

5月21日至25日，天氣時而放晴，時而下雨，在板橋市中正路郵局前，有一群身著綠色背心的志工，正熱心地為往來的民眾量血壓、測量骨質密度及解除疑難雜症的醫療諮詢等……

為民眾健康把脈

「醫療資源共享」是僧伽醫護基金會一直以來的理念，除了為僧伽服務外，也希望能回饋大眾，此次藉由保健站的實際義診活動，落實了這樣的理念。服務結果發現，除了肥胖者與有高血壓患者外，一般人的血壓大都很正常。而在骨質密度上正如預期的，女眾比男眾異常的比例多。一般婦女得骨質疏鬆症大都是在更年期、早期停經之婦女、長期酗酒、抽煙、喝咖啡者、長期坐著工作、少運動者、長期缺鈣者、體型小體重過輕者，及服用類固醇制酸劑者疾病：如甲狀腺亢進、尿毒、糖尿病者易得。不過還是有些婦女在測量密度上反而比男性高，原來，她們大都有持續性的運動、享受適當的陽光及常食含有鐵及鈣的食物如：乳製品食物、香菇、紫菜、紅莧菜……等食品並定期補充鈣片，來維護她們的健康……。

老夫妻情深

活動中亦有一些感人的小插曲，有一對年近七八十歲的老夫妻，先生第一天路過活動現場，問清所有服務狀況並做好檢查，覺得非常好，隨即詢問志工明天是否依然會在這裡……。第二天，扶著自己的同修一起來做檢查，但不巧當天下雨，不能測骨密（怕機器被雨水淋到故收起來）只有量血壓，第三天天氣終於有一點好轉，倆夫妻也出現在活動的現場，終於測到骨密情形，老先生關心老太太的健康其真情由此可見。

感恩！他日再服務

要覓得適切的地點對義診活動來說，是很重要的一環，非常感謝板橋中正路郵局的鼎力相助，尤其是一開始在協調借場地上曾遇到一些困難處，幸經由許瑞圖局長為我們奔波才得以解決，回想起來真是由衷的感謝他及局內工作人員。這次「免費保健站」活動的舉行，民眾反應非常的熱烈，希望我們能夠再設置，所以我們決定下一站將選擇熱鬧的板橋火車新站，再為民眾服務。