112 年三軍總醫院北投分院 1 月門診時刻表

門診部(中和街)

時間	科別	診間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午 09:00 — 11:30	家醫科/身心科	1F 第一診間	陳家勉 (家醫科/勞工健檢) (軍人體檢複檢門診)	葉柏寬 (神經內科) (疼痛治療) (長新冠症狀評估)	陳家勉 (家醫科/ 勞工健檢 /類流感門診) (軍人體檢複檢門診)		陳家勉 (家醫科/勞工健檢) (軍人體檢複檢門診)
	身心科	2F 第一診間	陳泰宇 (性別友善門診) (心理治療特別門診) (含戒菸門診)	梁志頌 (老年醫學暨藥酒癮門診)	李添浚	鄭凱仁	
		2F 第二診間	梁志頌	李添浚	謝定宏	楊蕙年 (護生教學診)	曾志傑 (護生教學診)
		2F 第三診間	楊蕙年 (兒童青少年)	黃敬軒 (老年精神醫學門診)	古世傑 (含戒菸門診)		吳永富 (護生教學診)
		3F 第四診間					
	牙科	2F 牙科診間	陳人豪	杜濬清	杜濬清	陳人豪	
下午 14:00 — 16:30	家醫科	1F 第一診間			林晉賢		
	身心科	1F 第一診間	張廷碩 (兒童青少年)			戴月明 (兒童青少年、戒菸門診) (老年身心整合門診)	
		2F 第一診間	吳永富 (老年身心整合門診)	彭嘉和	羅時茂	江國棟	鄭凱仁 (兒童青少年) (嚴重情緒行為特別門診) (護生教學診)
		2F 第二診間		楊皓名 (護生教學診)	朱軒德 (經顱磁刺激)	馬靖超 (護生教學診)	王育琛 (護生教學診)
		2F 第三診間	古世傑 (含戒菸門診) (護生教學診)	馬靖超	鄒輝穎 (兒童青少年) (嚴重情緒行為特別門診)		黃敬軒
		3F 第四診間			心理/放鬆減壓門診/ 家庭評估/家族治療		
		3F 第五診間				自律神經訓練	家族治療
	牙 科	2F 牙科診間	陳人豪	杜濬清	杜濬清	陳人豪	
晚上 18:30 — 21:00	家醫科/身心科	1F 第一診間		黃旭瑩 (小兒科)	陳家勉 (家醫科/勞工健檢) (軍人體檢複檢門診)	戴月明 (兒童青少年)	
	身心科	2F 第一診間	王育琛	張廷碩 (兒童青少年)	葉柏寬 (含疼痛治療/記憶門診)	高廉程	陳泰宇 (含戒菸門診)
		2F 第二診間	梁志頌	朱軒德 (經顱磁刺激)	李彥鋒	張復舜 (1/5) (性別友善門診)	張國榮 (1/13)
		2F 第三診間	楊蕙年 (嚴重情緒行為特別門診)	吳永富	曾裕庭		葉柏寬 (含疼痛治療/記憶門診)
	牙 科	2F 牙科診間	陳人豪		杜濬清		

院本部(新民路)

時間	科別	診間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午 09:00 — 11:30	家醫科	第二診間			林晉賢 (家醫科)	劉崢偉 (心臟內科)(特約診)		陳家勉 (家醫科)
	身心科	第一診間	周銘坤 (神經內科)	曾志傑 (含戒菸門診)	曾裕庭	江國棟	曾裕庭	黃敬軒 (含戒菸門診)
		第二診間	馬靖超 (含戒菸門診) (疼痛及睡眠評估特約門診) (教學門診)	楊立光			李彥鋒 (護生教學診)	
		第三診間	楊皓名	鄭宇明 (1/3) 彭柏瑞 (1/10)	曾志傑 (含失眠門診) (含戒菸門診)	陳家勉 (家醫科) (勞工健檢/疫苗門診) (軍人體檢複檢門診)	馬靖超 (全自費門診) (減重諮詢門診) (疼痛及睡眠評估特約門診)	戴月明 (兒童青少年) (嚴重情緒行為特別門診)
		第四診間	朱軒德 (經顱磁刺激)	楊皓名	鄒輝穎 (兒童青少年) (嚴重情緒行為特別門診)	吳永富 (含戒菸門診) (教學門診)		鄒輝穎 (兒童青少年) (嚴重情緒行為特別門診)
		第五診間						
	牙科	第四診間					杜濬清	
下午 14:00 — 16:30	內科	第二診間	葉柏寬 (神經內科/疼痛治療) (長新冠症狀評估) (含戒菸門診)			劉崢偉 (心臟內科)		
	身心科	第一診間	戴月明 (護生教學診)	張廷碩 (兒童青少年)		黃敬軒 (老年精神醫學門診) (教學門診)		
		第二診間		高廉程	鄭凱仁 (兒童青少年)			
		第三診間	高廉程 (護生教學診) (教學門診)	黃仁弘 (1/10)	楊斯年	李彥鋒 (含自費減重諮詢門診)	古世傑 (含戒菸門診) (教學門診)	
		第四診間						
		心理科					放鬆減壓門診	
	替代療法科	第一診間	王育琛 (含身心科/戒菸門診)		陳泰宇 (含身心科/戒菸門診) (教學門診)		李添浚 (含身心科/戒菸門診)	

三軍總醫院 北投分院院訊

TSGH Beitou Branch 三軍總醫院北投分院

Tri-Service General Hospital Beitou Branch

復刊第一二八期

民國 112 年 1 月 1 日

發行人：楊斯年　審查：江國棟　總編：柯乃月　編輯：歐素雯

地址：112 臺北市北投區新民路 60 號 電話：(02)2895-9808 網址：http://818h.mnd.gov.tw

圖片說明：111 年 12 月 16 日本院辦理「災難心理衛生提升計畫全國專家共識會議」，由院長楊斯年上校主持召開，邀集學者何艾倫老師等人蒞會指導，會中除針對災難心理衛生提升計畫成果發表外，並討論成立災難心理衛生學會之可行性提出建議與討論。

[醫療專欄]：如何照顧有憂鬱傾向的年老父母（上）。

[榮 譽 榜]：國軍 111 年優良軍醫獲獎人員－鄭凱仁醫師。

[重要公告]：112 年 1 月份開診動態。

[醫師介紹]：李彥鋒醫師。

[宣導事項]

★本院為無菸檳醫院，院區內全面禁菸禁檳，請來賓勿於院內吸菸，謝謝您的配合！ 戒菸專線：02-28935869。

★本院防疫期間會客規定隨中央疫情指揮中心指示調整，相關會客規定，於本院院網及 Facebook 即時更新。

院網　FACEBOOK

【醫療專欄】

如何照顧有憂鬱傾向的年老父母（上）

教研室 戴月明 主任

在中國甲骨文的「老」字，從象形字來看，很像一個人留著鬍鬚，頭頂只剩一撮頭髮、駝著背、拄著枴杖，傳統觀念中，就會把"衰弱"甚至"死亡"把"老"劃下等號。然而台灣早在 1993 年底就邁入聯合國所定義的高齡化社會(65 歲人口大於全部人口的 12%)，且高齡化趨勢日益劇增。隨著生命預期的延長、生育率降低、及少子化的影響，許多問題幾乎是每個人都將會遇到，卻較少機會接受教育，了解如何面對與因應高齡化的身心適應問題，在此先簡要分享如何照顧有憂鬱傾向的年老父母。

第一個出現的腦細胞變化

人類的腦細胞數量，其實在約 2 歲的時候，就已經長到 80%的程度，到了 12 歲以後，腦細胞數量幾乎少量地增加，事實上科學家發現人類的智商最高約在 20 到 25 歲，之後智商逐年下降，但是一般所謂的智商(智力商數)內容包括了處理速度，記憶及反應能力等，針對老年人而言，年紀增大第一個出現的腦細胞變化在於神經髓鞘的退化，由於神經髓鞘的功能在於加快神經的傳導，所以年紀大的第一個出現現象，就是動作和反應變慢。然而腦神經細胞另一個與年齡較沒有關係的就是腦細胞聯會(synapse)的功能，也就是學習及記憶，也就是說年長者雖然腦細胞不會再增加，動作反應也較慢，但是學習與記憶的功能仍是存在，尤其是經驗的累積，更是年輕人所沒有的，如果能夠好好發揮，不但對自我肯定有所幫助，更能嘉惠社會，造福人群。

老年期心理發展階段

西方學者 Erikson 提出人生各階段都具有不同的心理發展階段，而老年期的重要任務就在於"統整或絕望"，也就是說如果在這個時期能夠整合過去在內在及外在的經驗和成果，將可以得到自信及尊嚴，但若未整合，則可能陷於失望及絕望。臨床上的觀察，大部份的高齡者都是十分敏感的，他們最常遇到的心理議題如下：

1.面對自己或親友的死亡的悲傷失落;2. 自尊心強; 3. 學習信心低; 4. 注意力及記憶力退化;5. 友誼需求高;6. 需要自主及獨立。

尤其是面對挫折或困難時，大部份的長者多不願意麻煩別人，或是基於自尊心而害怕別人笑話，目前工商繁忙的時代，即使想要找人談心都變成奢侈的享受，如此情緒沈積日久，則容易變得喪志灰心。

老年期憂鬱症

在精神醫學的領域中，憂鬱症其實是很多疾病的初期表徵，最常見的是失智症，巴金森氏症，疼痛，心臟病或中風，臨床上也有遇到因為害怕被偷、被搶或怕黑而又傾訴無門的長者，以憂鬱的情緒表達出來，甚至於以流行性感冒症狀呈現;其他如藥酒濫用，紅斑性狼瘡，愛滋病前期，荷爾蒙失調等均有可能表現出憂鬱情緒。

老年期的憂鬱除了會影響睡眠，胃口及身體免疫能力以外，最大的衝擊便是造成興趣降低，社會活動參與減少及記憶力與注意力功能退化，因而產生一種看似失智症而實際上並非失智症的"假性痴呆"(pseudodementia)，又稱為"可回復性的痴呆"(reversible dementia);很不幸的這類個案約 20-30%會退化成為真正的失智症(痴呆症)，危險性為正常人的五倍以上。然而老年期的憂鬱表現不盡然如同一般人所熟知的哭泣、歎氣、自殺意念或愁眉苦臉一般;老年人的表現除了上面講的失智型(Amnesia)外，尚有動作遲緩型(catatonic) ，身體抱怨型(somatization)及妄想型(delusion)等多種表現，未經專業訓練，一般家屬實難區辨。

【榮譽榜】

國軍 111 年優良軍醫獲獎人員

本院醫療部成人精神科主任鄭凱仁中校榮獲國軍 111 年優良軍醫人員殊榮，日前接受國防部副部長王信龍上將表揚，並獲頒國防部獎狀乙幀。

鄭醫師在臨床精神醫療領域深耕多年，用心投入部隊、社區及校園醫療服務與心理衛生宣教工作，為促進官兵及民眾身心健康貢獻良多。今年同時榮獲台北市醫師公會杏林獎，更是實至名歸。

【重要公告】

112 年 1 月份開診動態

一、1 月 2 日(元旦補假)：
(一)山下門診：休診。
(二)山上門診：0830 時至 1630 時
身心科－陳泰宇醫師(上午)
王育琛醫師(下午)

三、1 月 21～24 日(除夕～初三)：休診

四、1 月 25～27 日(初四～初六)：
(一)山下門診：休診。
(二)山上門診：0830 時至 1630 時
身心科－陳泰宇醫師(1 月 25 日)
黃敬軒醫師(1 月 26 日)
葉柏寬醫師(1 月 27 日)

五、1 月 28 日(初七)：
(一)山下門診：休診。
(二)山上門診：0830 時至 1130 時
身心科－曾裕庭醫師

服務專線：02-28959808 轉 603106
三軍總醫院北投分院關心您的健康

【醫師介紹】

李彥鋒 醫師

現職：
三軍總醫院北投分院主治醫師

學歷：
國防醫學院醫學系

經歷：
三軍總醫院台北門診中心特約主治醫師
三軍總醫院北投分院住院醫師、總醫師
三軍總醫院住院醫師

證照：
台灣精神醫學會專科醫師
中華民國航空醫學會專科醫師
教育部部定講師

專長：
減壓、情緒管理、失眠。
體重管理及諮詢、藥物輔助減重。
健康促進、預防醫學、抗衰老。
經顱微電流刺激療法（CES）
重複經顱磁刺激術(rTMS)

勵志嘉言：
人生最大的考驗不是遭遇挫折，而是遭遇挫折後，如何保有對人生的熱情。

門診時間：
(中和街)：星期三晚上
(新民路)：星期四下午、星期五上午

【交通資訊】

◎**門診部地址**：
臺北市北投區中和街 250 號
捷運轉乘路線：搭乘淡水信義路線於北投站下車，轉搭新北投支線，於新北投站下車後， 步行約 5 分鐘即可到達，或於北投捷運站搭乘 216、218、223、266 公車，於中和街站下車。(如圖示)

◎**院本部門診、急診及住院地址**：
臺北市北投區新民路 60 號
捷運轉乘路線：搭乘淡水信義路線於北投站下車，轉搭新北投支線，於新北投站下車後，步行約 10 分鐘即可到達，或於新北投捷運站對面公園搭乘小 22、小 9 公車，於北投醫院站下車。(如圖示)

本院院本部附有停車場，歡迎開車前往！