要需要安排治療前檢查，有助於確保 rTMS 的安全。您需要告訴醫生您有無懷孕或打算懷孕、體內有任何金屬或植入的醫療設備、正在服用的藥物、癲癇病史、精神疾病、腦部疾病、中風或顱腦外傷、嚴重頭痛，以及您曾經接受過 rTMS 的治療等。完整的治療前檢查有助於降低風險，提高治療成效。(文/蘇俊賢心理師)

本期目錄

● rTMS 專欄	1	● 門診自費項目	4
● 慈惠醫院 30 週年專刊	2	● 臨床心理科自費服務時段	4
● 網癮專欄	2	● 玫瑰天使餐廳介紹	4
● 成癮專欄	3	● 109 年 10 月門診表	4

30 週年慶專刊

一粒麥子

『一粒麥子不落在地裡死了，仍舊是一粒；若是死了，就結出許多子粒來』。出自聖經的一句話，是我在仁愛之家 30 年來的座右銘。

人有多少個 30 年，一個、兩個頂多三個，回想 30 年前，還在年少求學時，因緣際會下，進入到慈惠醫院服務，學工科的我，跟醫護這一行根本八竿子打不上關係，沒想到，在這裡一做就是 30 年。30 年來，工作之際我也成家生子，本家就是我生活的一部分，甚至可以說是份量很重的一部分，從慈惠到本家，再從本家來到養護中心、玫瑰園養護所、二月初六書苑，現今轉型籌備為春水生心復中心，服務 30 年來，我可以很自豪的說，幾乎本家及附設機構我都參與過，每一個階段，都讓我學習到工作的本質及價值，更帶領著我成長，時間再拉到更早之前。

高雄警察新村是我成長的地方，穿梭在田野間，扮家家酒、跳高、元宵提燈探險、跳格子、警察捉強盜是我童年美好的回憶，隨著時代變遷，兒時的記憶建築，逐漸被高樓大廈所取代，30 年前，我還是一個黃毛丫頭，當時，只想離家闖天下，遠離父母親的管轄視線，沒想到這樣的念頭，竟然讓我從此跟本家結下不解之緣，偶然間的應試，讓我進入神秘的慈惠小白宮，開始我豐富的學習旅程。

何等幸福與榮幸，張雅玲董事長慧眼識英雄，特聘精神醫學界泰斗文榮光教授，擔任慈惠醫院首任院長，文院長一生奔走，為幫患者除汗名化，玫瑰園是他的最愛，讓我深刻認識體會並學習到「玫瑰多刺，只要懂得愛它，就不會受傷」的道理。只要真心對待，好好的傾聽、照顧他們，能幫助到他們，讓我很快樂。

在一次被急性患者突如其來的舉動，我事後嚇哭了；在一次與藥癮患者溝通退藥說明後，讓我學習不再害怕，勇敢地智取與他們溝通，院長還親自駕車，帶著我們下鄉拜訪家屬，真心關懷是主要，賺錢是次要，他真是一位不愛錢的好醫者，連公車司機撞他的新車，院長都能感同身受，不要求任何賠償，「做好事、說好話」深深觸動我，我喜歡他的善良，在院長提攜、教導與訓練下，我收獲多到數不清，院長說：「與不幸的人站在一起，我拒絕獨自上天堂」，更令我由衷敬佩。

讓我們一起扮演渺小的一粒麥子，集結成為金黃麥穗，繼續發芽、生根、茁壯、生生不息，在鍾偉倫院長「和樂融融，溝通無礙」的理念，串起本家與慈惠祥和的最佳寫照。

回首 30 年，張董事長有遠見的成立社會福利園區，創立多所附設機構照顧長輩與慢性精神患者，歷歷在目，仁家是我永遠的家。忘記背後，努力面前，向著標竿往前跑，讓我們齊心衝刺，祝福院務蒸蒸日上，「凡流淚灑種，必歡呼收割」。(文/孫筱凡專員)

業務室助理員 徐秀櫻 在慈惠醫院上班，已渡過 30 年載了！回顧那飛逝的歲月，不知不覺已經到達屬於中年人的年紀。想當年的那位年輕小姐，如今已經是位落落大方的職業婦女。用語言似乎不足以表達我此刻的心情，慈惠醫院對我而言，是一個會讓人感到穩定安全的處所。

謝謝長官給我機會能夠進入這個大家庭來服務，與同事間的相互照顧及相互合作，這一路走來，我都是以一步一腳印來耕耘這份得來不易的工作。在未來的日子中，我會繼續以相同的心情和同仁們同心協力，共同開創慈惠醫院的榮景。

最後，祝願慈惠醫院能再創輝煌，越來越好！敬祝仁愛之家能蓬勃發展，永續經營！

業務室助理員 徐鳳珠 恭賀慈惠醫院三十周年，何其有幸我亦與慈惠醫院同慶任職 30 年，回想初至醫院空無一物須協助清理各樓面之情況，直至今日之盛況心中五味雜陳，在這段漫長時光裡帶著歲月的恩賜，我從青蔥懵懂走向成熟，且平安的在這慈善且充滿愛的工作環境走過人生最亮的青春年華，真是無比的感恩所有仁家有緣人。

在人生智慧與精力最旺盛的階段，感恩在仁愛之家及慈惠醫院相遇的所有人、事、物，感謝上司與同仁的互相關切及扶持，能有一份穩定、滿意、勝任的工作安身立命，經驗告訴我們做事重要但做人更重要，態度決定一切擁有良好的心態美好的心情，這樣工作起來會給人帶來快樂及成就感。

業務室助理員 林瑞香 驀然回首轉眼間人生旅途已過泰半，抱著感恩的心祝福仁愛之家永續經營、慈惠醫院再創佳績同仁平安，也期許自己能一本初心誠信待人，凡事謹守本份、忠於職守、盡心盡力，把握當下健康快樂活出精彩的每一刻。記得醫院開幕時張董事長對員工致詞時曾說「仁愛之家的員工很有福報，在這裡工作可以做善事，又有薪水可領」這句話還記憶猶新，一晃眼竟過了 30 年。感恩仁愛之家讓我成長，了解到生命的價值與意義，學會知足與感恩。

圖書室專員 賴素惠 時光荏苒，歲月靜好；往事依稀，韶華空明。子曰：三十而立。三十年前在張雅玲董事長的高瞻遠矚，運籌帷幄及董事會的護航下，慈惠醫院誕生了，這三十年來慈惠醫院歷經多任院長，唯一不變的是仁愛之家這個大家庭在張董事長的呵護下發榮滋長，護持著 300 多位員工的生計，此恩寸草銜結，恩重泰山；此情刻骨銘心，永誌不忘。



圖：自左而右-孫筱凡、徐秀櫻、徐鳳珠、賴素惠、林瑞香

網癮專欄**網癮輔導六大策略**

行為改變非一蹴可及，網癮問題的背後有許多待解決的議題，以下輔導策略是參照 Dr.Young 觀點略做調整。在輔導策略包含(一)損害程度評估，增加自我覺察與提高改變動機、(二)用反向操作，建立規律生活、(三)設定工作優先順序，提升自制力、(四)外在的提醒者、(五)空間與時間的設定、(六)鼓勵父母參與/效能評估等。說明如下：

□ 生活型態改變評估，提高改變動機

方法：

- 1.說明填寫成癮程度評估表，目的在於協助學生了解目前的網路使用狀態。
- 2.討論上網的樂趣與好處，了解學生使用形態。
- 3.列出因為上網的壞處與不上網的好處，做成提醒卡放在電腦桌上。
- 4.討論生涯的期待？想像上大學/高中畢業後的生活？
- 5.目前的生活方式能夠達成未來的目的嗎？
- 6.你會怎麼調整自己的生活步調？

□ 反向操作，建立規律生活

方法：

- 1.以改善睡眠為目標，有助於提高學習效率。
- 2.建立新的時間表，包含睡眠時間(含關機、睡前準備)、起床時間、上學期間的使用時段、放學後的作息安排。

□ 設定上網順序，提升自制力

方法：

- 1.放學就上網，改成吃晚餐>看完新聞>洗澡>做功課 1 小時>上網。考前一週，增加複習時間 1 小時。
- 2.每日填寫上網紀錄，評估達成率。建議由學生自己填寫，家長或老師協助執行。

□ 外在的阻止者

方法：與個案討論可行的方法，並徵得同意與承諾願意配合。

例如：找個人幫忙提醒個案下線、用鬧鐘提醒、電腦軟體設定斷線時間。校內的巡堂、班級管理也是重要方式。

□ 空間/網路/費用設定

方法：與個案討論可行的方法，並徵得同意。如：電腦擺在客廳、書房或父母房間、安裝過濾軟體、設定網路斷線時間、由孩子自己負擔網路費用，學習管理規劃等。

□ 鼓勵父母參與/效能評估

方法：

- 1.提供父母衛教認識戒斷症狀與改變歷程。
- 2.教導溝通方式，如堅持立場、溫和的口氣、不翻舊帳，以及允許讀不下書時作別的事情、鼓勵運動休閒等。
- 3.論契約執行狀況，提供修正建議。青少年在事前告知、約定提醒方式與違規的處置之後，多數可以配合調整改善。但是家長堅定的態度、不接受情緒勒索是必要條件。
- 4.定期回診、接受網癮專家諮詢，可以在遭遇困境時，得到支持與建議。

改變過程往往需要足夠的溫暖與支持，加上堅定地的態度。歡迎您打電話或到慈惠醫院粉絲頁留言，我們的專業團隊會提供您必要的建議。慈惠醫院 臨床心理科蘇俊賢心理師 關心您

上網的優缺點

上網的壞處	不上網的好處
■ 1 父母的抱怨	* 1 有時間運動
■ 2 與家人起衝突	* 2 能參加家庭活動
■ 3 功課變差	* 3 改善與家人的關係
■ 4 減少假日活動	* 4 更好的課業表現
■ 5 可能退學	* 5 有時間讀書
■ 6 身體變差	* 6 省錢
■ 7 花錢……	* 7 陪另一半



圖：老師班級管理的創意
引自：<http://www.teepr.com>

成癮專欄**戒酒（或戒煙、毒）不能只靠意志力**

鄰居王桑有糖尿病，不用吃藥、飲食無需控制，靠意志力就能維持血糖平穩。房東太太得了肺癌，免手術、不需化療，靠意志力得痊癒。祖父失智了，靠意志力能重拾聰慧。

上述例子聽起來像天方夜譚嗎？在覺得上述例子荒誕不經的同時，為何有人會認為酒精或其他物質成癮可以單靠意志力獲得治癒呢？

科學研究認為，成癮是一種腦部疾病。以酒為例，一般人在適度飲酒的情況下，並不會成癮，也尚能憑著自己的意志力去控制；但當重複暴露在酒精內，酒精會慢慢傷害並改變大腦的構造，而逐漸邁向成癮。一旦成癮，飲酒就成了腦部疾患，透過腦部影像檢查可以看到程度不等的損傷；這時即使再怎麼想不喝、發下怎樣的毒誓，一旦受到誘發，受過傷的大腦便會不顧一切後果地，想喝到那杯表面甘醇可口、內裡卻腐蝕人心的酒。此時，就無法單靠意志力來控制飲酒了；會需要專業協助，透過適當使用藥物輔助、環境處遇及心理治療等共同合作，才能使成癮疾患獲得控制。(文/精神部陳繹醫師)



私立高雄仁愛之家附設慈惠醫院 109 年十月門診表

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	備註
上午	一診	吳景寬	張義宗	謝金村	張志華	塗崑喻	醫師輪診 成毓賢 10/3.10/17.10/31 ◆掛號時間◆ 星期一至星期五 08:00-11:00 13:00-16:00 星期六 8:00-11:00 ◆看診時間◆ 星期一至星期五 09:00-12:00 14:00-17:00 星期六 9:00-12:00 特約門診自費預約 ◎藥癮特別門診 W2 張志華, W5 陳輝 ※酒癮特別門診 *青少年藥、酒癮戒治特別門診 W2 陳輝 ◆身心特診 ●rTMS 門診 W5 鍾偉倫 ※網路成癮特別門診 W3 成毓賢 ☆兒童青少年門診 成毓賢 W5(2.4週) 周文君 ●教學門診 週六上午醫師輪診 劉俊麟：10/10 謝金村：10/24 成毓賢：10/3.10/17.10/31
	二診	張志華	成毓賢 ●教學門診	成毓賢 ※網路成癮特別門診	劉俊麟 ●教學門診	鍾偉倫 ◆身心特診 ●rTMS 門診	
	三診					周文君(2.4週) ☆22歲以下 兒童青少年門診	
	五診		謝金村 ★(特約,隔4週)	張志華 ★(特約,隔4週)	謝金村 ★(特約,隔4週)		
	六診		張志華 ◎藥癮特別門診			陳繹 ◎藥癮特別門診	
下午	一診	鍾偉倫	劉俊麟	鍾偉倫	陳正興 10/15.10/29(隔週)	張義宗	
	二診	謝金村	陳繹 ※酒癮特別門診 *青少年藥、酒癮戒治特別門診	塗崑喻	薛克利 10/8.10/22 隔週)	成毓賢	
	三診				文榮光(第4週)		
	五診	張義宗★特約門診	◇減重營養諮詢				
備註	◎本院醫療服務項目：精神科急診、門診、住院、日間留院、居家服務、心理治療與諮詢、老年、兒童青少年門診、家暴、性侵害、自殺防治、失智症、藝術治療、戒菸、減重、營養諮詢、心理諮詢特別門診、同志友善、酒癮、藥癮、物質濫用治療、網路成癮、整合照護門診、就業輔導服務中心、禪園實習商店、玫瑰天使實習餐廳、臨床研究、教育訓練、與實見習學生。 ◎本院夜間門診暫停。若有需要，請事先於掛號時間來電業務室。電話(07)7030315 轉 3167，將為您專案處理。 ◎本院另有全天 24 小時精神科急診服務、居家治療及 24 小時精神科緊急諮詢專線 07-7020755(白天)、07-7030315 轉 3202(夜間) ◎看診請務必於上午 11：00 前，下午 4：00 前報到，逾時不候。						

重
要
訊
息

*門診自費服務項目

- ☐ 兒青心理諮商/網路成癮
服務時間：預約 服務地點：心理治療室
- ☐ 營養諮詢：蕭勺茵營養師
服務時間：每週二下午 服務地點：門診區第五診間

本院臨床心理科特約自費心理諮商門診

- *潘威富主 任(週一晚上) *胡欣欣心理師(週二晚上)
- *蘇俊賢心理師(週四晚上) *林瓊芬心理師(週六上午)
- *粘晶菁心理師(週五晚上)

***您有憂鬱情緒難以抒解嗎？本院臨床心理科隨時傾聽您的心聲。自殺防治專線電話：(07) 7030315 轉 3120**

◆ 健康存摺 ◆

中央健康保險署日前推動「健康存摺」系統，民眾可透過網路通過身分驗證（健保卡或自然人憑證），就可以查詢個人健保就醫相關資料，查詢的資料內容包含保險費的計費及繳費情形和就醫資料。
 「健康存摺」協助民眾即時方便地取得個人的就醫資訊，以便做好自我健康管理。也可以在就醫時供醫師參考，提升醫療安全及效益。(摘錄自中央健保署網站)

◆玫瑰天使實習茶坊 歡迎您的光臨！！◆

為滿足您的味蕾，每天提供當日現煮茶類、關東煮、厚片、茶葉蛋、各式種類餅乾及小點心！每道料理都是學員細心規劃設計的餐點，我們將於 9 月 14 日推出「清爽氣泡飲」，一杯販賣 20 元。為回饋大家一路的支持，9/14-9/16 期間訂購玫瑰天使餐廳中餐即贈送一杯，歡迎舊雨新知繼續支持，感謝您們願意給社區學員機會參與復健，謝謝您！



慈惠醫院通過 107 年度精神科醫院評鑑及 108 年度精神科教學醫院評鑑

院址：高雄市 831 大寮區鳳屏一路 509 號
 本院電子信箱：thmh@mail.khja.org.tw
 本院網址：thmh.khja.org.tw
 電話 (TEL)：886-7-7030315
 傳真 (FAX)：886-7-7012624
 分機 (EXT)：掛號 3167 門診 3138、3140
 居家治療 3141、3161 急診服務 3201、3203
 戒菸相關諮詢服務 3173

視病如親 If the patient were you or someone you love...

