



發行人：黃豐締
總編輯：李明義
執行編輯：解靜萱

版面介紹：
第一版 政策、宣導
第二版 醫療資訊
第三版 衛教資訊
第四版 門診時間表

廣告



民生醫訊

雙月刊 第一百六十五期

【中華民國七十六年三月創刊】

高雄市苓雅區凱旋二路134號

07-751-1131

www.kmsh.gov.tw

高雄市立民生醫院新聞稿

性別友善・醫療平權 民生醫院與52赫茲的鯨魚同行



高雄是一座面海而生的城市，海洋的胸懷象徵著多元與包容。高雄市立民生醫院長期致力推動「性別友善、醫療平權」，期望每一位走進醫院的民眾，不論性別、性傾向、階級或族群，都能安心就醫、不受歧視。

許多因身心疾病、性健康議題或多元性別身份而受苦的朋友，雖然身處人群，卻仍感到無人理解、無人看見。為了回應這樣的孤寂聲音，民生醫院成立了 HERO 藥愛療癒復元中心，提供結合「性健康、醫療照護、心理支持與社區復元」的一站式整合服務。我們選擇52赫茲鯨魚作為象徵，提醒自己要成為能傾聽、能回應的同伴，讓不被聽見的聲音，終能在海洋裡得到迴響。

本院秉持「健康平權、性別平權、自由平權、社會平權」四大核心理念，持續打造友善醫療環境：從設置性別友善廁所，到落實醫護團隊的教育訓練，讓「差異」不再是孤單的理由，而是彼此理解、連結的橋樑。

「在這裡，你不是孤單的，因為我們聽得見。」

民生醫院將以海洋城市的胸懷，持續推動性別友善與醫療平權，打造一座溫柔而堅定的港灣，讓每一個生命都能被看見、被理解、被善待。



民生醫院攜手萬海慈善基金會 引導長輩與受虐兒少體驗流動畫創作玩顏料

藝術不只療癒人心，也能跨越不同世代創造溫暖的連結。高雄市立民生醫院與萬海航運慈善基金會攜手合作，今年（114）年8月間為院內住宿式長照機構的高齡長者與附設飛象家園的兒少，分別舉辦兩場流動畫創作體驗，讓參與者不受限制的「玩顏料」，讓色彩成為情感表達的出口，在過程中感受創作成就與心理支持。

這次的流動畫創作體驗活動，是由萬海慈善基金會發起，結合珍珠創作畫室老師專業的引導，並針對長者及特殊兒少需求，安排一對一的志工陪伴，透過自由、不受技巧限制的流動畫創作活動，從挑選顏料顏色開始，與助流劑攪拌均勻後傾倒在畫布，透過雙手動作讓顏料遍布畫布上，呈現豐富的流動相互交織色彩，感受到藝術帶來的美好。

在長照機構舉辦時，長輩在志工與老師陪伴下從原本不熟悉陌生到逐漸投入，有人看到創作的繽紛顏色中找回記憶，也有長輩為家人創作充滿心意的畫作，更在完成作品後，洋溢滿足笑容，氛圍溫馨感人。於飛象家園場次，配合重度障礙孩子們的節奏，由老師與志工引導他們感受顏料變化，儘管多數孩子無法主動創作，但在引導下仍積極參與，尤其看到顏色流動時更是專注凝視露出微笑，真實回饋他們的感受。

民生醫院黃豐締院長表示：「民生醫院長期推動全人、全齡照護，這次透過藝術與公益結合，不僅為不同年齡層帶來療癒，也營造出溫暖的機構氛圍。感謝萬海慈善基金會與珍珠畫室的用心付出。」

萬海慈善基金會指出：「我們相信藝術能撫慰人心，無論是長者或特殊兒少，都應被傾聽與陪伴。這樣的創作過程，希望能為他們的生命添上一抹亮色。」

民生醫院表示，這次兩場活動面對截然不同的族群，同樣展現藝術療癒的力量，未來將與萬海慈善基金會等更多團體持續合作，推動多元療癒行動，讓愛與創意在院內每個角落延續生根，照亮更多生命。



中秋月圓人團圓，健康相聚要珍惜，戒菸及早，生命美好，無菸好時節，願與君共享中秋月，共享人間好時節；戒菸過程如有戒除菸癮之不適症狀，可善加利用國民健康署提供的二代戒菸服務，能較順利遠離菸癮束縛。可洽戒菸衛教室～



本院戒菸門診時間：
週一至週五上、下午及周六上午

本院戒菸專線：07-7511131轉2166
或洽國民健康署戒菸專線0800-63-63-63；

本院戒菸及戒癮服務時間：
週一至週五上、下午及周六上午。

本院為無菸無癮醫院，近期也會舉辦相關活動，請民眾拭目以待～



預防登革熱，你我一起來！

近期天氣多變，雨水豐沛，正是病媒蚊孳生的好時機。為守護您與家人的健康，本院特別提醒民眾，務必留意並落實登革熱的防治措施。



當心登革熱警訊！

登革熱是由登革病毒引起的傳染病，主要透過埃及斑蚊及白線斑蚊叮咬傳播。感染者通常在被蚊子叮咬後 4-10 天發病，症狀可能從輕微到嚴重，請務必提高警覺。

若出現以下典型症狀，如高燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉關節痛，應立即就醫並主動告知醫師旅遊史與活動史。此外，若出現腹部疼痛、持續嘔吐、黏膜出血等警示徵兆，代表病情可能惡化，需盡快前往醫院治療，以免導致嚴重併發症，甚至危及生命。



落實「巡、倒、清、刷」，杜絕病媒蚊！

預防登革熱最有效的辦法，就是從源頭清除積水容器，讓病媒蚊無處可生。請大家務必落實「巡、倒、清、刷」四步驟，定期檢視居家及周圍環境：

- 巡：**仔細巡視家中內外，找出所有可能積水的容器，例如花盆底盤、廢棄水桶、輪胎、寶特瓶等。
- 倒：**將容器內的積水全部倒掉，並妥善處理，避免再次積水。
- 清：**清理並移除所有不必要的廢棄容器，減少病媒蚊產卵的地方。
- 刷：**將裝水的容器，如水桶或花盆，內壁刷洗乾淨，以清除附著在內壁的蟲卵。

提醒您，登革熱沒有特效藥，但只要掌握正確知識、落實防治行動，我們就能有效防堵疫情擴散。為了自己與社區的健康，請從現在起，與我們一起動手「巡、倒、清、刷」！

防堵登革熱 落實 巡倒清刷



久咳不癒？快用「七分篩檢法」自我檢測！

當您或家人出現久咳、有痰等不適症狀時，切勿輕忽！這些症狀可能是身體發出的警訊。為了幫助您及早發現潛在健康問題，我們提供一個簡單的自我檢測工具：「七分篩檢法」。



請您根據自身狀況，為以下症狀打分數：
咳嗽有痰：2分
咳嗽超過兩週：2分
胸痛：1分
沒有食慾：1分
體重減輕：1分

如果您合計得分達到或超過 5 分，請不要猶豫！這代表您可能需要進一步的醫療評估。建議您盡速到醫院進行詳細檢查，讓醫師為您釐清病因，給予適當的治療。保護自己與家人的健康，從「七分篩檢法」開始。及早篩檢、及早發現，才能及早治療！



守護健康不尷尬，性病諮詢與篩檢免煩惱！

「最近擔心自己可能感染性病，想做檢查又覺得好尷尬…」
「保險套到底該怎麼用？有什麼其他方法能保護自己？」

如果你心中曾有這些疑問，別再自己猜測或擔憂了！高雄市立民生醫院的 HERO 愛滋癒復元中心 提供 完全匿名 的性傳染病諮詢與篩檢服務，讓您在安心、沒有壓力的情況下，掌握自己的健康。匿名聊天，健康不用再猜！我們理解，有些話題很難啟齒。因此，我們特別提供 LINE 匿名諮詢服務，讓你能在自己的空間裡，輕鬆地提出任何關於性健康、性病預防或治療的疑問。我們的專業團隊將為您解答，讓你獲得正確、可靠的知識。

知識就是力量，別讓性病成為你的黑歷史！
免費篩檢，守護彼此的健康

除了匿名諮詢，我們還提供 免費的性病篩檢服務。透過簡單、快速的篩檢，你可以清楚了解自己的健康狀況，不僅是對自己的保護，也是對伴侶的責任。請記住，「健康安心，不用猜！」主動了解與篩檢，是保護自己和心愛之人的第一步。

無論你有任何疑問，都歡迎隨時與我們聯繫：
LINE：掃描圖片上的 QR Code，加入 HERO 愛滋癒復元中心好友
電話：07-751-1131 #4091 #7010 或 0972-815-069
Email：hivprepphephero@gmail.com



癌症篩檢早一步 跳出健康新舞步

擴大
篩檢年齡



小叮嚀：若篩檢結果有異常，請務必接受進一步檢查，以早期發現、早期治療，詳細資訊請洽當地衛生所。

健康便利站
預約/查詢

高雄市政府衛生局 關心您的健康
Department of Health, Kaohsiung City Government

經費來自菸品健康捐 (廣告)

高雄市立民生醫院 114年新冠/流感疫苗專診

10/1-10/31 左流右新 同步開打

對象

10.1 開打 ▶▶▶▶▶ 第一階段對象	公費接種對象類別	公費流感疫苗	公費新冠疫苗
65歲以上長者		○	○
55-64歲原住民		○	○
安養、長期照顧（服務）等機構之受照顧者及其所屬工作人員		○	○
孕婦		○	○
警事及衛生防疫相關人員		○	○
幼兒園托育人員、托育機構專業人員及居家托育人員（保母）		○	○
6個月內嬰兒之父母		○	○
滿6個月以上之嬰幼兒	○ 滿6個月以上至國小入學前幼兒	○	○
滿6個月以上且潛在疾病/高風險對象 (包括長期慢性病人、BMI ≥ 30者、罕見疾病患者及重大傷病患等)		○	○
國小、國中、高中、高職、五專一至三年級學生		○	×
禽畜相關及動物防疫人員		○	×
11.1 開打 ▶▶▶▶▶ 第二階段對象			
50至64歲無高風險慢性病人		○	○

內容

- 接種期間：10月1日至10月31日設有疫苗專診，且免掛號費
- 看診時間：週一至週五 上午09:00-11:00、下午14:00-16:00
- 地點：1樓中庭(流感及新冠疫苗接種專區)
- 掛號方式：網路或至現場(1樓中庭櫃台)掛號/報到
- 接種莫德納 LP8.1 疫苗需與前1劑莫德納 JN.1 疫苗間隔 12週(84天) 以上

左流右新 接種流程 5 步驟

- 過卡**：先至1樓中庭疫苗專區櫃台：健保卡掛號/過卡
- 報到**：1樓中庭疫苗專區報到：測量體溫，接種者簽章
- 理學**：醫生評估後，蓋醫生章，勾取可施打
- 注射**：至注射區，交出可施打單，完成注射疫苗
- 休息**：注射後，不要揉，休息15分鐘，無不適症狀，交回白色的單子，即可離開



病人就醫須知

(義務)

- 誠實主動告知病情、過去史、藥物史及特殊狀況
- 遵循相關門禁規定、善待醫院設施
- 恪守感染控制措施、保障其他病患權益
- 繳納負擔費用，共同珍惜醫療資源



醫院位置圖

