



專題企畫

健檢新頁

兩岸道情牽

僧醫會的健檢暨義診，正是要：傳播正確的觀念，找到合適的方法。讓大家都能够：從預防醫學切入，作自己健康的掌舵人。

本期專題企畫，由資深志工謝寶燕護理長的「本來沒代誌，一檢查就出問題？」開場，破除對健康檢查有疑慮者的心理障礙。

再以圖文記錄臺灣舉辦僧伽健檢以來人數最多的埔榮健檢，及參與志工最少的竹山德山寺小型健檢。

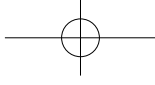
還有，七月十日到十三日，在佛教聖地五臺山，僧醫會首次跨海舉行千僧健診。

「觀念的改變」是十五年來僧醫會的存在價值。

——黃聰敏醫師，本會董事

「這是為兩岸僧眾義診的交流點燃第一把火，點得好！」

——普化寺住持妙生大和尚如是說



本來沒代誌，一檢查就出問題？

及早發現及早治療，可以提高癌症治癒的可能

文 / 謝寶燕

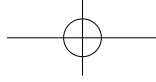
「**檢**查是維護健康的不二法門，而不是促使大病的發生」。某次餐敘中，僧伽醫護基金會執行長慧明法師談起義診，有感而發的提到：有些比丘尼因為害怕檢查出身體有問題，拒絕作相關的特殊檢查。她們跟少部分在家人士一樣，對健康檢查有「恐懼症」，認為健康檢查並不健康，因為：「原本沒問題的身體，萬一經這一檢查而被檢查出有問題，那不就很衰嗎！」

對參與僧醫會辦理義診健檢的我們來說，聽到這樣的說法有很大的挫折感，因為僧醫會的宗旨就是要照顧並維護出家眾的健康，而未能讓所有出家眾理解、並善用所辦的義診健檢，實在是有浪費之虞。也正是這一席話，讓筆者有感而發決定書寫本文，讓大眾理解健檢的意義，才不枉費僧醫會在義診前的各項縝密安排。

非健康的肉體有源自於血親基因，或生活習慣規律性與否，或飲食問題，或環境問題，抑或壓力或業障……所造成的。原本健康的人，體內大部分都有良性或不良性的腫瘤（即惡性腫瘤），只是大、小、有或沒有被發現，以及它活不活躍之分，而不是「被檢查所導致產生的」！若不透過「檢查」，是沒辦法及早發現、及時治療的。所以「檢查」是發現身體健康有沒有問題，而不是製造健康問題。

所謂「檢查」是有透過醫護的檢查，也有血液、尿液的檢查，或用特殊儀器作檢查，甚至可以自我檢查。以下就針對各種檢查，逐一說明：

醫護的檢查：是透過醫師或護理師的觸診，作初步的觸、壓、摸，檢查有無異狀的組織結構，進而與血液、尿液及特殊儀器所檢查出來的報告相互印證。



血液、尿液的檢查：是透過抽血、收集尿液後，經由實驗診斷科的儀器作檢查，檢查出來的數據，交由醫師作判讀診斷。

特殊儀器檢查：是經由心電圖、X光機、乳房超音波、腹部超音波……等特殊儀器檢查，所顯現出來的影像由醫師來判讀診斷。

自我檢查：是經由教導作自我身體表面部位的檢查，自我的視覺、觸覺所作的初步檢查。通常自我檢查可檢查皮膚上的痣有無大小及色澤的變化。男女眾的乳房大小變化、有無硬塊（臨床上有男性女乳化甚至男性乳癌的案例）。男眾的解尿次數，關乎攝護腺疾症。腹圍大小變化及皮膚顏色的改變、自我感覺疲倦等則有關乎肝腎的問題。凡此種種，在平時或沐浴時可自我檢查審視一番。

以上各項檢查不是單一項就能斷定該受檢者是否有某種疾症，而是要各項檢查作相互驗證，取得一致的結果，才能真正的診斷出所罹患的疾症。

僧伽醫護基金會募得十方之人力、物力、財力，承蒙各方發心人士的鼎力奉獻、虔敬的醫護志工及一般志工朋友，到義診現場協助服務各項事宜，使得所辦理的義診健檢，除了中西各科醫師及護理師熱心的到場為法師們診視外，有基本的身體檢測即身高、體重、血壓測量，有血、尿液檢查，更備有精密的醫療儀器設備可作治療及深入的檢查如：眼科精密檢查儀、牙科洗牙機、體脂肪檢測機、骨質密度檢測機、心電圖、X

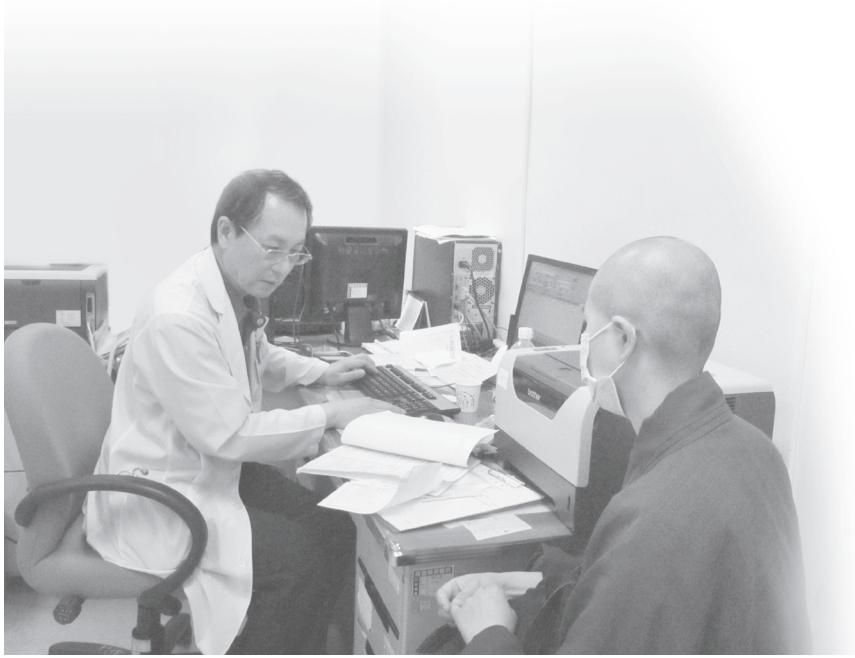
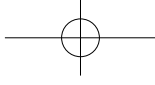


光、腹部超音波、乳房超音波……。宛如一座中型的醫院搬到各道場為僧眾守護著健康。

人們在健康上最害怕的是「癌」，其實癌症並不可怕。它是可被治療或治癒的，可怕的是它不被發現卻讓它惡化，因為它最可怕的是「初期時通常不痛不癢」，等到有感或有痛的時候，就已經是末期了，這時才來求醫即為時已晚矣！所以及早發現及早治療，可以提高治癒的可能。千萬不要有：「原本沒問題的身體，萬一經這一檢查而被檢查出有問題，那不就很衰嗎！」的觀念，應改為：「萬一錯過這一次檢查，而錯失及早發現的良機，那不就很衰嗎！」；也千萬不要有：因「守戒律」而自我維護身體的私密等理由，而婉拒重要的特殊檢查。因為僧醫會考慮到「戒律」問題，對於較私密檢查，特別安排女眾法師由女眾醫護人員執行，有別於一般醫院的情形。

人性本應該以正向的思維面對自己，尤其是健康。有健康的法體，才得以有優良的條件修行，乃至弘法利生。您說是嗎？（本文作者為資深護理長）





告別埔榮的僧伽健檢

「觀念的改變」是十五年來僧醫會存在的重要價值。

文 / 黃聰敏醫師（埔里福樂診所院長）

緣起

有位大德問末學，這次（2013年5月19日）為何選定埔里榮民醫院舉行僧伽健檢和義診？現在就先談談這場末學在埔里榮民醫院服務生涯的最後一場僧伽健檢的緣起。

1. 果清師父在尚未選定於埔榮義診的上一場董事會，對弟子說：「謝謝你，這一次麻煩你了。」弟子不經意的頂禮即過去了，以為是師父對弟子這次專程來開會的問候。

2. 沈光漢居士經常替出家人義診，很多看胸腔科的出家人，尤其是埔里有許多道場的法師們應該追蹤，所以建議僧醫會這次該到埔里辦義診。

3. 弟子向會宗長老報告七月退休，長老非常高興弟子可以多點時間為僧醫會出一點力，決定利用弟子還在職的時間

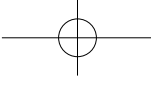
辦一場大型義診。

這次統計有211位已登記掛號的師父義診，76位法師接受四種癌症篩檢，是歷年來最多法師的埔里義診，感恩佛菩薩的加被，大事已辦。

觀念決定一切

「觀念的改變」是十五年來僧醫會的存在價值。在埔榮義診後兩個多月來，許多女眾師父願意看婦產科，解除乳房腫塊問題的疑慮，並接受癌症篩檢。跌倒外傷的出家人願意掛急診照X光，超音波發現有異常的患者願意花點時間在腸胃科追蹤。過去，有失眠症的女眾師父因不好意思拿安神劑治療，導致停經後症候群愈趨嚴重，骨質疏鬆症導致最後無法走路——骨折，在修行的路上受到障礙。

7月15日在診所看到甘比羅師父（外國



福樂診所揭牌儀式

師父），他老人家就非常坦然接受安眠藥治療多年，目前已慢慢減藥，還大方告訴大家他接受治療的過程。很多的女眾師父現在都能接受維骨力、福善美、玻尿酸治療，而且互相提醒拿藥了沒。前一陣子在地母廟看到一位比丘尼老法師因骨鬆退化太厲害，根本連手術換關節的機會都沒有，行動不便，仍拖著病軀化緣度眾生，內心十分不忍。

慧明師父建議弟子，很多法師在5月的埔榮義診時未能照到超音波，B、C型肝炎的師父需要好好追蹤及治療。規畫中的僧伽指定診所（埔里福樂診所），7月26日診所開業後，他指示基金會援助超音波、心電圖、體脂計，放在診所使用，造福出家人。雖然因健康不佳提早離開公職，多一點時間累積往生資糧，看到施文儀醫師兩眼已看不清仍抱病視訊及參加董事會，令人感動不已。末學視網膜剝離手術後視力尚好，想到星雲法師《佛光菜根譚》一段話，我們凡事應念「及時」，年壯力強時，應以體力報答人間；腦力尚佳時，應以智慧貢獻人類；富有錢財時，應以財務布施救

濟；有一片誠心因緣時，應將好因好緣的生命之光普遍十方，這就是建設人間淨土！我們僧伽醫護基金會就是諸上善人的好因好緣成就的，也是海公、果清師父、會宗長老、慧明師父的一片誠心因緣所成，弟子生生世世護持。

海公師父的身教——安心念佛

退休後從繁忙生活入平淡診所生涯，接到宗得法師的電話，預知時至，不想麻煩別人，要平靜往生西方，希望末學協助開立診斷書。我告訴家屬及警局相驗單位，以心臟衰竭為死因。

感謝師父臨別前給予身教加持勉勵，想起在僧伽醫護基金會早期，一次和海公師父一起搭飛機回臺中的驚險時刻。飛機遇上亂流，機身晃動很厲害，機長一直廣播繫好安全帶，不要緊張，經過亂流不要驚慌……大眾仍非常不安，末學趕緊念佛，心裡也非常不安，家裡怎麼辦？父母、妻子、孩子、醫院病患……師父推我一把，神情自在，要弟子把他老人家的水壺拿過來「喝水」。

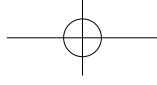
新 僧伽特約診所

埔里福樂診所，已於102年7月26日開業，黃聰敏醫師擔任院長，每週一、三、五 8:30~12:00；19:00~21:00，週四 8:30~12:00，皆有看診。

僧醫會特提供超音波檢驗儀、骨質密度檢驗儀，歡迎出家法師多多利用。

地址：南投縣埔里鎮和平東路413號

電話：049-2900977



會宗長老代表僧醫會致贈彌勒菩薩給福樂診所



布施零錢到存錢筒下方的三個格子，象徵將貪瞋癡三毒化為戒定慧

很多年後我才了解，念佛要把不安的心變成平淡、安靜的心，念佛才有效。

宗得法師的往生，激勵很多居士，內科助理妙蓉非常高興，平凡的比丘尼師父也可以預知時至，她告訴末學，世間什麼都不重要了，最重要的事就是念佛往生西方淨土。

龍華三會的藥王樹

7月26日（農曆6月19日）觀音菩薩成道日，也是埔里福樂診所——僧醫會的特約診所開幕。董事長會宗長老帶著法住法師及菩提子師父、師兄姐到埔里主持灑淨及揭牌。典禮由陶子當司儀，長老致詞勉勵診所要像龍華三會彌勒菩薩的藥王樹，傳說只要眾生到樹下即可百病消除，所有煩惱、痛苦都遠離，清淨快樂。長老特地送一尊彌勒菩薩像到診所，祝福大家幸福快樂。基金會放一臺超音波機器給需要體檢的大眾檢查，未來還會增購一臺骨質密度儀給骨鬆的患者做檢查。未來人口老化十分厲害，出家師父亦是如此，提早給予藥物治療有助於身體健康，所謂身安、心安、道隆。這次

最特別的是圓通寺的百歲老法師到場祝賀，大家都法喜充滿，居士都非常有信心，老法師一生念佛，給多病、多煩惱的世間一條健康、平安、長壽、福慧道路。診所裡，在道海長老的法相下放置僧醫會的存錢筒，下面有三格銅板放置區，外圍有糖果。同仁的善心布置，希望大家能發心布施，從內心將貪瞋癡三毒化成戒定慧，非常有創意。

初次到福樂診所時只帶著海公師父的法相，十分克難的小診所，尚未整修，診間堆滿雜物。經過迦南工作人員整修及護理長姐妹淘，民意代表黃議員、酒廠廠長及醫護同仁相助，迦南集團賈院長大力支持，長老的灑淨、佛菩薩的加持，讓僧醫會在埔里的福樂診所莊嚴的開幕。

慈悲喜捨是往後弟子要做的事，僧醫會在埔里有個定點，讓出家法師諮詢，也是繼牙醫診所定點消失後長老、法師們的期盼。祝福法師、居士大眾，身體健康，發大菩提心，前往宇宙的原點——真法界——極樂淨土。

