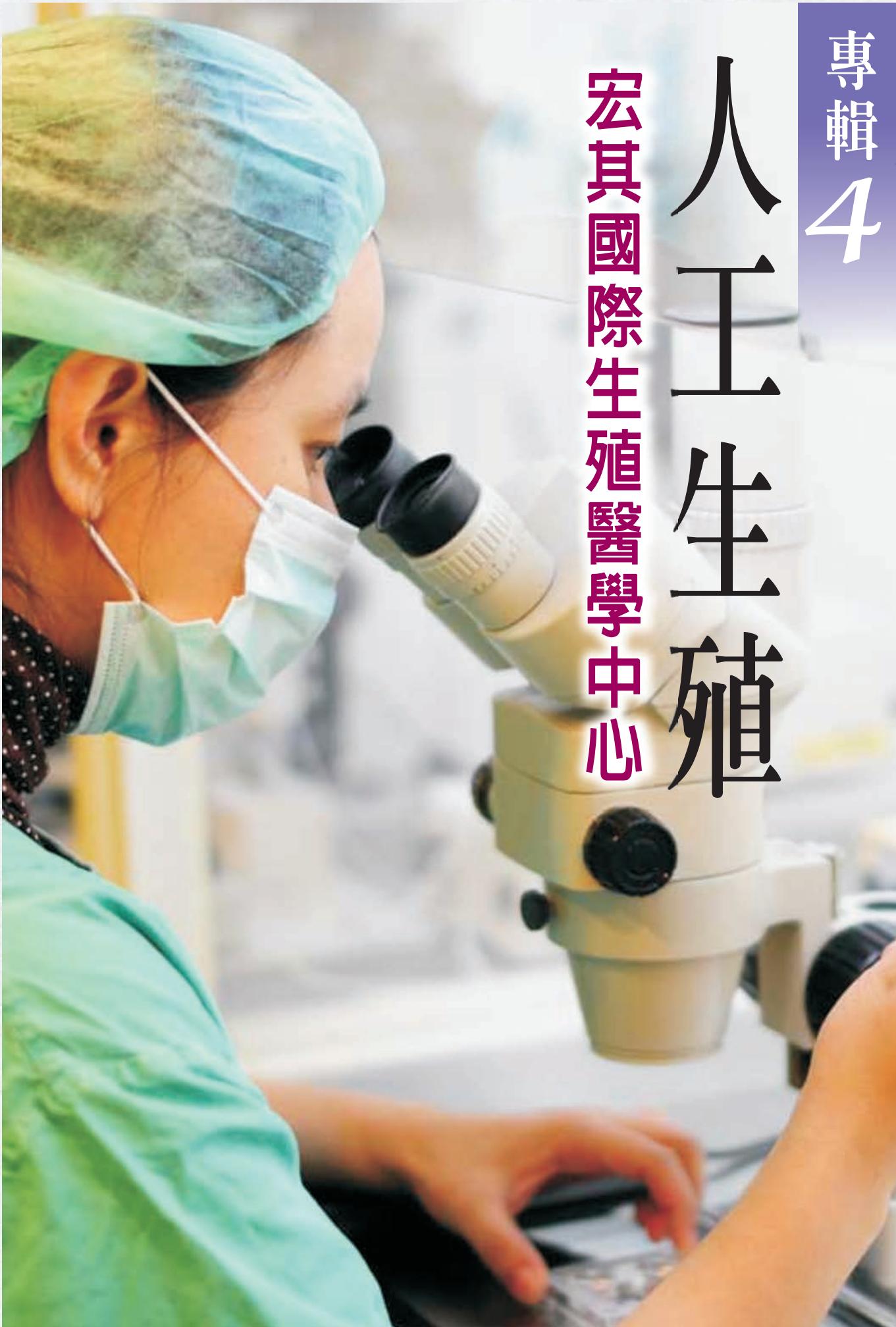


專輯 4

# 人工生殖

宏其國際生殖醫學中心



# 翻轉不孕・圓滿人生

## 下站幸福

文/生殖醫學中心主任 唐雲龍醫師

在生育的這條路上，有些人莫名其妙就兒女成群，甚至要求節育，有些人即使各種偏方試盡，仍是膝下無子；有些人計劃生育，就能心想事成，但有些人卻是計劃永遠跟不上變化，往往耗費了許多寶貴的時間與金錢。

在這宏其 25 建院週年的院刊中，宏其國際生殖醫學中心本著造就幸福家庭的初衷，提出「如何」翻轉不孕的四點建議，希望能協助正走在生育這條路上的夫婦早日圓夢。

### 翻轉不孕的因素有哪些呢？

#### 1. 遠離不孕症的天敵「年齡」

衆所皆知，當女性的年齡超過 35 歲時，卵子的品質就會老化，不孕的機會自然增加，即使幸運懷孕，流產、早產、胎兒異常，以及妊娠期間的併發症，也會比年輕產婦提高很多，這不僅是個人的風險，也間接增加家庭及社會的負擔。

2014 年美國生殖醫學協會的報告就指出，女性在接受試管嬰兒治療時，為達到有一個活產的寶寶需要取得的卵子數與年齡有密切的關係，在 30 歲需取得 9 顆卵子，在 35 歲需取得 14.7 顆卵子，若是 40 歲則需取得 28.4 顆卵子；由此可知，女性愈晚才準備生育，其所要付出的代價是無從估計的，所以當時間蹉跎時，最終還是有少數夫婦只能靠借卵一途來圓夢。



#### 2. 遠離引發不孕的負面因素

女性的生殖能力往往會因下列因素而受到干擾：

1. 身體質量指數 (BMI)：臨牀上發現當 BMI 值超過 25 或小於 19 都將影響正常受孕的機會
2. 曝露於抽菸（包括二手菸）及空氣汙染 (PM 2.5) 的環境。
3. 喜歡大濃妝或使用太香的身體用品。
4. 長期處於壓力的狀態。
5. 不適當的飲酒及服用過多含咖啡因飲料。
6. 經常吃塑膠包裝的食品。

除了需盡可能遠離上列的負面因素外，定期的體能活動及社交活動，都能有助於身心健康，對於懷孕都有加分的效果。

#### 經歷

1. 衛福部桃園醫院生殖中心主任
2. 台北榮總婦產科專科醫師
3. 壘新醫院婦產科主任醫師
4. 埔里榮民醫院婦產科主任
5. 台北醫學大學附設醫院  
生殖醫學中心研究醫師兼  
主治醫師
6. 衛福部桃園醫院生殖中心主任

#### 專長

1. 不孕症及試管嬰兒治療
2. 生殖內分泌疾病
3. 子宮內膜異位及子宮腺瘤症治療
4. 一般婦科疾病
5. 婦科內視鏡及子宮鏡手術
6. 產前檢查及 24 小時接生





### 3. 充分了解不孕症的各種檢查

由於網路知識與訊息的透明化，對於不孕症該做的檢查，大部份的不孕夫婦都能了解的一清二楚，但仍有少數的不孕夫婦仍一無所知。

#### 不孕症該做哪些基本檢查呢？

##### ● 精蟲檢查

##### ● 血液檢查

可偵測卵巢排卵功能(最好在月經週期的第2-3天)、卵巢的庫存、有無精蟲抗體、甲狀腺功能、泌乳激素濃度、血中維他命D的濃度、有無習慣性流產的體質

##### ● 輸卵管攝影檢查

檢查時間大約在月經週期的第9-12天。

##### ● 子宮鏡檢查

當疑有子宮內膜病灶或重覆性著床失敗及流產。

##### ● 腹腔鏡手術

手術部份需與醫師充分溝通後再執行。

### 4. 選擇有效的受孕方式，縮短不孕的時間



套句電影的台詞「時間是不等人的」，我的老師北醫曾啓瑞教授一直強調生殖醫學是0分與100分的科學，其間絕對沒有任何的僥倖，所以要更加嚴謹處理不孕夫婦的問題。

針對受孕方式的抉擇，說明如下：

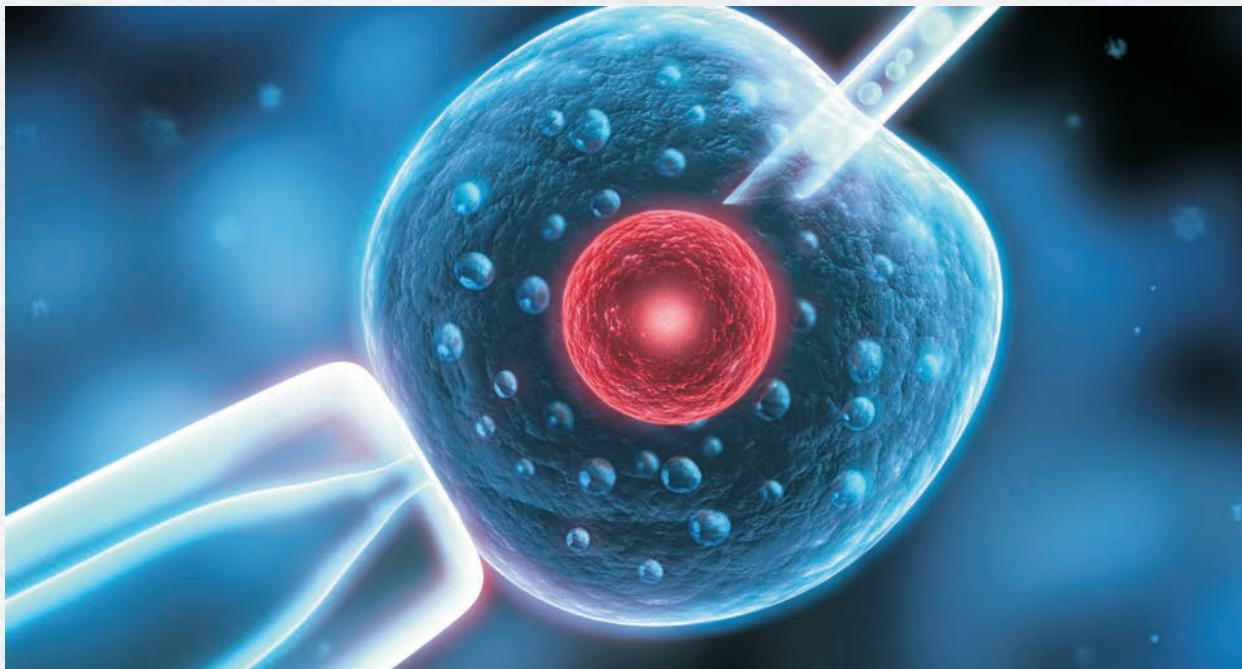
受孕方式	大約成功率
自然受孕	★半年內：約60%的夫婦會成功受孕。 ★一年內：約80%以上的夫婦會成功受孕。
人工授孕	每次會成功受孕的機會約在15-20%。
試管嬰兒	第1代 精卵在試管中自然結合，受孕率約在30% 第2代 增加精蟲顯微注射及雷射助孵技術，受孕率約在40%。 第3代 結合PGS技術，受孕率可提高至50%。 第3.5代 PGS + 縮時影像攝影，受孕率約在60%。

### 翻轉不孕，早日圓滿人生

不孕雖然沒有像古人所說：「不孝有三，無後為大」那麼嚴重，但畢竟生命的意義在於創造宇宙繼起的生命，台灣少子化的原因很多，但患有不孕症的夫婦相對的增加，也是其中的因素之一。少子化對於未來社會經濟的壓力，以及國家發展的競爭力是有相當程度的影響。

最後，仍用這首藏頭詩與大家共勉之，希望來翻轉不孕，早日圓滿人生。

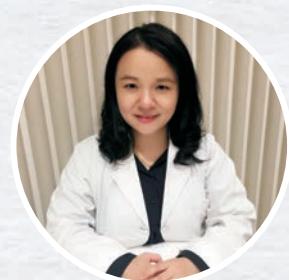
宏其祝您圓夢  
其間福有寶能成真  
精進添設人知音無價寶  
少隨之路長短



讓我們協助您實現生兒育女的願望

## 淺談3.5代試管嬰兒

文 / 生殖醫學中心 施佳惠胚胎師



醫學統計顯示，在台灣每6-7對夫婦中就有1對存在生育問題。其原因與現代人晚婚、生育年齡延後與生活壓力過大、環境因素…等均有密切關連。為了有效達到成功懷孕的目的，借助生殖醫療技術協助懷孕，在全世界國家都是進行式！自1978年世界上第一個試管嬰兒在英國誕生，不孕症夫妻終於能抱

著擁有自己基因的小孩。40年過去，這種體外授精生產技術不斷精進，帶給不孕症夫婦更多的希望。隨著科技的日新月異，試管嬰兒技術也從第一代、第二代逐漸演化到第三代試管嬰兒，甚至到目前廣為被討論的3.5代試管嬰兒。

### 試管嬰兒的介紹與說明：

試管嬰兒 第一代	試管嬰兒其實就是體外受精，主要是針對女性不孕者，注重加強排卵。是在男方精子正常的情況下，將取出的卵子與精子自然結合受精，受精成功後再植入子宮內。
試管嬰兒 第二代	又稱為單一精蟲卵漿內顯微注射技術( ICSI )。解決源自男性精子方面的難孕因素，來增加精卵授精成功率。有別於第一代精卵子的自然結合，第二代試管嬰兒需要人為的介入在顯微鏡下操作。
試管嬰兒 第三代	PGS: Pre-Implantation (著床前) Genetic (基因) Screening (篩檢)，現在又稱 PGT-A: Pre-implantation(著床前) Genetic (基因) Testing(檢查)，現在又稱 for Aneuploidy (非整倍體)也就是以第二代的技術為基礎，在植入前利用著床前的胚胎染色體基因檢測，嚴格挑選，挑選出染色體正常整倍體的優質健康胚胎植入母體，提升生下健康寶寶的成功率。



▲試管嬰兒第一代—體外授精

▲試管嬰兒第二代  
單一精蟲卵漿內顯微注射技術▲試管嬰兒第三代  
著床前的胚胎染色體基因檢測

## 最新3.5代試管技術

最新的「3.5代試管技術」則是透過著床前的胚胎染色體基因檢測（Preimplantation Genetic Screening, PGS）與胚胎影像即時監控系統（time-lapse），兩者技術結合。

3.5代試管中有兩項關鍵技術：一個是染色體基因檢測，也就是大家常聽到的PGS。一般正常人細胞內有23對（總共46條）染色體，男生是46XY，女生是46XX。

正常染色體套數應該為雙套體（euploid），當在精卵製造過程中，有染色體分裂錯誤的狀況產生都可能會造成胚胎的異常，或因受精後的胚胎在進行有絲分裂過程時發生異常，某些細胞可能會帶有錯誤套數染色體，某些細胞帶著正常套數染色體，此種異常稱為鑲嵌型異常（mosicism）。藉由PGS技術可在胚胎植入前即先得知染色體是否有異常，以提升胚胎著床率和懷孕率，最後篩選優質的胚胎再植入母親體內以獲得健康寶寶。目前建議最好是檢測第5天胚胎品質優良的囊胚，切片的細胞數約3-5顆，才會有40-50%的胚胎著床率。

胚胎影像即時監控系統 Time-lapse（縮時攝影）這項技術的運用是將照相機和培養箱結合一起。於2008年開始應用於生殖醫學臨牀上，大約每5-20分鐘拍攝一張照片並成為連續影像。在試管嬰兒胚胎培養的過程中，胚胎生長是一連串動態活動變化，為了觀察胚胎的受精、細胞分裂數及有無碎片等生長情形，以往胚胎師會將胚胎從培養箱拿出來

至顯微鏡下觀察。而胚胎影像即時監控系統讓胚胎師可以不用將胚胎拿出來觀察，就可以完全掌握胚胎連續性的發育過程，讓醫師、胚胎師可以從這些影像挑選出品質最佳的胚胎。

有很多利用縮時攝影培養箱得到的胚胎生長文獻，但這些文獻統計分析發現，利用縮時攝影培養箱得到的胚胎生長數據，無法預測胚胎的染色體是否正常。它在臨床上的應用是可以隨時觀察胚胎，找出最佳的切片時間、改善培養環境、增加囊胚率。但由於胚胎的染色體狀況和能否成功著床有絕對關係，而目前能夠檢出胚胎染色體的方法，只有胚胎著床前的基因檢測。

## 3.5代試管技術可提高懷孕率、減少流產率，以及減少植入次數

第3.5代試管療程之胚胎影像即時監控系統加上胚胎著床前的基因檢測可提高懷孕率、減少流產率，以及減少植入次數。讓待孕夫妻可以有機會更快達成生兒育女的幸福夢想。試管療程中難免失敗，只要有信心和我們繼續努力，最後一定會有好的成績。





與您一同見證生命的奧妙與精彩

# 胚胎師手心上的小生命

文/生殖醫學中心 曾如秀胚胎師

**原**本座落於宏其5樓小小空間的人工生殖中心，即便沒有華麗的裝潢，單位成員總是親切又認真的做好份內的業務，胚胎師一如往常小心謹慎的照顧胚胎，維護胚胎培養室良好環境，例

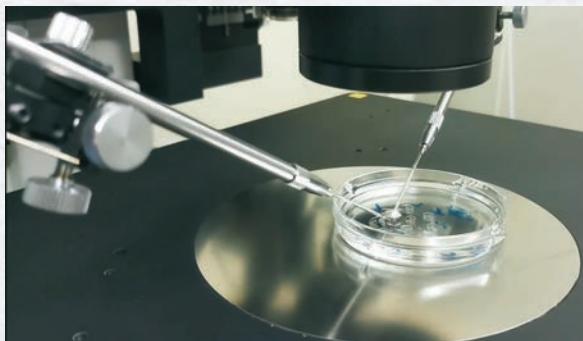
行性清潔保養實驗室裡每台儀器設備，胚胎培養室裡總是燈光柔和的，因為卵子及胚胎怕光，胚胎師雖然在微弱燈光的胚胎實驗室裡作業，作業前後總是習慣性的清潔桌面，確認儀器設備功能正常，謹慎小心的操作每個流程，讓胚胎培養室裡溫度濕度環境常態性的保持最佳狀態

，以確保胚胎能在良好的環境分裂成長，因為大家的努力宏其人工生殖屢屢讓難孕夫妻順利懷孕生產，為了更加提昇人工生殖中心服務品質及懷孕率，本院在8樓重金打造了高規格的國際生殖醫學中心，除了有寬廣的休憩大廳、舒適的門診空間外，也提供更安全的取卵手術室、隱密性高的取精室及高規格的專業胚胎培養室；在不斷自我要求下，硬體設備擴充、人員培訓更是與時俱進，不斷挑戰高難度，也成就了不孕症患者更大的幸福。



▲ 設備齊全的胚胎培養室





▲ 精卵顯微注射儀



▲ IVF 等級培養皿



▲ 胚胎師進行精卵顯微操作技術

從我們的試管嬰兒個案施打完破卵針的那一刻起，胚胎師們就開始待命準備著胚胎小生命即將到來的一切，胚胎培養室是胚胎師們精心且費心的為胚胎小寶寶們佈置溫暖舒適的家，我們準備了乾淨的床(IVF等級培養皿)、適溫的臥房(抽屜式乾式培養箱)、純淨空氣的家(低VOC實驗室)以及豐富的養份(適合不同階段所需培養液)，胚胎師們就如紅娘一般，擔任了卵子小姐與精蟲先生牽線的重責大任，從精挑細選一隻活動力與型態優秀的精蟲，到戳破卵子送入精蟲的過程都是屏息凝神、輕柔操作每個流程，滿懷期待受精小生命的誕生，每天悉心照顧著，一個一個拍下寶寶們的成長照片，希望胚胎寶寶們長的飽滿漂亮且茁壯，一旦胚胎寶寶們長得不好、長得太快、長得太慢，胚胎師們就如



▲ 多台胚胎恆溫培養箱

媽媽的心情一樣揪心又擔心，在心中默默的幫胚胎寶寶們加油，絞盡腦汁費心想著還能為寶寶做些什麼，面對每天不一樣的挑戰，胚胎師們秉持著精益求精的精神，以及使命必達的決心，將專業的技術付諸每一細節，雖然跟胚胎寶寶相處僅短短幾天，但胚胎師們付諸滿滿的愛呵護著胚胎寶寶們，因為每個胚胎寶寶都是如此珍貴的小生命，最後胚胎寶寶經由胚胎師的手，小心翼翼交給醫師植入試管嬰兒個案子宮腔裡，即使工作資歷再久每每查詢個案懷孕結果時，仍舊懷著滿心期待又緊張的心情，胚胎師們總在幕後默默關心著從手心上交出去的小生命，植入後是否形成胎囊？是否有心跳？是否順利拿到媽媽手冊？是否產檢正常？是否平安生產？

在您不放棄努力的過程，我們永遠在您看不見的實驗室裡持續關心著您的一切一切，也許您不記得我們也不認識我們，但胚胎師其實是這世界上除了妳的家人外，最希望妳順利懷孕平安生產的「陌生人」。我們的成就來自於您給我們機會，創造一次又一次的奇蹟，締結更多家庭的圓滿，當您 在診間聽到一個小生命強而有力的心跳聲噗通噗通地…，不僅溫暖了您的心，在實驗室的我們也為您開心的手舞足蹈呢！感謝您們讓我們的每天都過的精彩萬分，一起見證胚胎師手心上小生命的奧妙與精彩！





# 讓我們陪伴著你/妳 游向幸福的終點

文 / 生殖醫學中心 林欣樺諮詢員

在求子之路上奮鬥，一路上的過程太太總是比較辛苦，需要承受懷胎十月以及生產時的重重考驗，如果卵巢功能比較不佳或是具有遺傳性疾病，伴隨而來的壓力絕對是可以壓垮一個人。先生除了提供基因給寶寶外，另外一個最重要的是陪伴，做個溫暖的肩膀，有著強力後盾的你在左右，相信太太就能勇往崎嶇的求子路！

## 現代社會中：飲食、壓力、空氣品質、化學物質、環境及晚婚等問題造成不孕的狀況

壓力大亦會造成不易生育，但遲遲不易受孕也會增加壓力的！壓力每天都會有，但我們可以將壓力化為助力，適時的改變想法、安排休閒活動、規律的運動以及充足的睡眠，並且相信自己可以堅持下去。

於歐洲生殖醫學期刊 (Human Reproduction) 研究發現，遵守著地中海型飲食 (Mediterranean diet)，是一種公認對身體健康有幫助的飲食型態，強調每天食用大量的蔬菜水果，脂肪部分來自於橄欖油及乳製品，適量的魚、蛋及家禽類，少量紅肉及紅酒。小於 35 歲且 BMI 小於 30 的女性，若能遵守著地中海型飲食，可增加試管嬰兒的成功率，臨床懷孕率 29% 提升到 50%；健康的飲食習慣以及良好生活型態，才能夠維持優良的子宮環境，幫助胚胎順利懷孕長大；因此，為了自己以及下一代的健康，改變自己，迎向更健康的美好未來。

另外，現在大家也正議論紛紛有關空氣品質的問題 (懸浮微粒 PM, Particulate Matter)，由於 PM 2.5 容易吸附重金屬及有機汙染物，除了會造成心肺疾病外，目前也證實會影響精

蟲型態，讓正常精蟲比例下降。因此盡量不要吸入 PM 2.5 或是減少曝露於此環境中，這對於男性生育能力則是非常重要的。目前全台的空氣品質狀況皆可在環保署的空氣品質監測網查詢得到，若是當天空氣品質不佳，請盡量戴上口罩並且補充維生素類的抗氧化物，降低汙染物停在體內的時間，才不會影響身體健康！

## 凍卵可視為生育保險，預先凍存以防萬一

現代人多晚婚，依內政部統計女性平均結婚年齡從 10 年前的 27.4 歲，攀升到去年的 30.8 歲；女性晚婚可能因年紀大影響卵子品質，婚後懷孕生子也不易，未婚凍卵遂成了選擇之一。所以曾有人說：「凍卵是晚婚晚生的解藥，也是世界上唯一的後悔藥！」，冷凍卵子凍存生育力應當成是一種生育保險，預先凍存以防萬一。我們不能阻止分秒流逝，但可以跟著時間一起走，同時把原有的點滴存在心中，經歷改變才能體會不一樣的幸福！拖著尾巴冉冉上升的氣球，就好像在輸卵管裡的精蟲費力游向幸福的終點，而唯有堅持才能夠越過終點，擁抱新生命。



## 牽起你我的緣份，謝謝您的愛心付出 受贈精卵案例分享

文/生殖醫學中心 周憶秀諮詢師



### 案例分享 之一

兩年前的生殖中心，座落在宏其婦幼醫院五樓，一個麻雀雖小，卻五臟俱全的地方。榮幸因著院長宏觀的眼光，將生殖中心移至8樓並重新裝潢改建，成為一個既漂亮又溫馨的國際生殖醫學中心。同時，增添了新的設備，亦加入了新血人力，服務更多民衆。所以，捐受贈精卵及凍精、凍卵的精卵銀行成立，是責無旁貸及迫切的事。



▲擁有安全的精卵銀行

一天的下午，同仁急切轉交一位遠從台北劉先生的電話，想瞭解受贈卵子，這是老天的安排吧！從一開始捐受贈流程規劃完成，不到兩週就開始有個案關切，默默接下電話號碼，找個空檔，一聽究竟。原來已經結婚4-5年，而太太也高齡46歲，曾經試過試管療程兩次，但無奈的卵巢功能庫存較低，都未能取到卵。對不孕夫妻來說，是很大的打擊，當然經過深思熟慮後，考慮接受卵子捐贈。夫妻倆也到台北、新竹等有名氣的生殖中心詢問過，除了價錢考量之外，真正打動夫妻，應該是在即時性的服務、傾聽需求，而不會讓個案匆促決定，加上門診時段能相互配合，也信賴醫師，決定在本院接受卵子受贈。這對我來說是一件大事，所以更用心去尋找配對適合的對象。

。而太太非常仔細謹慎，當捐贈者完成所有檢查，會特地來門診和醫師諮詢，將每項檢查的報告，和可能受孕後產檢須注意事項，及子宮內膜著床等等一一和醫師討論；在保養品的補充如葉酸、鐵劑，甚或維生素D3等，作長達3-4個月補充，比一般試管嬰兒療程個案更細心。如願的配對好捐贈受贈後，並不是馬上植入胚胎，而是與先生開心出遊，放鬆心情後，配合月經週期，植入後一次成功，真得是令人雀躍，也讓夫妻倆十分開心，一直不敢相信，能成功懷孕，加上自己也沒有孕吐不適，到現在已經24週，小腹微凸，感受到寶寶的胎動後，更深刻體會到生命孕育的奇妙與可貴。每次產檢，夫妻倆都一起前來，見證這寶寶活躍的生命力，心跳聲及活動力，一切晃如昨日。

若能夠重新選擇，也會選擇在宏其，精心篩檢，專人貼心服務，與唐主任精湛的技術成就圓滿了這個家。



## 案例分享 之二

受贈精蟲的小菁，兩年多前因為先生的因素，無法製造精蟲，而求治本院。先生亦曾經接受睾丸、副睪取精手術，卻無法擁有成熟精蟲，這無疑只能靠捐贈精蟲才能擁有自己的小孩。太太很年輕，只有26歲，對年輕夫妻來說，婚姻子嗣、公婆的希望皆是一大考驗。所以捐受贈精卵一成立，就悄悄來登記。在接受第二次人工受孕後，終於懷了雙胞胎，喜極而泣。

### 轉念的幸福來自人間的大愛

或許有些年輕人可能是為了金錢才來捐精捐卵，但能完整走過愛滋病空窗期而完全做完檢查捐贈，實在已屬難能可貴，也因此對捐贈者抱持感恩的心。

有的年輕女性在刺激排卵下產生卵巢過度刺激，伴隨而來的腹脹、腹水等不適，非一般平常人可理解或忍受的。感謝有您，幫助這些家庭圓夢，也渴望更多家庭傳來更多孩子的嘻笑聲！

## [精卵捐贈說明]

歡迎高中職以上  
身心健康、未有抽煙、吸菸等不良  
習慣者加入捐贈行列



- **男性** 年滿20歲以上50歲以下
- **女性** 年滿20歲以上40歲以下
- **精子捐贈成功者**  
依照衛福部規定提供營養費\$8,000元
- **卵子捐贈成功者**  
依取卵顆數提供營養費 最多\$99,000元  
(依照衛福部規定提供)



精卵捐贈登記



精卵捐贈相關說明 QR Code



# 婦女的健康・是我們的責任

## 帶您一同瞭解 腹腔鏡手術

文／護理部 韓美寧主任



### 腹腔鏡手術的優點：傷口小、不影響美觀、恢復快，住院時間短

腹腔鏡手術在婦科手術中是極為重要的手術方式，在近20年來漸漸成為外科手術的主流。傳統婦科腫瘤手術就像剖腹產一樣，傷口往往超過10公分，由於醫療科技的快速進步及現代人追求「輕薄短小」的生活需求，近年來腹腔鏡很進步，腹腔鏡只要打3-4個小洞，傷口約0.5-1公分。依照患者需求的不同，婦科的腹腔鏡手術可分為診斷型與治療型。

相對於一般的傳統剖腹式手術，腹腔鏡手術因為具有傷口小、不影響美觀，恢復快，住院時間短的優勢，所以極受到患者的喜愛，成為21世紀婦科手術的主流。

### 認識手術過程

腹腔鏡是一種內視鏡，手術時，採取似婦科內診的姿勢，在肚臍兩側與下方切開三個約0.5-1公分左右的傷口，由肚臍的切口充氣將二氧化碳灌入腹腔形成所謂的人工氣腹，再利用特殊的器械，將特製的攝影機置入腹腔，手術的醫師會將腹腔內的器官先做檢查之後，再以特製的手術器械，例如剪刀、夾子、電燒等器械，將病灶去除。之後將腫瘤放到組織袋，再將腫瘤從腹腔取出。

### 麻醉方式

全身麻醉



▲腹腔鏡手術用於【不孕症檢查】



▲腹腔鏡手術用於【婦科治療】

# 腹腔鏡手術適應症 / 手術前準備 / 手術後注意事項

55

	不孕症檢查	子宮外孕檢查	女性生殖器官先天性異常
檢查項目	可看輸卵管是否暢通，子宮及兩側卵巢是否有沾粘及子宮內膜異位症等狀況並且可順便治療。	若是有內出血未能確認子宮外孕診斷的病人，可以腹腔鏡先檢查，若確定是子宮外孕再進一步直接接受手術治療。	例如雙子宮、雙角子宮等，也可經由腹腔鏡了解先天女性器官異常的情況並加以治療。
治療項目	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 子宮外孕手術</li> <li>● 子宮內膜異位症手術</li> <li>● 一般卵巢腫瘤</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 子宮切除、子宮肌瘤切除</li> <li>● 骨盆鬆弛重建(如子宮脫垂、陰道側壁脫垂等)</li> <li>● 與尿失禁手術</li> </ul>	
優 點	出血量較少，傷口較小，術後疼痛較輕，術後恢復時間較短，能更早從事日常活動，故住院時間較短，術後合併症較少。但有少數病人因腫瘤較大或原有組織粘黏嚴重，需於內視鏡手術中改為一般的剖腹手術。		
術後可能出現的不適狀況	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 肩膀酸痛、腹部脹痛、腰酸背痛。</li> <li>● 出現陰道出血，一般術後一週內會改善。</li> <li>● 單純的囊腫手術後，影響荷爾蒙的分泌而產生暫時性的異常出血與亂經的現象，一般請醫師開立藥物過後，應該就會慢慢改善。</li> </ul>		
手術前檢查與準備	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 抽血、心電圖、X光檢查、尿液檢查。</li> <li>2. 皮膚：剃除手術部位毛髮及清潔肚臍。</li> <li>3. 腸道：晚上12:00之後不可進食(包含水)、灌腸(視需要早晚各一次)。</li> <li>4. 填寫手術同意書(行子宮切除或結紮者，需配偶到院核對雙方夫妻身份證，填立同意書)/麻醉同意書/自費同意書。</li> <li>5. 移除身上所有物品、飾品、活動假牙、卸除指甲油，換上手術衣帽。</li> <li>6. 護理人員會為您注射點滴。</li> <li>7. 陰道：行子宮切除者，進入開刀房會以消毒棉球消毒陰道。</li> <li>8. 紿予手術前的預防性抗生素。</li> <li>9. 至開刀房前請先排空膀胱，以利手術進行；尿管留置於麻醉後執行。</li> </ol>		
手術後護理與注意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 一般點滴及尿管只須存放1天即可移除，並開始進食，或經醫師准許才可拔除及進食。</li> <li>2. 因手術過程有灌入二氧化碳，有時會有肩膀酸痛或呼吸時感到橫膈不適及腹脹情形，在術後48小時內改善，可將床尾搖高、把腳墊高或下床活動即可減輕症狀。</li> <li>3. 因麻醉採氣管內插管關係會感喉嚨痛或喉嚨有痰，開始進食後多喝開水即可改善，若疼痛加劇或發聲困難需告知護理人員。</li> </ol>		



## 術後護理與居家照顧

	<b>生活飲食</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>術後採少量多餐，減少豆類、奶類等產氣食物及刺激性的食物的攝取。</li> <li>多攝取高蛋白、高纖維食物，可增加液體量，每日約 2500–3000cc。</li> <li>雙側卵巢切除者可增加鈣質攝取。</li> </ul>
	<b>日常活動</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>手術後 6–8 週避免提重物、進行粗重工作，以避免骨盆腔充血。</li> <li>開腹手術者二個月內盡量不可從事下列活動：騎馬、騎腳踏車、游泳、劇烈運動、久坐、久蹲及開車。</li> </ul>
	<b>個人衛生習慣</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>每天清洗外陰部一次，如廁後，會陰部以溫水沖洗並以衛生紙由前往後擦拭。</li> <li>術後 10 天內以擦澡為宜，回診後醫師評值傷口無異常，即可淋浴。避免盆浴，以防感染，6–8 週不可做陰道灌洗。</li> </ul>
	<b>傷口照護</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>住院期間，由護理師幫您換藥，返家後不須自行換藥，傷口保持清潔乾燥即可，若不正常出血或滲出液增加則立即返院檢查。</li> <li>腹部引流管之傷口須拆線，於手術後 7–10 天依醫師指定時間回門診拆線。</li> <li>預防疤痕增生可使用美容膠或矽膠片、倍舒痕凝膠，使用美容膠方法與傷口方向成垂直，至少一週換一次，若紙膠無黏性時即撕去更換，持續貼 3–6 月可預防疤痕增生。</li> </ul>
	<b>性生活</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>至少 6 週內不可性生活。</li> <li>全子宮切除手術後 8 週，若無其他合併症與醫師討論後即可開始有正常性生活。</li> <li>雙側卵巢切除者，性交時陰道潤滑液會減少，可使用經醫師許可的水性潤滑軟膏。</li> </ul>
	<b>月經恢復</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>手術後仍有正常月經，但月經來潮較不規則。</li> <li>子宮全切除者，不會再有月經。</li> </ul>
	<b>回診</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>依預約回診時間至門診檢查復原情形。</li> <li>若有異常現象如發燒、腹部劇烈疼痛、腹部傷口紅、腫、熱、痛或不正常分泌物、陰道分泌物增加或惡臭、血尿、血便，應立即回診。</li> </ul>

### 選擇合格且經驗豐富的醫師，是手術成功的第一步

腹腔鏡手術是婦產科最常見的手術方式，然而每項手術皆有其潛在之風險，常見的風險，例如：感染、內出血、腸損傷、膀胱損傷、輸尿管損傷、血管損傷…等。

腹腔鏡手術併發症的發生率為 0.2–10.3%。醫師審慎做好術前的評估，選擇適合的病人，才能使腹腔鏡手術成為一種成功率高，併發症少，且病人滿意度高的手術。



## 婦女的健康 · 我們為您守護



從 2018 世界婦女泌尿醫學會參訪之心得結果談起

# 婦女骨盆腔暨泌尿治療的新趨勢

文 / 婦女泌尿科 潘恒新醫師

**根**據統計，女性一生中大約5位女生會有1位感受到有漏尿或是骨盆腔下垂的情況！回想以往，在陰道人工網膜尚未問世之前，此類病人接受開刀的方法大概分為從腹腔開腹往上拉提、從陰道往上修復解剖回原來的位置，但成功率有時因手術方式而不同。

今年參訪中約 70–90% 的人表示，由於人工網膜的副作用出現，使得英國、澳大利亞、紐西蘭已開始禁用「陰道式人工網膜」，開始使用「自然組織」的修復方法。回顧以往，根據蘇格蘭及英國之國家機構所做的報告：

- (1) 人工網膜的併發症失敗率大約 5–31%；
- (2) 網膜外露約 4%；
- (3) 術後解尿困難約 18%；

基於此點，若再與先前傳統的手術來比較，其實不相上下。

### 人生座右銘

【順境善待別人，逆境寬容自己】  
我以為別人尊重我，是因為我很優秀。  
慢慢的我明白了，別人尊重我，  
是因為別人很優秀；  
優秀的人更懂得尊重別人。  
對人恭敬是在莊嚴你自己。

### 經歷

1. 新光醫院婦產科主治醫師
2. 婦女泌尿專科資格認證
3. 台灣婦產科內視鏡暨  
微創醫學會 監事
4. 台灣婦產科醫學會  
醫療糾紛委員會召委

### 專長

1. 婦女骨盆腔重建
2. 婦女尿失禁
3. 腹腔鏡手術



今年美國骨盆腔重建醫師威利大衛拉 (Willy Davila) 建議全世界骨盆腔重建的婦產科醫師，使用人工網膜時必須的注意事項和併發症，經過全世界各大醫學中心專家建議（包括台灣），必須告知醫師及民衆，往後使用人工網膜時，要注意下列要點：

- 1. 骨盆腔重建的專科婦女泌尿醫師，必須經過嚴格的訓練且經過國家認證，才能為病人做骨盆腔重建手術。（此點非常重要）**
- 2. 目前使用的「陰道式骨盆腔重建人工網膜」，比尿失禁手術所使用的「人工網膜」面積大且併發症多，以致傾向於陰道式人工網膜，已慢慢地減少。但在訓練合格且開刀手術經驗豐富之骨盆腔重建醫師的執行下，若下垂非常嚴重的病人，陰道式骨盆腔重建的手術所需用的人工網膜，成功率大約 90% 以上，可以持續使用。另外，尿失禁手術所需要的比較小片的人工網膜，亦為強烈建議可持續使用。**

### 目前材質的進步，研發更好、更輕的「陰道式人工網膜」，以減少併發症的發生

常見的陰道式人工網膜所造成之併發症，首推不知名的陰道疼痛和網膜外露，其發生率各占大約是 1-2% 及 3.8%。根據英國愛丁堡大學教授包柏弗里曼 (Bob Freeman) (前任世界婦女泌尿醫學會的理事長) 最新的前瞻性比較報告：追蹤全英國 35 家醫學中心，共 2632 位婦女，因骨盆腔下垂而執行手術的兩千多位病人並分為四組：

第一組 使用  
自然組織修復



第二組 使用  
陰道式人工網膜  
由醫師自行剪裁



第三組 使用  
生物網膜



第四組 使用  
目前常見  
人工網膜手術包



以上分別統計兩年後病人預後及併發症，其結果發現，「醫師自行剪裁的陰道式人工網膜重建手術」，再次住院率大約 10% 且陰道性交疼痛也約 1.7%，陰道不知名疼痛 4.6%，網膜外露大概會有 11%。



根據統計顯示，建議不要再使用醫師自行剪裁的「陰道式人工網膜」做為骨盆腔的重建手術（雖然成功率約 90% 以上）；而是建議使用「生物網膜」以及「自然組織修復」為目前較好的方法，但相對來說成功率是有些許的下降。

常見  
迷思

骨盆腔下垂問題是在於懸吊子宮  
的「韌帶」，不是「子宮」

正解

常常聽到「子宮膀胱直腸下垂合併尿失禁」，尤以其他一般科醫師會告知病人：「把子宮拿掉就好了！」但子宮拿掉是否有幫助？會不會對下垂有幫助？事實上是沒有的，因下垂的問題不是在子宮，骨盆腔下垂的問題是在於懸吊子宮的「韌帶」。懸吊子宮的韌帶出現問題，韌帶鬆弛如同橡皮筋鬆弛一般，懸吊的物件（即子宮），會因重力的關係而往下滑脫而出。

韌帶鬆弛，若執行手術將子宮切除，請您思考與想像！吊著彈簧（即韌帶），而彈簧超過彈性限度，把下面的砝碼去除（即子宮），若彈簧已呈無彈性狀況之下，會再縮回去嗎？答案是不會的！韌帶一旦超過彈性限度後，要換的不是子宮，而是要換掉超過彈性限度的彈簧（即韌帶），所以醫師須將下垂的子宮與骨盆腔往上拉提才是。

### 關於「尿道開口之韌帶鬆弛」

女性更年期後，有些人子宮掉出來、膀胱凸出來，除了膀胱子宮掉出來外，摩擦會引起出血，以致不敢出門；出了門更是不便，無法解尿，必須要將子宮塞進去，才能解尿，但會一直頻尿。小便完後，由於下垂的

膀胱比尿道開口要低的狀況（尿道開口高和膀胱蓄容處的尿較低），如此尿液就不會流出來，會積在最低處，餘尿時常解不乾淨而滿溢出來，所以女孩子很容易會頻尿，尤其生過小孩子的中年婦女。

女性自然生產時，也是一種骨盆腔傷害，因胎兒的頭圍較大，必須從產道出來，在此情況之下，女生的產道被撐開，許多肌肉鬆弛、韌帶鬆弛、日積月累之下骨盆腔的韌帶肌肉亦會鬆弛、下垂；更何況，女性停經鬆弛以後，若用力跳，咳嗽，壓力，就會滲尿，滲尿有味道，短時間1-2天還好，時間久了會不敢出門。

另外常聽到：「上車睡覺、下車尿尿」，下垂以後尿不乾淨就會頻尿，會擦拭，常常擦拭就會增加尿道感染的機會，女生擔心感染就不敢喝水，如此反覆的惡性循環此種症狀，越變越差，膀胱子宮直腸？垂下來後，尿道口被壓住，亦失去小便的權利。

#### 以下介紹婦女骨盆腔暨泌尿治療與說明

##### 一、陰道式人工網膜術

往上拉提的方法很多種，從前有經驗的老師教導時，是只需用線去吊；但現在已慢慢發展出目前較常聽聞的「陰道式人工網膜術」Transvaginal mesh (TVM)。

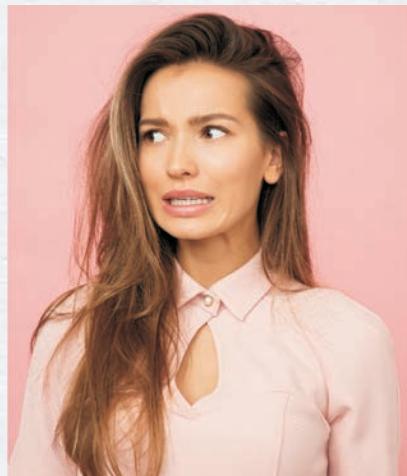
##### 原理說明

陰道放入網膜，目的是將子宮與膀胱固定，如同蓋房子般，網膜的作用即是將鋼筋鐵條架穩，最後水泥灌漿後，乾了才能拆掉鑄模，房屋才不會崩塌下去，也就是等到骨盆腔黏住。

將子宮吊在韌帶上面後，使用人工網膜的條狀物，即整片人工網膜吊在骨盆腔的韌帶，接著去除網膜外層，網膜會整片平鋪且吊在韌帶上面，隨著網膜外層拉出後而線頭

也會跟著拉出，此時人工網膜會慢慢的升起，升上去後會固定住骨盆腔內的器官；也因為原本下垂的器官，因著子宮膀胱直腸全部

\* 優點：成功率高且能迅速的解決病人下垂的問題。



\* 缺點：隨著時間的進展出現併發症的衍生，10年後發現，病人陳述許多不好的感受，例如人工網膜外露、不知名的疼痛、性交時丈夫所感覺到疼痛與出血。

人工網膜放入即是終生在體內，進而產生了一些問題，最常見的有些人在癒合時，網膜若無法癒合完全，會產生網膜外露，即在陰道

的內側部分，感覺有粗糙的物質，在癒合時，會看到一條帶子，雖然自己不會有感，但觸碰時會摸到粗粗的；尤以性伴侶感受就非常深刻，除了過敏外，在性交時會出現破皮、流血。

##### 二、生物網膜幹細胞

過去網膜越大片越好的觀念，自網膜外露以及陰道疼痛的問題出現後，現已改良進步；但改成小片後，再發現回到最初的線和自然組織來懸吊，單用線懸吊的成功率又不高，所以後來進展成「生物網膜幹細胞」，像組織再生一般，促進自體組織再生能力，使得懸吊張力再次加強。

##### 原理說明

遇子宮下垂、膀胱下垂或整體之骨盆腔全部下垂之患者，就會使用「生物網膜」；它像透明的糖果紙般，將其剪成適合的大小，鋪上去後固定好，慢慢的會跟著身體的細胞癒合在一起後，就會往上；未手術之前下垂至陰道外且嚴重，施行後，骨盆腔往上拉，好似一般整形外科拉皮手術，最常見的是膀胱的部分掉到陰道外，利用生物網膜撐上去。

## 身體要健康，才有幸福的人生



但子宮卻無法用生物網膜拉上，因子宮的重量，必須用線勾到後面的韌帶上，所以子宮必須用線固定即可。

使用生物網膜鋪著，將四個角邊固定勾好，發展出自體生物網膜，骨盆腔內的組織再將其作「二重包紮」（稱做小林二重式包紮），將膀胱包起、提起，整體就往上拉提上去。

### 人工網膜並非每位病人都適用，醫師的鑒別診斷最重要

前陣子有位年輕病人，主訴說明已看過很多醫生，但依舊上廁所困難，也找不到原因；但病人最主要的問題點是沒有下垂，但有一顆子宮肌瘤很大，且肌瘤壓迫在膀胱開口，導致解尿困難。

由此可知，同一整症狀有時是不同原因所產生，因此鑒別診斷是非常重要，加上醫師的經驗，也是一個不可或缺的因素；也就是說，並不是每位病人解尿困難或是漏尿就必須用人工網膜，像陰道的人工置入物，目前已慢慢經過演化，從以前很大片的，漸漸的變成非常小片；小片的效果也是成功率非常高，但必須要正確知道解剖位置、放置的方法。

### 人醫學技術不斷成長與進步，精準醫學也愈受重視

手術不斷得進步，骨盆腔重建手術的概念，是一種動態的概念，隨著時間的演進，會有不同的演化，讓病人的舒適度與成功率達到最高，生物網膜是一個創新的設計，另外有用豬皮做的、也有自體韌帶做的、甚至是用幹細胞加生物網膜做的。

醫學技術的成長與進步，是靠生物工程技術，隨著問題的產生和解決，此種技術越來來會越快成熟，也說不定往後也有可能要靠人工智能來協助我們開刀，這種現象，現在大概已經如火如荼的在科學家的實驗室裡面進展與茁壯，且精準度會越來越好，這也是我們常常看到精準醫學，目前愈來愈受重視的原因。

本文最後，宏其婦幼醫院在張院長的領導之下，已經邁入第25年，也希望藉由照顧病人，來使得全體國民能夠健康快樂！

# 女性更年期 別讓身體不開心

文／藥劑科 李家榮藥師

## 為何會有更年期呢？

婦女卵巢功能慢慢衰退，使得製造荷爾蒙能力下降，造成生理週期開始不規則、一會兒月經量多、一會兒又變少，最後12個月以上沒有任何月經來潮，這段過渡期，就是所謂的更年期。因此，更年期不是一個點，而是指一段時間，以國內女性平均停經年齡約50歲來說，許多人可能在45歲左右就出現更年期現象。

## 更年期有哪些症狀呢？

因為體內荷爾蒙分泌不足，而產生一些更年期不適的表徵：

### \* 生理表徵

潮紅、發熱、心悸、胸悶、盜汗、虛弱、暈眩、陰道乾澀、性慾減退、頻尿、尿失禁、骨質疏鬆等症狀。

### \* 心理表徵

情緒起伏不定、焦慮、煩躁、失眠、恐慌、心情低落、記憶力衰退等現象。

## 如何減緩更年期不適及治療方式

1. 規律且適度的運動：增加體溫升高和代謝速率，消耗熱量。亦可刺激關節活動，以減少骨質流失，避免骨質疏鬆。
2. 洗澡不用太燙的水：水溫過高，會溶解皮膚表面油脂層，造成乾癢現象。
3. 充足的睡眠：荷爾蒙不足會造成失眠、焦慮等症狀，必要時與醫師討論後，可服用藥物幫助睡眠及穩定情緒。
4. 到戶外走走：陽光可以驅化生成維生素D，幫助體內鈣質的吸收利用，避免骨質疏鬆；陽光也可幫助腦內的褪黑激素形成，改善睡眠。



### 5. 營養品的補充：

#### \* 大豆異黃酮

屬於植物性的荷爾蒙，根據北美更年期醫學會發表的研究，僅能協助緩解部分更年期的熱潮紅現象，其他更年期症狀視個人狀況效果差異很大。

#### \* 北美黑升麻

為美國東岸和加拿大土產的草本植物，是美國原住民用促進女性更年期健康的傳統草藥，適用於更年期的常見病症，例如：熱潮紅、出汗、睡眠障礙、焦躁以及憂鬱。對於肝功能異常之病人不建議服用，服用期間應注意肝功能狀況。

#### \* 補充鈣片和維生素 D

補充鈣片和維生素 D，搭配適度運動可以強化骨質，減少骨質疏鬆。

#### \* 荷爾蒙補充

目前來說，利用荷爾蒙治療更年期症狀仍是一種常用且有效的方法，經由與醫師詳細討論後，多數婦女在服用後，生活品質改善了。雌激素(Estrogen)是幫助補充體內女性荷爾蒙分泌不足的部分，黃體素(Progesterone)作用是平衡雌激素對子宮內膜過度的刺激，避免對內膜的傷害而造成病變。

## 保持愉快的心情，迎接新的人生旅程

更年期是人生旅途中的一個階段，但每個人所經歷的過程都不盡相同。在過渡期中，可藉由規律且適度的運動、曬曬陽光、充足的睡眠等，來減少不適。若已影響日常生活作息的話，建議與醫師討論，是否需使用藥物；重新調整步調與保持愉快的心情，來迎接新的旅程。

資料來源：國民健康署、北市衛生雙月刊



# 以病人為中心 邀您一起參與 醫病共享決策

文 / 醫務部 莊淑慧主任

時代在改變，醫療照護也一直不斷地進步，目前的醫療模式仍單向地把醫療專業放在前端，並未真正瞭解病人及家屬間是否已經正確接收到院方即將提供的醫療處置方式及後續可能發生的問題，以致造成許多因未達到病患預期的結果或誤解而產生的醫療爭議事件。

『病人安全』是醫療照護中最重要，亦是最基本的一環，更是所有醫護人員共同努力提升醫療照護品質及建構安全醫療環境的最大考量。

## 何謂醫病共享決策？

共享決策（Shared Decision Making, SDM），這個名詞最早是1982年美國以病人為中心照護的共同福祉計畫上，為促進醫病相互尊重與溝通而提出。在1997年由Charles提出操作型定義，至少要有醫師和病人雙方共同參與，醫師提出各種不同處置之實證資料，病人則提出個人的喜好與價值觀，彼此交換資訊

討論，共同達成最佳可行之治療選項。

共享決策是以病人為中心的臨床醫療執行過程，兼具知識、溝通和尊重此三元素，目的是讓醫療人員和病人在進行醫療決策前，能夠共同享有現有的實證醫療結果，結合病人自身的偏好跟價值，提供病人所有可考量的選擇，並由臨床人員和病人共同參與醫療照護，達成醫療決策共識並支持病人做出符合其偏好的醫療決策。

## 為什麼要推動醫病共享決策？

依據衛生福利部病人安全年度目標八「**鼓勵民衆及其家屬參與病人安全**」2014年台灣病人安全通報系統年報（TPR）：可能因「溝通因素」引起的病安事件中，有**31.6%**屬於「**醫療團隊與病人間**」的溝通問題。



## 該如何與醫療團隊討論病情



1



2



4



3



1



2



4



3

## 過程中可能遇到的狀況

1. 應避免透過家屬代表轉述，容易造成傳達錯誤以致產生醫療認知的差距，希望病人及家屬共同參與討論。
2. 當醫療團隊跟病人及家屬間未達到共識前，需要雙向耐心的溝通並傾聽所有醫療過程包括風險及併發症，直到確定雙方達成共識為止。
3. 病人疾病上的複雜度增加。
4. 醫師的病人太多，擔心溝通時間有限。
5. 病人或家屬任意採信未經證實或不明來源的說法如網路…等，而產生對醫師的質疑及專業上的判斷。
6. 需要病人正確表達心中真正的想法，其中包含個人喜好和價值觀，廣至情緒變化。

## 醫病共享輔助工具

是專門為病人所設計的工具，協助病人了解疾病、臨床進程、治療選擇的意義，及提出自己在意的考量及期待，利用圖形化的說明及互動式的工具，以最新的實證醫學證據用病人能夠理解的方式做說明，為醫師及病人做出共同的醫療決策，藉以提升醫病溝通的效率。

## 醫病共享決策輔助工具包括幾個步驟



Source: 英國國民健保署 NHS.

## 醫病共享的主要目的

1. 減輕醫療人員準備溝通資訊的負擔
2. 幫助病人表達重要的好惡與價值觀
3. 確認病人已瞭解做決定前應該具備的疾病或治療知識
4. 降低病人決策前的焦慮
5. 提升病人參與醫療決策
6. 提升病人對醫療服務滿意度
7. 增加病人對於醫療的順從度
8. 提升醫療品質
9. 建立更好醫病關係

## 醫病共享決策與病人安全

1. 醫療團隊提供最佳的醫療實證、資訊與建議。
2. 病人及家屬能讓醫療團隊清楚知道自己的偏好與價值觀。
3. 經過雙向溝通每個選項與決定沒有所謂的對錯，『正確的決定』必須取決於病人的特定需求和設定目標。

## 不需要醫病共享決策的情境

當所有的證據品質及結論，能提供強烈建議選項指出好處明顯優於壞處，而病人的選擇也達到一致性的時候，即可不需進行。

## 安全有效的溝通 · 提升良好的醫病關係

醫病共享決策的導入將成為一種趨勢，醫療品質之病人安全用有效的溝通一定可以達到良好的成效，期能減少許多不必要的醫療處置浪費或醫療糾紛的產生，讓醫病關係透過相互尊重與充分溝通，經由雙方討論後降低認知的落差，不再只是醫師為病人做決定，而是雙方共享資訊後決定，提升良好的醫病關係。



參考資料來源：衛生福利部醫病共享決策平台



# 優質服務・從❤開始 追求卓越的醫療品質 與 多元化的服務

文 / 櫃檯組 羅妍菲事務員

**宏**其婦幼醫院開幕至今已邁向 25 週年，在院長用心的帶領及全體同仁的共同努力之下，宏其不僅在專業技術和醫療硬體軟體設備上日新月異、精益求精，更以病人為中心，視病猶親，提供「以人為本，從心開始」的熱誠服務。

21 世紀醫療服務品質與環境在不斷的精進提升下，醫病之間的接觸極為密切，服務禮儀便成為民衆對醫院整體印象相當重要的一環，櫃檯組同仁期能藉由本文之介紹讓民衆進一步的瞭解本院用心提供的多元化服務。如何提供更優質的服務品質，甚至超越民衆的期待，一直是我們努力的重點，櫃檯人員除了例行性之掛號批價服務外，也會適時提醒民衆癌症預防篩檢之重要性、提供醫師專長介紹、門住診服務項目相關就醫問題及

停車諮詢…等，希望讓來院的病人及親友們得到正確的指引，同時感受到我們迅速、熱誠、完善的服務。

簡化就醫流程是我們不斷求新求變要達成的目標，目前提供的多元化服務項目如下：





## 1 自動報到機

希望能讓民衆縮短掛號報到與等候的時間更加便利。



## 2 宏其婦幼醫院 APP

讓您隨時掌握看診狀況及醫療新知避免到院久候。

連結本院網站之頁面  
點選【看診進度】即  
可查詢目前看診號。



網站 QR code



## 3 繳費服務

提供多元化的付費管道  
輕鬆付款，好安心。

- \* 悠遊卡/悠遊聯名卡
- \* 桃園市民卡
- \* 信用卡
- \* eATM 轉帳服務
- \* Apple Pay

## 4 孕期褓母

懷孕期間若有任何問題可以透過此服務向褓母提問，對話是一對一服務，不用擔心個人的隱私的問題，讓您更能安心透過此服務，為您解決媽咪在懷孕期間所帶來的疑問與擔憂。



## 5 宏其 i-care 個人化健康管理

提供下載胎兒影像查詢  
檢驗報告，隨時可掌握  
屬於您個人化的健康紀錄。



## 6 癌症預防篩檢提醒 為您的健康把關

依就醫民衆之需求，提醒您定期防癌篩檢的重要。  
(篩檢對象依國健局之規定)



篩檢項目	年齡
子宮頸癌篩檢	30歲以上，每年篩檢一次
乳癌篩檢	45-69 歲，兩年篩檢一次
大腸直腸癌篩檢	50-75 歲，兩年篩檢一次
口腔癌篩檢	30歲以上，有抽菸或嚼檳榔 兩年篩檢一次
成人健檢	40歲以上未滿65歲，每3年補助一次 65歲以上，每年補助一次

## 優質的醫療服務 · 舒適的就醫體驗

宏其婦幼醫院全體同仁上至院長，下至每位員工都秉持著耐心、熱心、細心、用心服務、真誠傾聽的態度提供您專業的照護，其中更包含：尊重、禮貌、親切、誠懇、愛心、友好、熱情、諒解、安慰等，希望能將最好的醫療服務品質，提供給每位民衆。來賓的肯定與鼓勵，是宏其努力不懈的動力來源，維護婦幼的身心健康是宏其的宗旨目標。期望提供所有民衆一個優質的醫療服務感受，進而讓民衆有更滿意的就醫體驗，宏其用心，讓您更安心！

為您服務是我們莫大的榮幸和喜悅！



作個陪伴孩子的父母

# 快樂親子共讀

文／安其產後護理之家 戴祐慈主任



在產後護理之家服務多年，時常看見新手爸媽們的無助與無奈，關心了解後，原來是因為害怕和孩子共處一室，害怕無法勝任爸媽的角色、害怕自己沒有護理人員的專業，無法把孩子照顧好…等。

## 親子同室時，更可以和寶貝說說話

其實，親子同室一點也不難喔！與寶貝相處時可以觀察您的寶貝，每個孩子都是獨一無二的個體，也會遺傳爸媽賦予他們的個性與特質，只要了解個性後，相處一點都不難。

那麼，親子同室除了餵奶還能做些什麼呢？當然可以和寶貝說說話

、幫寶貝按摩、還可以為孩子說故事喔！和寶貝說故事能增加親子關係，讓孩子的閱讀力更好，更是送給寶貝的美好成長回憶。



閱讀的好處人人知，不少單位也在推廣閱讀，但多數是從幼兒園以上各級學校，還有成人的終身閱讀。但最重要的起點，0-3歲呢？

## 0-3歲親子共讀，寶貝美好的成長回憶

為何要推廣0-3歲的親子共讀，因為0-3歲之間的親子互動和寶寶腦部各種發展有很重要的相關性，抱著寶寶用好聽的聲音和豐富的詞語，講一本好玩、好看的書，這種讓寶寶腦部產生正向連結的親密互動，除了可以促進寶寶語言發展和理解能力，提高日後閱讀能力和習慣之外，從腦科學研究已看到，「親子共讀」這個簡單容易進行的家庭活動，真的可以促進孩子腦部情緒調節區域的活性喔！

美國兒科醫學會與衛福部國健署，分別將「親子共讀」納入照護政策內

許多國際論文已指出，推廣早期親子共讀，可以改變嬰幼兒家長對親子共讀的態度



翻開一本繪本  
彷彿進入到神奇的世界  
家長若能認知親職教育的重要  
能讓孩子健康又幸福  
一起加油，一起努力，您可以的

，促進幼兒腦部及語言發展與就學後的學習能力，故「從孩子出生後，即可開始唸故事書給寶寶聽」已成為許多國家兒科醫療與教育界給嬰幼兒家長的建議。

美國兒科醫學會於2014年，將「主動建議家長儘早唸故事書給寶寶聽」納入兒童醫療照護政策之一。台灣兒科醫學會於2016年建議盡早開始親子共讀，幫助大腦發展，而衛福部國健署於2018年已將宣導親子共讀納入「母嬰親善醫院」評鑑項目。

### 減少3C的使用，給孩子有品質的陪伴

「親子共讀」除了閱讀本身的好處外，能促



進幼童腦部發展，又能提升親子互動的品質，培養家庭閱讀習慣（相對來說，更是減少3C的使用），這個對孩子身心發展有多面向好處的觀念，讓孩子未來成為身心健康的大人，不就是最好的健康管理觀念嘛！

2015年美國兒科醫師Dr. Hutton的研究中指出，不論孩童家庭背景如何，即使自認教育程度不高不會讀書的家長或嬰幼兒照顧者，只要願意經常抱著小小孩翻著書，看圖講話，每個大人都有機會為孩子建構一所膝蓋上的大學，成為孩子最初的好老師。

相信大多數家長，不論家庭社經背景為何，不論居住地點在哪，都希望能照顧好家中的孩子，讓孩子能在穩定、充滿愛的環境中長大，也希望孩子將來能比自己好。而親子共讀，就是一種簡單又省錢省力，很多家長都做得到，且願意去做的方法！

### 對話式共讀 IN，3C與APP OUT!

美國小兒科醫學會先前是建議2歲以下不看電視；而因應現代生活，現在建議18個月以下，除了和家人視訊之外，不要讓小小孩看3C，小腦袋需要的是「對話式共讀」，而不是3C，也不是APP。





# 五星（心）級的月子中心 安其產後護理之家

地址：桃園市中壢區中美路39號2樓 · 電話：(03) 427-8888 分機 111



# 正對公園・鬧中取靜 坐月子就像渡假般舒適、自在

感管師定期巡視，落實感染管制為最大特色



安其產後護理之家自 101 年開業至今，感謝大桃園地區媽媽們及外縣市媽媽們支持，即將邁入第七年！安其除了有宏其婦幼醫院做為堅強後盾，每週固定安排婦產科醫師、兒科醫師巡視。與業界最大差異

之處在於：安排感管師定期巡視，協助機構徹底落實感染管制，我們用心，讓媽媽及寶寶們住得更加放心，也讓家人安心。

## 推動嬰幼兒親子共讀、嬰兒按摩課程

針對產後媽媽的身心靈照護部分，亦提供豐富多元的衛教課程，除了媽媽們的產後身體調養，提供正確婦嬰照護知識，協助家庭角色適應，歡喜迎接新成員的到來。同時與歐美同步，推動學齡前嬰幼兒親子共讀、親密嬰兒按摩，以期增加親子關係建立。

## 營養師設計菜單，廚師當餐新鮮烹調

自設中央廚房，餐餐廚師新鮮烹調、菜單由營養師設計，將六大類營養素均衡攝取，並由專人送餐，熱食即食不需再自行加熱，在遵循月子期間飲食原則下，餐點調味可依個人喜好調整，讓您健康快樂坐月子。



## 多元化的衛教課程



親子共讀



預防吐嗆奶



嬰兒發展



嬰幼兒按摩



嬰幼兒沐浴



如何幫寶寶拍嗝



母乳宣導



持續泌乳

## 專業的 照護品質

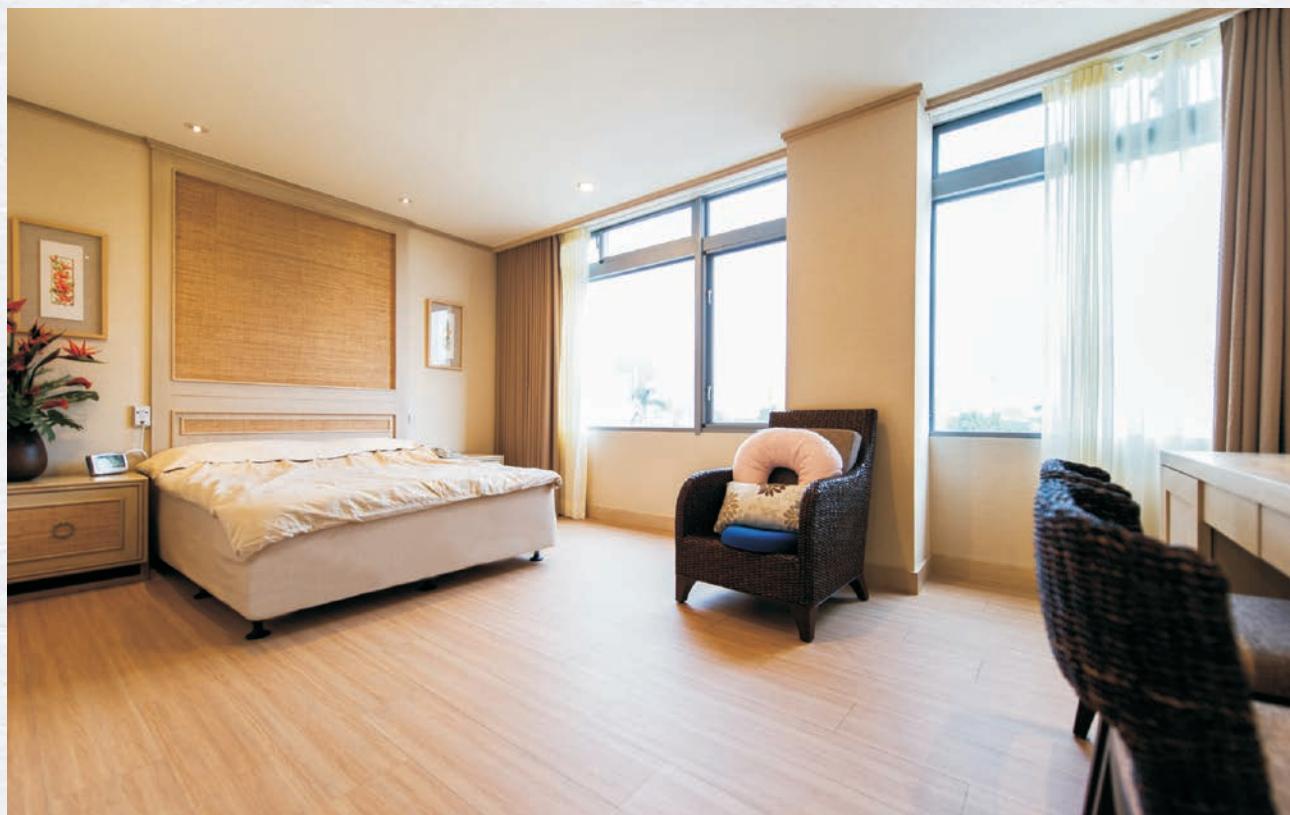


由宏其婦幼醫院婦產科、兒科醫師每週固定巡診，觀察媽媽與寶寶的健康狀況



# 房型介紹

73



# 房型介紹



# 房型介紹

75



# 房型介紹



# 房型介紹

77



# 房型特色



室  
外  
公  
園  
美  
景

公園美景引入為最大特色  
部份房型大面積之窗戶將室外



- 飯店式個人專屬套房，高級典雅傢俱。
- 每房皆有獨立冷、暖氣空調，採光明亮自然。
- 獨立感應房卡管控進出。
- 房內浴室皆為乾濕分離衛浴設備，並設有緊急呼叫鈴
- 各樓層走廊燈光明亮，並設有安全扶手。
- 房內皆有精緻備品組

# 安其御膳坊

精緻養生月子餐・婦科元氣餐

～桃園中壢宏其婦幼醫院特約廠商～



地址 / 桃園市中壢區中美路 39 號 3 樓 電話 / (03) 427-8888 分機 310 或 888

## 膳食服務特色

- 每日三餐二點，由中央廚房現煮，分早、中、晚三次配送。
- 三餐皆以保溫容器出餐，無需再加熱。
- 專業的經營服務團隊，從食材的挑選、烹調，全程嚴格把關。
- 依照產婦不同的飲食習慣需求做個別調整。
- 符合現代的飲食觀念，同時兼具藥膳燉湯進補的傳統。
- 新鮮食材、精選時蔬，採用低油、低鹽、低糖的烹調方式。
- 豐富的菜色，滿足產婦的口感，吃而不膩、爽口無負擔。



1



2



3

圖1 聘請合格中餐烹調執照資深廚師製作餐點。

圖2 餐具堅持使用醫院或飛機餐等級之合格餐具，絕不會溶出毒物。

圖3 結合傳統中藥食材及現代飲食觀念，精心烹煮。