

服務

家歡迎符合
民申請入住

榮家
市板橋區
段 32 號
22755157

榮家
市三峽區
127 號
26731201

榮家
市八德區
1217 號
3681140

榮家
市八德區
1100 號
3651285

榮家
市松嶺路
41 號
5213292

榮家
市桃源里
段 301 號
7222187

榮家
市田中鎮
段 421 號
8747647

榮家
市斗六市
160 號
5324100

榮家
市白河區
山 63 號
6852164

榮家
市七股區
147 號
7880664

榮家
市明路 190 號
2690418

榮家
市楠梓區
631 號
3652828

榮家
市燕巢區
各 1 號
6161214

榮家
市內埔鄉
100 號
7701621

榮家
市前路 29 號
8223111

榮家
市更生路
0 號
9-224217

「福田」
榮民榮譽
贈專戶
團法人榮
基金會
行：
庫銀行
南路分行
收帳號：
-626-734
局：
劃撥帳號
2111



漫步在南谷區松林大道的二葉松下，可體會高山初秋的氛围。

北谷區平安鐘是武陵農場祈福熱門景點。

知性

文／陳佳德
圖／武陵農場

櫻花鉤吻鮭。



驚豔生態祕境



11月的迎賓橋以美麗的楓紅迎接遊客。

交通資訊 自行開車

臺北：國道五號→宜蘭→員山（臺七線）→棲蘭（臺七甲線）→武陵農場（行車時間約 3.5 小時）
高雄：國道三號→草屯→埔里→霧社→合歡山→梨山→武陵（行車時間約 7 小時）

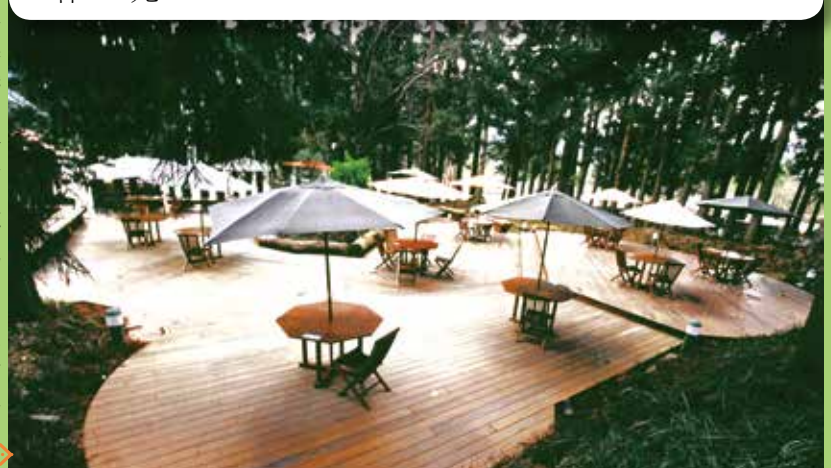
大眾運輸（國光客運）

【1751】宜蘭～武陵／07：30、12：40
【1751】武陵～宜蘭／09：10、14：10
【1764】羅東～武陵／07：00、12：00
【1764】武陵～羅東／13：40

門票資訊

【全票】平日 130 元、假日 160 元
【軍公教、學生、原住民、陸一特、團體】平日 100 元、假日 130 元
【65 歲以上長者、兒童、低收入】一律 80 元
【榮民、持有志願服務榮譽卡、學齡前幼兒、身心障礙及陪同】一律 10 元

柳杉林環繞的森林咖啡吧，別具特色。



北谷
北谷位於七家灣溪中游，比中谷更靠近河段上游，地勢也更高，由於較深入，增添了神秘色彩。北谷

武陵農場的地形受到雪山東峰和七家灣溪切割，主要分成北谷、中谷、南谷三個園區，園區各有不同特色的生態美景。
由於地處高山雲霧帶，溪流密布、水氣充沛，生物多樣性極為豐富，目前已發現蕨類三十種、裸子植物五種、被子植物一七七種、兩棲爬蟲類四種、鳥類十九種、昆蟲二十八種，其中臺灣特有種鳥類更有高達八五·七％生活在武陵農場；而有國寶魚之稱的櫻花鉤吻鮭，更是冰河時期孑遺生物，有重要的生態意義。

武陵農場位於臺中市和平區七家灣溪畔，面積約八百公頃，海拔介於一七四〇到二五〇〇公尺，是臺灣三大高山農場之一。

由於地處高山雲霧帶，溪流密布、水氣充沛，生物多樣性極為豐富，目前已發現蕨類三十種、裸子植物五種、被子植物一七七種、兩棲爬蟲類四種、鳥類十九種、昆蟲二十八種，其中臺灣特有種鳥類更有高達八五·七％生活在武陵農場；而有國寶魚之稱的櫻花鉤吻鮭，更是冰河時期孑遺生物，有重要的生態意義。

武陵農場位於臺中市和平區七家灣溪畔，面積約八百公頃，海拔介於一七四〇到二五〇〇公尺，是臺灣三大高山農場之一。

由於地處高山雲霧帶，溪流密布、水氣充沛，生物多樣性極為豐富，目前已發現蕨類三十種、裸子植物五種、被子植物一七七種、兩棲爬蟲類四種、鳥類十九種、昆蟲二十八種，其中臺灣特有種鳥類更有高達八五·七％生活在武陵農場；而有國寶魚之稱的櫻花鉤吻鮭，更是冰河時期孑遺生物，有重要的生態意義。

武陵農場位於臺中市和平區七家灣溪畔，面積約八百公頃，海拔介於一七四〇到二五〇〇公尺，是臺灣三大高山農場之一。

由於地處高山雲霧帶，溪流密布、水氣充沛，生物多樣性極為豐富，目前已發現蕨類三十種、裸子植物五種、被子植物一七七種、兩棲爬蟲類四種、鳥類十九種、昆蟲二十八種，其中臺灣特有種鳥類更有高達八五·七％生活在武陵農場；而有國寶魚之稱的櫻花鉤吻鮭，更是冰河時期孑遺生物，有重要的生態意義。

武陵農場位於臺中市和平區七家灣溪畔，面積約八百公頃，海拔介於一七四〇到二五〇〇公尺，是臺灣三大高山農場之一。

由於地處高山雲霧帶，溪流密布、水氣充沛，生物多樣性極為豐富，目前已發現蕨類三十種、裸子植物五種、被子植物一七七種、兩棲爬蟲類四種、鳥類十九種、昆蟲二十八種，其中臺灣特有種鳥類更有高達八五·七％生活在武陵農場；而有國寶魚之稱的櫻花鉤吻鮭，更是冰河時期孑遺生物，有重要的生態意義。

武陵農場位於臺中市和平區七家灣溪畔，面積約八百公頃，海拔介於一七四〇到二五〇〇公尺，是臺灣三大高山農場之一。

由於地處高山雲霧帶，溪流密布、水氣充沛，生物多樣性極為豐富，目前已發現蕨類三十種、裸子植物五種、被子植物一七七種、兩棲爬蟲類四種、鳥類十九種、昆蟲二十八種，其中臺灣特有種鳥類更有高達八五·七％生活在武陵農場；而有國寶魚之稱的櫻花鉤吻鮭，更是冰河時期孑遺生物，有重要的生態意義。

武陵農場位於臺中市和平區七家灣溪畔，面積約八百公頃，海拔介於一七四〇到二五〇〇公尺，是臺灣三大高山農場之一。

中谷
中谷位於七家灣溪中游，超過五〇％的櫻花鉤吻鮭都生存於此；其中最知名的景點觀魚臺，正好位於櫻花鉤吻鮭分布最密集的河段，站在木棧平臺上，就能觀察櫻花鉤吻鮭優游水中的身影。

其他還有全長約二二五〇公尺的賞鳥賞蝶步道，步道上林蔭密布，保有自然風貌，在這裡能觀賞到許多鳥類及翩翩飛舞的成群蝴蝶。茶園步道從武陵茶莊開始，經過兆豐橋跨越到七家灣溪東岸，全程約一一五〇公尺。由步道緩緩而上，滿山遍野的茶園，就是知名的武陵茶產地，一眼望去，有如層層的綠

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。

高山植物園一旁的露營區，則是夜間觀星的熱門地點，露營區西側有座被柳杉林環抱的森林咖啡吧，是不可錯過的話題地點。與露營區相鄰的花海區，更是一片隨四季變換，令人驚豔的賞花仙境。

北谷由於範圍廣大，坡度較陡，建議搭乘武陵農場北谷區深度導覽遊園巴士。

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。

高山植物園一旁的露營區，則是夜間觀星的熱門地點，露營區西側有座被柳杉林環抱的森林咖啡吧，是不可錯過的話題地點。與露營區相鄰的花海區，更是一片隨四季變換，令人驚豔的賞花仙境。

北谷由於範圍廣大，坡度較陡，建議搭乘武陵農場北谷區深度導覽遊園巴士。

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。

高山植物園一旁的露營區，則是夜間觀星的熱門地點，露營區西側有座被柳杉林環抱的森林咖啡吧，是不可錯過的話題地點。與露營區相鄰的花海區，更是一片隨四季變換，令人驚豔的賞花仙境。

北谷由於範圍廣大，坡度較陡，建議搭乘武陵農場北谷區深度導覽遊園巴士。

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。

高山植物園一旁的露營區，則是夜間觀星的熱門地點，露營區西側有座被柳杉林環抱的森林咖啡吧，是不可錯過的話題地點。與露營區相鄰的花海區，更是一片隨四季變換，令人驚豔的賞花仙境。

北谷由於範圍廣大，坡度較陡，建議搭乘武陵農場北谷區深度導覽遊園巴士。

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。



現在是金針花盛開的季節，金黃色的花海，有如來到忘憂仙境。



在雪山登山口前，幸運遇見絕美的山光水色。

色棋盤，景色秀麗別致；盡頭的農莊文物館，記錄著當年榮民辛苦開墾農場的點滴，走累了，可回到茶館，品嚐一壺味道清香、口感甘甜的武陵茶，細細品味武陵農場的農產特色。

南谷
南谷位於七家灣溪下游，以迎賓橋和有勝溪做為農場門戶的賓谷為界，地形平緩，交通便利且景點密集，同時也是遊客服務中心、醫療站等設施的所在地。

南谷的主要景點有賞鳥步道、松林步道和櫻花鉤吻鮭生態中心，賞鳥步道長度約九五〇公尺，不但能觀賞鉛色水鵲、栗背林鴉、棕面鵯和戴鳥等鳥類，有時也會發現竹雞與人並行，是農場內最親民的賞鳥地點。松林大道長度約三百公尺，連結武陵路和行政中心，進入松林大道後，兩側高聳筆直的二葉松映入眼簾，搭配著翠綠的山巒，彷彿漫步在如詩如畫的美景。

櫻花鉤吻鮭生態中心位於賞鳥步道盡頭附近，包含復育研究暨展示

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。

高山植物園一旁的露營區，則是夜間觀星的熱門地點，露營區西側有座被柳杉林環抱的森林咖啡吧，是不可錯過的話題地點。與露營區相鄰的花海區，更是一片隨四季變換，令人驚豔的賞花仙境。

北谷由於範圍廣大，坡度較陡，建議搭乘武陵農場北谷區深度導覽遊園巴士。

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。

高山植物園一旁的露營區，則是夜間觀星的熱門地點，露營區西側有座被柳杉林環抱的森林咖啡吧，是不可錯過的話題地點。與露營區相鄰的花海區，更是一片隨四季變換，令人驚豔的賞花仙境。

北谷由於範圍廣大，坡度較陡，建議搭乘武陵農場北谷區深度導覽遊園巴士。

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。

高山植物園一旁的露營區，則是夜間觀星的熱門地點，露營區西側有座被柳杉林環抱的森林咖啡吧，是不可錯過的話題地點。與露營區相鄰的花海區，更是一片隨四季變換，令人驚豔的賞花仙境。

北谷由於範圍廣大，坡度較陡，建議搭乘武陵農場北谷區深度導覽遊園巴士。

桃山瀑布
桃山瀑布位於武陵農場最北端，是武陵農場最深入的祕境，也是前往武陵四秀（桃山、品田山、池有山、喀拉業山）的必經之路。不過桃山區並無車道可以抵達，適合體力較佳的遊客挑戰。

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。

高山植物園一旁的露營區，則是夜間觀星的熱門地點，露營區西側有座被柳杉林環抱的森林咖啡吧，是不可錯過的話題地點。與露營區相鄰的花海區，更是一片隨四季變換，令人驚豔的賞花仙境。

北谷由於範圍廣大，坡度較陡，建議搭乘武陵農場北谷區深度導覽遊園巴士。

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。

高山植物園一旁的露營區，則是夜間觀星的熱門地點，露營區西側有座被柳杉林環抱的森林咖啡吧，是不可錯過的話題地點。與露營區相鄰的花海區，更是一片隨四季變換，令人驚豔的賞花仙境。

北谷由於範圍廣大，坡度較陡，建議搭乘武陵農場北谷區深度導覽遊園巴士。

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。

高山植物園一旁的露營區，則是夜間觀星的熱門地點，露營區西側有座被柳杉林環抱的森林咖啡吧，是不可錯過的話題地點。與露營區相鄰的花海區，更是一片隨四季變換，令人驚豔的賞花仙境。

北谷由於範圍廣大，坡度較陡，建議搭乘武陵農場北谷區深度導覽遊園巴士。

也是通往桃山瀑布和雪山東峰的必經之路，夜宿武陵農場的遊客，可考慮安排北谷秘境之旅。
北谷景點之一高山植物園位於雪山登山口下方，園內有生態水池、水中植物池、中藥園區、草園區，並種有臺灣原生針葉林、落羽松、青楓等高山植物，是高山耕種造林的典範。另外，園內還有一座景觀亭，亭內設有一個平安祈福鐘，是民國一〇二年七月二十九日武陵農場成立五十週年時，由法鼓山方丈果東法師加持啟用，讓信佛佛教的遊客，在休息時可以順便祈求平安。

惱人的鼻塞

文／高雄榮總耳鼻喉頭頸部主治醫師 張國平



長期鼻塞的原因若是鼻中隔彎曲合併下鼻甲肥厚，手術治療方式必須依診斷及病人的需求而定，可用鼻中隔成型術，矯正彎曲的鼻中隔。下鼻甲肥厚則有幾種不同的手術方式：
一、黏膜下鼻甲切除術及下鼻甲成型術：手術縮減下鼻甲大小，是傳統但最有效的手術方式，但進行這種手術需要住院，術後必須要用止血棉填塞，健保給付手術費用。
二、微創微形吸絞器（microdebrider）下鼻甲成型術：使用動力旋轉刀插入下鼻甲黏膜下組織內，可精準的絞吸黏膜下軟組織及骨組織，縮減下鼻甲大小並避免傷及鼻黏膜；研究指出，手術後二、三年內，鼻塞仍有顯著有效的改善。這種手術不需要住院，但健保不給付微形吸絞器手術耗材費用。
三、微創低溫冷凝汽化棒（coblation）下鼻甲成型術：使用特殊的汽化棒，插入下鼻甲黏膜下組織內，傳送出低頻的能量，造成黏膜下組織溫度上升，形成局部的疤痕組織，能縮減下鼻甲大小並避免傷及鼻黏膜。研究顯示，手術後一年內，過敏性鼻炎的症狀仍有顯著的改善，但一年後可能有不程度的復發。此種手術不需住院，但健保不給付冷凝汽化棒手術耗材費用。
四、雷射下鼻甲手術：以不同波長的雷射能量產生熱效應，經由產生黏膜下組織的纖維化，改善病人的鼻塞、流鼻水等症狀。雷射治療過敏性鼻炎的症狀改善率，術後三到六個月間約有七〇到八〇％，但六個月後可能有不程度的復發。這種手術不需住院，健保給付手術費用。

林先生長年鼻塞、打噴嚏及流鼻水，鼻塞嚴重的時候就到藥房買鼻噴劑使用，開始很有效，但使用一段時間之後，不但越來越沒效，症狀反而更嚴重，睡覺的時候常常需要整晚張口呼吸。林先生就醫，醫師說是過敏性鼻炎合併下鼻甲肥厚，開了口服抗組織胺及類固醇鼻噴劑治療，林先生用藥後，打噴嚏、流鼻水有改善，但鼻塞的問題還是很困擾。醫師建議他開刀，解決鼻塞的問題，林先生滿腹疑問，心想，要怎麼開？開刀能根治嗎？
長期鼻塞的原因很多，最常見的原因是鼻中隔彎曲合併過敏性鼻炎造成的下鼻甲肥厚；另外，鼻息肉、慢性鼻竇炎、良性鼻腔鼻竇腫瘤、鼻咽癌及惡性鼻腔鼻竇腫瘤都會造成長期單側或雙側的鼻塞。醫師在診療時，會使用鼻鏡、鼻內視鏡做初步診斷，必要的時候安排電腦斷層或磁共振造影檢查，懷疑是腫瘤時，則需要切片來確定診斷。
長期鼻塞的原因若是鼻中隔彎曲合併下鼻甲肥厚，手術治療方式必須依診斷及病人的需求而定，可用鼻中隔成型術，矯正彎曲的鼻中隔。下鼻甲肥厚則有幾種不同的手術方式：
一、黏膜下鼻甲切除術及下鼻甲成型術：手術縮減下鼻甲大小，是傳統但最有效的手術方式，但進行這種手術需要住院，術後必須要用止血棉填塞，健保給付手術費用。
二、微創微形吸絞器（microdebrider）下鼻甲成型術：使用動力旋轉刀插入下鼻甲黏膜下組織內，可精準的絞吸黏膜下軟組織及骨組織，縮減下鼻甲大小並避免傷及鼻黏膜；研究指出，手術後二、三年內，鼻塞仍有顯著有效的改善。這種手術不需要住院，但健保不給付微形吸絞器手術耗材費用。
三、微創低溫冷凝汽化棒（coblation）下鼻甲成型術：使用特殊的汽化棒，插入下鼻甲黏膜下組織內，傳送出低頻的能量，造成黏膜下組織溫度上升，形成局部的疤痕組織，能縮減下鼻甲大小並避免傷及鼻黏膜。研究顯示，手術後一年內，過敏性鼻炎的症狀仍有顯著的改善，但一年後可能有不程度的復發。此種手術不需住院，但健保不給付冷凝汽化棒手術耗材費用。
四、雷射下鼻甲手術：以不同波長的雷射能量產生熱效應，經由產生黏膜下組織的纖維化，改善病人的鼻塞、流鼻水等症狀。雷射治療過敏性鼻炎的症狀改善率，術後三到六個月間約有七〇到八〇％，但六個月後可能有不程度的復發。這種手術不需住院，健保給付手術費用。