

# 冬陽照暖護僧行

## ——隆峰寺區域小型健檢

僧醫會的健檢，落實預防勝於治療的觀念，護持僧眾健康

文/梁雲芳

——張A4規格的「101年2月25日高雄——隆峰寺區域小型健檢活動工作分配表」，看起來簡易，仔細詳閱，已清楚載明所有事項，來自全省各地的醫護志工，即能按照表上所記載的事項，迅速

進入狀況。譬如沈光漢是台中榮總胸腔科醫師，特地從台中趕來、張淑鳳醫師是屏東民衆醫院的院長，則是從屏東過來，該醫院是僧伽醫療網的特約醫院。

「區域小型」代表此次的僧伽健檢





量血壓



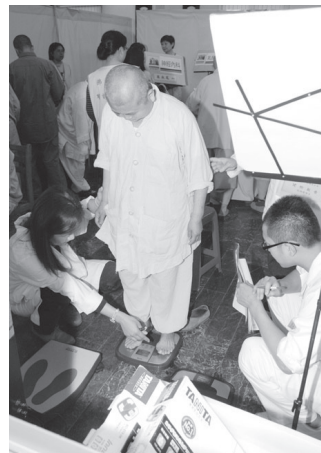
抽血

活動對象僅限於健檢所在地的道場，與全國性健檢活動比較，參與人數較少，全國性健檢人數多則兩、三百人，少則一百餘人，此次為四十人以下。雖然參與的人員少，但是健檢項目一樣齊全，不曾打折，從量身高、量體重、量體脂肪、量血壓、抽血、尿液的基礎檢查，到專科診療及衛教諮詢的項目，包括肝膽超音波、婦科超音波、胸腔X光檢查、心電圖檢查、骨密度檢查、胸腔科、神經內科、牙科、中醫、乳房衛教、藥物諮詢均在同一個時段及地點完成，若發現需要進一步就診，醫師仍會做醫療建議。

更為貼心的是，由於血液及尿液的現場採集，健檢報告需耗費數個工作天完成，再以郵寄或專人送達，耗時耗力，此次檢驗人員已事前到寺方進行採集，且完成檢驗報告，健檢活動當日，僧眾即能取得驗血報告，了解狀況。一個流程的改變，受益者不只是檢驗人員、健檢參與者，就連活動志工都深感流程控管順暢不少。



骨質密度檢測



↑量體重

←測體脂肪







法師報到

## 陰雨綿綿下高雄 溫絢陽光中抵隆峰寺

101年2月24日當天，北部陰雨綿綿，十四、十五度的低溫，天氣冷颼颼。一大早，僧伽醫護基金會的工作人員及志工忙進忙出將各項醫療設備搬進巡迴車內，大夥兒身著厚厚冬裝，拿著雨具，準備出發前往位在高雄市三民區民族一路的隆峰寺。

車子一路南下，約過了台中之後，雨勢緩和，陰霾天空露出一抹陽光，午後二點多抵達隆峰寺，氣溫升高約在二十六度，暖烘烘的陽光，哪像冬日，與初夏相似，相隔約五小時的車程，溫度差很大，北冷南熱的天氣，宛若嚴父與慈母，體會自有所不同。

隆峰寺是一間具有五十多年歷史的女



布置會場

眾佛寺，常住多半為高齡者，年歲約在六、七十歲以上，更有好幾位八十多歲的法師，只有一位最年輕的三十七歲。整座寺廟很幽靜，有一座與中國傳統寺廟風格不同的「隆峰禪寺」大殿建築，大殿正中釋迦牟尼佛、藥師佛、阿彌陀佛三尊緬甸白玉大佛，法相莊嚴慈悲，是全台最高的一座緬甸白玉佛殿。大門上的金色菩提葉更是光輝奪目的巧思，遙想世尊於菩提迦耶的菩提樹下開悟成佛，祈願眾生發菩提心，精進修行，亦皆可成





大門上的金色菩提葉，祈願衆生發菩提心，精進修行，皆可成佛



同心協力布置會場



簡報站



志工報到



佛。

寺內還有一座八正道圓形花園，依照順時鐘方向，分別是正知見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定，每一個花圃皆種植了各式繽紛花草。此外還收養了兔子、陸龜及二十多隻流浪狗，每一隻都取了法號，譬如大悲、大願等，還有一隻叫「趕不走」，平常除了梵音繚繞外，就屬這群狗兒的狂吠叫聲最為嘹亮，特別是遇到陌生人群的走動，一隻狗兒吠之後，接二連三的群起吠聲劃破寂靜。

### 空間雖小 健檢科別齊全

寺方準備一處儲藏古老家具的空間做為健檢活動場所，四目所見的桌椅，多屬明清形式，一時間有回到古老時光隧道之感。一行人卸下醫療設備後展開組裝，無論熟練與否，出家法師及多位志工相互補位，盡心盡力布置，五、六個小時之後，原本是儲藏空間，已被改裝成為小型健檢中心，一幅「佛陀看病圖」掛在樹下，顯示僧伽醫療的重要性，而每一個立牌清楚標明健檢項目：報到處、量血壓處、骨質密度檢查處、肝膽超音波、婦科超音波……約莫晚上七時許，會宗長老抵達會場，幾經調整健檢動線後，「區域小型僧伽疾病篩檢、公衛教育、促進健康活動－101年2月25日高雄隆峰寺健檢活動」就此展開。

二十五日七時許，多位拄著拐杖或腳步緩慢的高齡法師，陸續來到，他們誠心護持僧伽醫護的健檢活動，同時珍惜

人身難得，佛法難聞，即使不很熟稔健檢流程，腳力很差，但仍然耐心等待工作人員給予協助及引導。此時，來自各地的醫護人員也陸續趕來，他們身著醫師白袍及護理人員制服各就各位，就連胸腔X光檢查巡迴車也開進了隆峰寺，開始為寺方法師進行各項檢查及看診。

### 融入尊重與互信的僧伽健檢

長期以來，隆峰寺的高齡法師念茲在茲的是早晚課、法會及寺務工作，全心





奉獻佛教的結果，反而忽略「預防勝於治療」的疾病預防觀念，身體健康發出異常警訊時，普遍作法是根據過去經驗進行治療，譬如推拿、拔罐、針灸，或到附近醫院或診所掛號、到中藥店或西藥房購買成藥，還有多位法師根本不上醫院就診，更遑論定期做健康檢查，所持的理由是到醫院看病很花時間，排隊看診可能需要排上一小時以上，而且只能看一科，要再看其他的科別，又得重新掛號再排隊。另一方面，到醫院就醫

的人數太多，醫護人員無法照顧到僧伽就醫的需要及醫療品質。但不到醫院掛號看病、健檢，並不代表法師們的身體健康，更不表示他們不重視，而且隨著身體老化，病亦隨至，因此他們對於僧伽醫護基金會的關懷心生歡喜，願意參與。

此次在隆峰寺舉辦的健檢活動，屬於區域小型，參與的僧伽皆為隆峰寺的出家眾，彼此為同修，即使有些檢查需要排隊等候，譬如婦科超音波、肝膽超音波、牙科，但因相互熟稔，可以交換健檢訊息，甚至提醒還有哪一個科別還沒有檢查。從表象觀之，這不過是一次健檢活動，觀其內涵，確是融入尊重與互信的僧伽健檢，僧眾在「就診指標」及「醫護志工」的引領下，可以向多科別

的醫護人員講述自己的健康疑慮，而且得到最親切及體貼的協助，譬如在「藥理諮詢」擔任醫護志工的黃炳文藥師，父親就經常前來隆峰寺禮佛祈



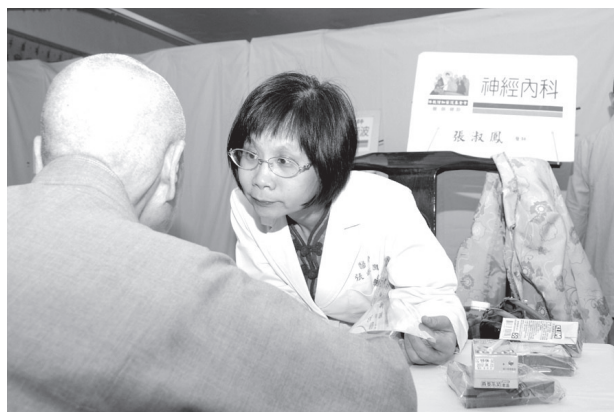
胸腔科沈光漢醫師



牙科劉坤銘醫師



張鴻文中醫師



神經內科張淑鳳醫師



福，所以法師們看到黃藥師備感親切。胸腔科醫師沈光漢可以透過與X光車即時連線，在電腦螢幕上看診，並根據X光片



肝膽超音波林信常醫師



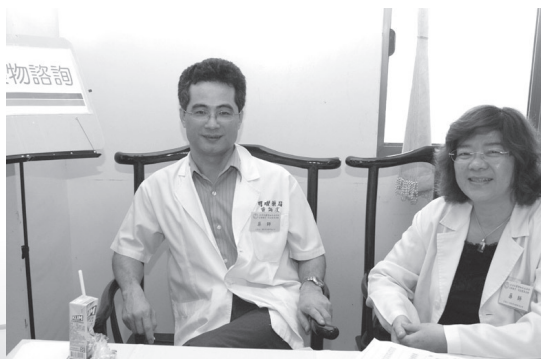
婦科依定法師

進行即時診斷及醫療建議。約莫中午一時許，健檢活動在參與者一一繳回健檢表格後，畫下圓滿休止符，再一次為僧眾的健康盡一份心力。

南下志工又一路開回台北，天氣再次上演宛若慈母嚴父的劇本，只不過是從溫煦陽光轉成嚴寒酷冬，世間無常的最佳佐證。



王怡人護理師



黃炳文、王霓裳藥師



陳韻如護理師





# 感恩

## 高雄隆峰寺健檢志工榜

感恩以下菩薩發心 圓滿健檢 功德無量

- ✿醫師6位：依定法師、林信常、沈光漢、張鴻文、劉坤銘、張淑鳳
- ✿醫檢師3位：梁建德、黃柏樺、楊韻霖
- ✿藥師2位：王霓裳、黃炳文
- ✿護理師14位：楊素端、周麗玲、陳玲莉、張文琳、楊子誼、王美玉、龔蘭芳、楊櫻蘭、陳韻如、洪敏融、陳惠菁、薛昱玟、王怡人、戴宇良
- ✿志工12位：陳秀芬、賴瓊芳、施素妃、張貞鶯、葉麗珠、江徐順妹、汪馬克、陳碧桃、馬志宏、黃泳清、林景柏、張瑞娟
- ✿執行長暨職工8位：會宗長老、首慧法師、上慧法師、金美玲、林秀鳳、林彥秀、周志祥、滕景明



# 健檢流程及項目

站 別	檢 查 項 目	檢 查 內 容	說 明	標準項目	加驗項目
1. 簡報站		發流程圖及配置圖	說明各站健康檢查流程與功能	●	
2. 掛號處		領取病歷資料		●	
3. 檢驗站： 尿液檢查	(1) 尿液常規篩檢	發紙杯及尿液試管 1. 外觀 2. 尿蛋白 3. 尿糖 4. 亞硝酸鹽 5. 白血球 6. 潛血 7. 酸鹼值 8. 尿沉渣檢查	以紙杯取中段尿後，倒入尿液試管中。  泌尿道感染、結石、出血、糖尿病及肝、膽、腎疾病篩檢參考。	●	
4. 一般檢查站	(2) 一般檢查	9. 身高、體重 10. 體脂肪率 11. 血壓、脈搏	身體基本功能及一般常規檢查	●	
5. 檢驗站： 血液檢查	(3) 血液常規檢查	12. 白血球 13. 紅血球 14. 血紅素 15. 血球容積比 16. 平均血球容積 17. 平均血球血色素 18. 平均血球色素濃度 19. 血小板 20. 白血球淋巴比例 21. 白血球單核球比例 22. 白血球顆粒球比例	了解有無貧血及其種類、感染或炎症反應、血球凝固機轉、白血球不正常或白血病。	●	
	(4) 血糖檢查	23. 飯前血糖	糖尿病檢查參考。	●	
	(5) 肝膽功能檢查	24. 麩胺酸草醯酸轉氨酶 GOT 25. 麩氨酸丙酮轉氨酶 GPT 26. 鹼性磷酸酶 Alk-P 27. 丙酮酸轉移酶 $\gamma$ -GT 28. 總膽紅素 TB 29. 直接膽紅素 30. 蛋白質總量 TP 31. 白蛋白 Alb 32. 球蛋白 Glo 33. 白蛋白/球蛋白比	急慢性肝炎、肝硬化、病毒性肝炎、肝功能異常、肝癌、膽道阻塞等疾病檢查參考。	●	
	(6) 腎功能檢查	34. 肌酐酸 Creatinine 35. 尿素氮 BUN	尿毒症、急慢性腎炎、腎衰竭等腎臟疾病檢查；腎臟機能的診斷指標。	●	
	(7) 痛風檢查	36. 尿酸 Uric acid	高尿酸血症、痛風等診斷指標。	●	
	(8) 血中脂肪檢查	37. 三酸甘油脂 TG 38. 總膽固醇 T-Cholesterol	脂肪代謝異常、血液循環功能、動脈硬化等評估。	●	
	(9) B 型肝炎檢查 C 型肝炎檢查	39. B 型肝炎表面抗原 HBs-Ag 40. B 型肝炎表面抗體 Anti-HBs	檢查是否感染 B 型肝炎、或為帶原者、或已產生抗體。	●	●
	(10) 肝膽超音波 (需禁食)	41. 肝臟 42. 肝內膽管 43. 總膽管 44. 膽囊 45. 腎臟 46. 肝門靜脈 47. 胰臟 48. 脾臟	肝臟、膽囊、膽道、胰臟、脾臟之實性變化及囊腫、結石、腹水、腫瘤等病變檢查。	●	
	(11) 婦科超音波 (需脹膀胱)	49. 子宮 50. 輸卵管 51. 卵巢	子宮、輸卵管、卵巢之實性變化及囊腫、腫瘤等病變檢查。	●	
6. 各項檢查站	(12) 乳房檢查	52. 乳房觸診	可早期發現乳房是否有異常腫塊及可能病變。	●	
	(13) 心臟機能檢查 (30 歲以上)	53. 靜止心電圖	心律不整、心肌梗塞、心室肥大、心肌缺氧、房室束支傳導阻斷等心臟疾病檢查。	●	



6. 各項檢查站	(14)骨質密度檢查	54. 骨質密度篩檢 (40 歲以上)	骨質實性變化檢查有無骨質疏鬆。		●
	(15) X 光檢查	55. 胸部 X 光	各種肺部疾病、呼吸道疾患、心臟擴大或主動脈異常、肋骨骨折或特殊病變。	●	
	(16)腫瘤指標	56. 癌胚胎抗原 CEA	主要為腸胃道癌篩檢指標、其他癌症亦有不同程度相關，如：肺、乳房、肝、胰、卵巢等癌症。	●	
		57. 胎兒蛋白 $\alpha$ -FP (B 肝、C 肝加作)	肝癌篩檢指標。		●
		58. 胰臟癌 CA-199	主要為胰、膽、大腸、卵巢等癌症之有用篩檢指標，其他癌症亦有不同程度相關如：胃、肝、食道、肺、乳房、淋巴癌等。		●
		59. 攝護腺癌 PSA(40 歲以上男性或家族癌症史)	為攝護腺癌優良的篩檢指標。		●
		60. 卵巢癌 CA-125 (40 歲以上女性或家族癌症史)	對卵巢癌有高診斷率，其他癌症亦有不同程度相關如：胰、肝、膽、子宮內膜、子宮頸、胃等癌；女性可作為基礎資料供長期參考。		●
	(17)甲狀腺檢查	61. T3、T4、TSH、FreeT4	甲狀腺機能亢進、低下或甲狀腺素相關檢查		●
	(18)血清學檢查	62. RA、CRP、ANA	風濕關節及抗核抗體免疫疾病相關檢查		●
7. 牙科衛教站	(19)牙科衛教	63. 牙科衛教 64. 牙科衛教建議事項	牙科衛教	●	
8. 各科健康諮詢站	(20)各專科醫師健康諮詢	65. ※各專科醫師健康諮詢，以健檢當日科別為準	醫師依各專科進行生理評估及健康諮詢或治療及轉介，並做詳盡病歷紀錄。	●	
9. 藥物諮詢	(22)藥物諮詢		藥物諮詢		●
10. 服務台	(23)病歷回收		病歷回收後領取便當	●	
	(24)問卷調查表回收			●	
11. 報告總評	(25)醫師判讀	66. 醫療轉介 67. 後續追蹤			
12. 餐飲服務		茶水、早齋 (需做完肝膽超音波)、午齋			