



地址：澎湖縣馬公市前寮里90號

電話：06-9211116

發行人：胡曉峯

編輯：醫務行政室

宗旨 建構優質的醫院。願景 成為澎湖軍民健康守護者。任務 平時負責澎湖地區醫療，戰時為第一作戰區聯合醫療中心。●關懷●品質●紀律●創新

「尿失禁」的治療方式

「尿失禁」是一個相當惱人的問題，男女皆有可能因疾病或年齡等因素造成。尤其是老年人可能因膀胱老化所引起的泌尿系統與生殖器官衰退，所造成「尿失禁」現象，更令銀髮族難以啟齒，不僅在生活上會產生重大影響，更因此缺乏自信。

三總澎湖分院泌尿外科為解決鄉親「尿失禁」困擾，自107年起特別引進「尿失禁電刺激器」骨盆腔治療儀，運用安全而有效的治療方式，已成功治癒超過百位患者，有效改善「尿失禁」鄉親的功能障礙。

攝護腺癌在台灣男性排名癌症第7位，估計每年約增加3,600位患者，而在攝護腺手術治療後，可能會出現尿失禁及性功能障礙的後遺症，術後康復是攝護腺手術後必要的療程，歐美各國已證實術後有助於改善後遺症。而女性是在生過小孩後，可能因產後骨盆腔肌肉鬆弛，導致控制能力降低，因此只要腹肌用力或腹腔壓力增加時，即可能產生尿液外漏的尿失禁問題。

人體構造中，骨盆腔肌肉是控制排尿、儲存尿液的主要肌肉，為了要加強骨盆腔訓練來加強鎖尿功能改善尿失禁，可利用兩種方式，一種是作凱格爾運動，來強化骨盆腔肌肉，幫助鎖尿改善漏尿現象，而這種運動對於癌症、糖尿病及心血管患者均能適用。

另一種即是利用「尿失禁電刺激器」，運用「電子凱格爾」方式治療，可經由肛門探頭電刺激骨盆腔肌肉，來刺激神經強化肌肉力道，電刺激法簡單方便，同時也是最適合高齡病患治療的最佳方式，治療期程共需12次，每次概約20-30分鐘。對於男性可按摩攝護腺，可促進血液循環，有效達到改善尿失禁及性功能障礙，都能有相當效果。對女性可活化骨盆腔肌肉及再生萎縮神經肌肉，改善尿失禁及骨盆腔器官脫垂現象。

而個人要如何降低「尿失禁」現象上身呢？建議平日飲食的攝取，應注意肉類不過量、少鹽少油，多吃膠原蛋白補充骨盆腔內結締組織，攝取豆類等含植物性激素的食物如南瓜、蕃茄；同時多吃堅果、苦瓜、花椰菜等抗氧化食品。每天可做凱格爾運動，或養成運動習慣如走路、爬山、游泳等方式都是好的選項。

尿失禁對個人而言，是非常惱人的問題，因為心理方面，可能因外表及臭味引起焦慮不安而喪失自信；「電子凱格爾」治療方式，同時有強化膀胱及陰部肌肉，防止下尿路問題引起的性功能障礙，此種療程會先由醫師診斷，再依個人狀況採取療程，來達到治療效果恢復以往青春活力的青春活力。澎湖鄉親如有尿失禁的問題，可隨時到三總澎湖分院泌尿外科諮詢，以改善生活品質。

陪(探)病公告

依疾病管制署112年11月22日修訂之「醫療機構因應COVID-19感染管制措施指引」相關規定：

探病 住院病人有條件開放探病，探病時段為每日固定2時段，每名住院病人每次至多2名訪客為限。

3樓加護病房 探訪時段 中午 11:00-11:30 晚上 18:00-18:30

4樓5樓一般病房 探訪時段 中午 11:00-12:00 晚上 18:00-19:00

請攜帶證件至醫療大樓門口保全處換證

陪病 住院病人之陪病者(含照顧服務員)人數以1名為原則

1. 住院病人如有發燒、呼吸道症狀、肺炎、嗅味覺異常、不明原因腹瀉等COVID-19相關症狀者，由醫師評估進行探檢。
2. 病人為兒童(12歲以下)、老人(65歲以上)、身心障礙或經醫療機構評估有照護需求者(如：行動不便、生活無法自理等)，陪病人數上限為2人。

以下情況避免前往醫院陪(探)病

1. 具有COVID-19相關症狀
2. 尚於自主健康管理期間者如有必要陪(探)病時，須經本分院評估同意，於入院陪病當日進行1次家用快篩陰性後進行陪(探)病。

三軍總醫院澎湖分院

「醫療急難捐助款」、「安寧捐助款」徵信芳名錄(113年3月1日至113年3月31日)

日期	捐款人	金額
1130301	善心人士	2,000
1130301	善心人士	2,000
1130301	善心人士	2,000
1130301	王文泰、王泓橋、王宣皓、王崇璋、陳秀姿	1,500
1130301	善心人士	300
1130301	王月英	1,000
1130301	善心人士	500
1130304	朱劍偉	1,000
1130304	朱劍章	1,000
1130304	歐成器、歐彥伯、歐彥佑、成佳靜、林久琳、歐子頌、歐芊妤、歐內彤、歐上菲	1,800
1130305	陳國安、高秋杏、陳俊諺、王麗雅	1,000
1130305	善心人士	6,000
1130307	許樟膏、郭明堯、郭品傑、林宇晨、林志謙	1,000
1130307	范恆安、范恆邦	2,000
1130308	許國裕	60
1130308	蔡忻容	300
1130311	善心人士	12,900
1130311	趙在福、郭金雀、趙君雷、趙柏翔	1,000
1130311	蔡文軒	300
1130311	鄧育弘	300
1130313	陳聰明、蔡金珠、陳郁馨、陳郁雯	1,000
1130313	王芳蘭、徐明瑞、王陳來好、徐浩軍	800
1130313	洪麗珍	200
1130313	陳順序、李美慧、陳培昆、陳培昱	800
1130313	王美雲、葉士仁、葉筱涵、許正綾、葉權毅	1,000
1130313	項白蓉、陳縉昀、陳育宏	600
1130313	楊能男、許淑惠、楊廷瑜、楊芷毓	800
1130313	林本益、許秀春、林士傑、林育德、林育賢	1,000
1130313	洪自琳、洪若瑟、洪若瑜、洪政緯、辛富美	1,000
1130313	黃廣平、梁宏珍、黃瑜惠、黃品為	1,000
1130313	藍天河、王美秀、藍怡雯、藍怡珊、藍怡宣、李懿芳、李志華	1,400
1130313	李麗環	200
1130313	陳高貴順、陳興儀、徐玉涵、陳芋綺、陳鈞峻	1,000
1130314	善心人士	30
1130318	鄧國文、陳保銀	1,000
1130318	朱明輝、鄭心怡、朱凱睿	1,000
1130318	王根旺、王陳金環、王有德、王有本、王榮宗、王湘雲	1,800
1130321	善心人士	2,000
1130321	善心人士	2,000
1130321	善心人士	2,000
1130327	謝彥翔、袁鳴凌	1,000
1130327	蔡連圓	2,000
1130327	蔡新發	2,000
1130327	袁少華、王美麗	1,000

「醫療急難捐助款」及「行天宮醫療急難濟助專款」

日期	項目	金額
1130305	補助個案1(醫療急難捐助款)	20,000
1130313	補助個案2(醫療急難捐助款)	15,000
1130313	補助個案3(醫療急難捐助款)	10,000
1130321	補助個案4(醫療急難捐助款)	10,000
1130321	補助個案5(行天宮醫療急難濟助專款)	12,500
1130327	補助個案6(醫療急難捐助款)	30,000
1130327	補助個案7(醫療急難捐助款)	10,000

每月醫星介紹

職業醫學科

專長：職業醫學、心臟醫學、冠心病、高血壓、血脂異常、代謝症候群、肥胖醫學、體重管理、肥胖症

祝年豐 醫師

星期	一	二	三	四	五
上午					
下午			✓	5/15	

泌尿外科

專長：一般泌尿系統疾病檢查與治療、尿路結石、膀胱功能失調、男性醫學、小兒泌尿、醫美雷射

林大欽 醫師

星期	一	二	三	四	五
上午					
下午		✓			

身心科

專長：思覺失調症、睡眠障礙、焦慮症、情緒障礙症、老年失智症

趙培竣 醫師

星期	一	二	三	四	五
上午			✓	✓	
下午				✓	

營養衛教

時間：週一~週五 09:00-16:00

項目：各科護理疾病指導、飲食、減重及戒菸諮詢

地點：二樓門診衛教室

團體衛教

5月29日(星期三) 上午 10:00~11:00

全身麻醉的注意事項

護理師 許黎潔 陳宣竹

1樓門診區

肺癌篩檢 111年7月1日起開辦!

符合資格者 掛號 檢查 擺免費

政府出錢囉! 免費 掛號 LDCT檢查

吸菸者需接受戒菸服務

補助對象為 肺癌高風險族群 2年1次

有肺癌家族史 或 重度吸菸者

- 50-74歲男性
- 45-74歲女性
- 且父母、子女、兄弟姊妹曾罹患肺癌
- 50-74歲
- 且吸菸史達30包·年以上
- 仍在吸菸或戒菸15年內

包·年=每日吸菸包數 × 共吸菸年數 (如：每天1包菸，共抽30年；或每天1.5包菸，共抽20年)

肺癌篩檢定期做 早發現 早治療

肺癌篩檢並不能預防肺癌發生，吸菸者應戒菸，才能降低罹患肺癌風險

免費 癌症篩檢您"做"了嗎?

早期發現·早期治療

大腸癌

(50~未滿75歲民眾) 每2年1次 糞便潛血檢查

糞便潛血檢查：領取採便管將上蓋拔起會連接一根細管，將細管往糞便劃過4下後，蓋回採便管即可

口腔癌

30歲以上嚼檳榔(含已戒)或吸菸者、18歲以上嚼檳榔(含已戒)原住民 每2年1次 口腔黏膜檢查

口腔黏膜檢查：牙科或耳鼻喉科醫師目視檢查即可

子宮頸癌

(30歲以上婦女) 每年1次 子宮頸抹片檢查

子宮頸抹片檢查：婦產科醫師採檢即可(6分鐘護一生)

大腸癌篩檢不需本人到院檢查，只需健保IC卡開立檢驗單，領取採便管採檢，再繳回檢驗科即可，如需篩檢或有疑問，專人(張小姐)為您服務，請撥9211116轉59751或至本院1樓掛號室之「轉介窗口」洽詢(時間：星期一至五，8~17點)

產科高層次超音波服務

週數 20-24 週

單胞胎：3000+400(看診費)
雙胞胎：6000+400(看診費)

預約時間：每週四上午及不定期周五

門診時間致電至婦產科診間預約 06-9211116 # 59463

5月
2024

三總澎湖分院門診時間表

掛號 上午08:00-11:00 下午13:30-16:30 看診 上午08:30-11:30 下午14:00-17:00 預約 上午09:30-11:00 下午13:00-16:00

May					五月	
日	一	二	三	四	五	六
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

◆24小時網路掛號更方便，網址為：<http://netreg.afph.tsgh.ndmctsgh.edu.tw/start.asp> ◆預約掛號電話：9211116轉59100、59101、59104

急診24小時

科別	星期	一		二		三		四		五		
		上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午	
整合科	消化科 (肝、膽、腸、胃、胰)	王仁則		王仁則			陳軍廷		陳軍廷			
	心臟科	陳昇遠 (6) 蔡松樵 (13) 吳浩銘 (20) 蔡宗能 (27)	劉邦彥 (6) 看診時間 13:00-16:00 賴昭宏 (27) 蔡宗能 (27.約診)	劉郁嵐 (14.28)	鄭旭智	鄭旭智 (1) 洪元 (8) 陳昇遠 (15) 蔡松樵 (22) 吳浩銘 (29) 賴昭宏 (29)			張喬翔	張喬翔		
內科系	一般內科 (含體檢異常複診)	王傑永	黃瑞昌	賴俊吉	王傑永	劉奕辰 (1.15.29) 吳聲政 (8.22)	阮圓真	陳璽之	陳軍廷	許育維	陳璽之	
	胸腔內科	王傑永		蘇麗慧	王傑永			蘇麗慧		彭忠衍 (3)	彭忠衍 (3)	
	腎臟內科				陳俊吉			陳璽之			陳璽之	
	神經內科		阮圓真	李俊泰 (7.21)	李俊泰 (7.21)		阮圓真		許育維	許育維		
	新陳代謝科	劉奕辰		劉奕辰		劉奕辰 (1.15.29) 吳聲政		黃嘉崙 (9) 吳聲政				
	血液腫瘤科					吳聲政		吳聲政				
	安寧緩和門診									李承翰 (3.17) 楊登和 (10.24)	楊登和 (10.24) 看診時間 13:00-16:00	
	風濕免疫科											
	感染科		黃瑞昌	賴俊吉								
	職業醫學科						祝年豐 (15)					
外科系	老人整合門診 失智症門診 旅遊醫學門診				陳俊吉				趙培竣	趙培竣		
	一般外科	王仁則	曾彙升	王仁則	鄭旭智	徐國峰	王良財 王良財	王良財 王良財	劉韋廷 劉韋廷	劉韋廷 劉韋廷	朱倍儀	
	直腸外科											
	心臟血管外科			柯宏彥 (7)	鄭旭智	鄭旭智						
	泌尿外科				林大欽			林大欽				
	神經外科		鍾名軒		郭泰宏		鍾名軒		郭泰宏	蔡東翰	蔡東翰 洪昆廷 (3) 楊韻如 (31)	
	胸腔外科						黃才旺 (2.9.23)	黃才旺 (2.9.23)	朱倍儀	朱倍儀	徐國峰 (約診)	
	整形外科					徐國峰	徐國峰					
	骨科	葉育凱 (6.13.27)	曾彙升 葉育凱 (6.27)	曾彙升	莊富凱	鍾啟榮	鍾啟榮	莊富凱	鍾啟榮 李松青 (2)			
	乳房外科	廖國秀 (20)	廖國秀 (20) 看診時間 13:30-16:30								蔡雪厂 (10.31)	
小兒外科	李瑞庭 (20)											
婦兒系	婦產科 子宮頸抹片快速通關	蔡秀婷	蔡秀婷	蔡秀婷	蔡秀婷 (婦女整合門診)		陳宇軒 陳宇軒 蔡秀婷 (高層次超音波約診)	陳宇軒 蔡秀婷 陳宇軒			黃莊彥 (3)	
	兒科		李笙平 (6.13) 陳映辰 (20.27)		李笙平 (14.21) 陳映辰 (7.28)	朱德明 內分泌新陳代謝 (1.15.22) 看診時間 13:00-16:00 田炯璽 (8.29)		黃映齊 兒童腸胃				
	健兒門診 兒童心臟科門診		專科醫師					專科醫師		黃劭威 (24)	黃劭威 (24)	
身心科					趙培竣		趙培竣	趙培竣	趙培竣	趙培竣 (心理治療約診)		
眼科					陳清龍 (8.22) 看診時間 13:00-16:00		翁子恆	翁子恆 看診時間 13:30-16:30				
耳鼻喉科	鄭聖耀 (6.13.27) 朱永祥 (20)	鄭聖耀 (6.13) 朱永祥 (20)	陳治宇		陳治宇	陳治宇				鄭聖耀 (24)	鄭聖耀 (24)	
牙科	劉劍誌			劉劍誌	孔令瑜			孔令瑜		劉劍誌 (10.24) 孔令瑜 (3.17.31)		
潛醫及高壓氧科				莊富凱			王良財					
醫學美容			陳治宇				林大欽				徐國峰 (約診)	
戒菸治療				莊富凱			莊富凱					
預立醫療照護諮詢					吳聲政							
營養諮詢			營養師					營養師				

假日門診時間：5月19日上、下午骨科杜元坤醫師。

本院電話總機06-9211116

急診護理站59119服務台 59100
藥物諮詢59130
檢驗諮詢15973諮詢傳真9216745
門診護理站59203
內科一診59200內科二診59201
內科三診59202耳鼻喉科59103

牙科 59107 眼科 59124
外科一診59028 外科二診59029
身心科59146 皮膚科59206
婦產科59463 小兒科59426
民眾申訴分機15960



院區位置及交通方式



地址：澎湖縣馬公市前寮里90號

離島偏鄉、遠地縣市地區民眾轉診服務諮詢窗口 三總醫院 隨時有專人為您服務

※澎湖分院
一、現場服務櫃檯(6號轉診櫃檯)
二、聯絡電話-06-9211116分機59129
0987-860-387
三、服務日期：星期一至星期五
四、服務時間：上午08:00-12:00
下午13:00-17:00

※本島轉診就醫專責服務窗口：
●台北三總 0972-275-001
●衛生局 06-9270297
●高雄長庚 0972-981-678
●高雄榮總 0975-581-398
●高醫 0955-377850

體檢資訊

專線 06-9217585
★時間：每週一至五早上08:10-11:00
星期一、二、三、五
星期三為勞工體檢日
體檢時請攜帶身分證或護照
(外籍人士)及照片辦理體檢
★星期四為自費健檢日
採預約方式
自費健檢方案請至本院網頁
(為民服務→表單下載)查詢，網址為：
<https://www.tsgh.ndmctsgh.edu.tw/unit/40000/16318/web>
★體檢地點：2樓健檢中心

時間 線路	馬公→本院		本院→馬公	
	上午	下午	上午	下午
醫院線	07:35 09:45 10:45 12:10	15:50		
馬公線	07:35 09:05	◎16:25 20:45	07:30 09:30	18:05 21:10
風櫃線	12:05		07:25	
尖山線	08:05 10:05 11:20		06:00 08:20 11:00	

◎為週六、日、例假日停開

~為維護就醫鄉親健康權益，本院全面禁止吸菸，敬請蒞院來賓配合遵守~