



長者終日疲倦乏力 小心是焦慮症作怪

謝醫師提醒長者，應常跟老友一起，搭配興趣，生命會更加平順。(圖/新竹榮家)

【本刊訊】七十歲的陳先生，本月第二次被送到臺北榮總桃園分院急診室，兒女說：「爸爸生病了！以前他會去市場買菜，跟鄰居聊天，現在他每天都感覺全身無力，什麼事都不想做，只想躺著，有時會面無表情，呆望著前方。」他們多次帶爸爸看病、拜拜、收驚，可是都沒效。

急診專科醫師謝明順細查病歷，發現在一個月中，陳先生已做過血液學檢查、電腦斷層、核磁共振，甚至是有荷爾蒙、癌症指數等檢查，但都沒有異常。

謝醫師見陳先生微帶愁容，眼神呆滯，問他：「你是不是覺得擔心，可是明明就沒有發生什麼事情，然後胸口悶、喉嚨緊，沒有力氣，不想講話。」陳先生點頭。謝醫師說：「好多人在關心你！你沒事，等等幫你吊上點滴，吃半顆藥，你再感覺看看。」

一個小時後，陳先生會笑、也會聊天了，家屬問醫師開了什麼藥？謝醫師回答，陳先生應該是得了焦慮症，開的是很基本速效的情緒穩定劑。這種焦慮狀態沒有明顯徵兆，卻呈現終日乏力，疲倦到不行，連簡單工作都做不了。於是常被家人主觀判斷為失智、老年癡呆症、中風，甚至神經錯亂，延誤最適當的診治時間。

謝醫師指出，長者經過歲月洗禮，以前身體壯碩，可以隨心所欲，如今卻代謝緩慢、活動能力下降，還要迎接多重慢性病，甚至對生命終點的恐懼，這種焦慮深埋內心。當長者出現這種情形時，建議盡早赴醫，先排除是否有生理疾病，如果檢查都正常，建議進一步詢問長者內心深處的感覺，往往就可以了解究竟哪裡出了問題。

謝醫師提醒長者，在生命臻於圓滿成熟的同時，要有自己的歸屬感跟搭檔的興趣，也許是經常與老友相聚，甚至是養一條狗，相信生命會更加平順。



謝醫師提醒長者，應常跟老友一起，搭配興趣，生命會更加平順。(圖/新竹榮家)

高齡榮民和學子 北榮快閃表演



一群平均八十五歲的榮民伯伯和學子在臺北榮總大廳表演，為候診空間帶來熱氣氛圍。(圖/臺北榮家)

【本刊訊】臺北榮家十二位平均年齡八十五歲的老榮民不服老，日前偕同國立臺北護理健康大學學生在臺北榮總大廳表演「擊鼓作樂」老歌傳唱，吸引不少病友和陪病者參觀鼓掌。

活動佳賓雲集，彩霞教育基金會主任左其芬、台北富邦銀行基金會總幹事毛智弘及經理黃展雲、新北市托老互助志願服務協會理事長關輝共襄盛舉，還有國立臺北護理健康大學長照系教授李仰慈帶領學生們合唱，展現青銀共樂的美好。

表演者多來自榮家忘我園區，最高齡的已經九十八歲，為了準備演出，他們自七月開始練習使用棒鼓、手搖鈴及鈴鼓等樂器，在音樂輔導老師郭沛青帶領下，從不熟樂器到能跟著節拍擊鼓、搖鈴，付出許多努力。

曲目包括《梅花》、《四季紅》及《我的一顆心》，觀眾紛紛拿起手機拍照，並且跟著節奏拍手、哼唱，為候診空間帶來熱氣氛圍，並在三首歌曲結束後大喊「安可」，長輩們也加碼演出氣勢恢弘的《今山古道》。

岡山榮家育興堂自建烤窯



【本刊訊】岡山榮家育興堂同仁、住民合作，日前利用工班堆放的磚塊，自購水泥、材料，在堂院中庭搭建一座烤窯，並已完工，未來將可於此烤披薩、烤雞、烤地瓜，提供住民長輩新的生活感受。

吳文仰堂長表示，參與者多數是女性照服員，團隊砌磚、抹泥，慢慢完成，大夥都沒有抱怨，開心地看著烤窯慢慢地由無到有。

育興堂堂長吳文仰(後右二)偕照服員，和堂院住民合作搭建烤窯。(圖/岡山榮家)

岡山榮家育興堂堂長吳文仰日前與住民構想搭建烤窯，經研商，選定中庭角落搭建，由具備泥作專長的住民長輩為主，建造期間，該堂照服員和住民分工和水泥、拌碎石、砌磚塊、搭底座，日前烤窯底座先完工，由榮家主任李國興與堂院夥伴合力，將厚實的烤窯水泥底座盤搬到底座上安座，抬移距離達三公尺，十分沉重，然後在底座上砌磚建烤窯。



【連線報導】會屬屏東榮總、北榮桃園分院、白河榮家最近分別獲得善心企業、團體贈送車輛，提升服務病患及長照者的時效。

屏東榮總獲立委鍾佳濱贈送合新市私立陽光貝兒托嬰中心捐贈一輛加護型救護車，出身屏東市的郭文和先生與女兒郭慧蘭在新北市新板特區成立陽光貝兒托嬰中心。

屏東榮總院長吳東霖(右三)代表受贈加護型救護車，並回贈郭文和先生(左四)感謝狀，左三是立委鍾佳濱。(圖/屏東榮總)

會屬二機構獲贈車輛 擴大服務效能

中心，郭先生為了回饋鄉里，及感念母親郭劉魯女士及姑姑郭金鳳女士在世期間樂善好施而捐贈。屏東榮院吳東霖表示，此車大幅提升急重症病人緊急醫療及轉送安全保障，特向郭先生及鍾委員善舉致敬。

又，臺北榮總桃園分院獲正覺教育基金會捐贈一輛市價近一七〇萬元的九人座醫療服務專車，供該院附設「桃喜居」日間照護中心接送長者及社區醫療服務使用。捐贈儀式於臺北榮總舉行，由桃園分院院長彭家勳代表受贈，正覺教育基金會常務理事陸大元、正覺教育基金會董事長高震國等貴賓到場。彭院長表示，這輛車將使醫院增強服務的便利性。

白河榮家獲得寶佳公益慈善基金會捐贈一輛新製復康巴士，每天提供行動不便的長輩就醫或出外，該巴士加裝輪椅升降機、輪椅固定帶，提升便利性及安全。榮家主任黃瑞鵬表示，感謝寶佳基金會董事長賴進祥對榮民長輩的疼愛。

女青年隊聯誼會 慰問榮家長輩



【本刊訊】國防部女青年隊聯誼會一行三十一人日前至八德榮家，進行精采地慰問活動，吸引眾多住民長輩參加，氣氛熱鬧非凡，讓參加者度過充滿歡笑聲與愉悅的下午。

活動在悠揚音樂中揭開序幕，榮家主任鄧世俊與女青年隊聯誼會會長李豔先後致詞，表達對活動的期許。

最後，「誰最美」團體競賽將活動氣氛推向高潮，參加者被蒙上眼睛，由同伴引導畫下心目中的女青年隊志工，有趣的畫面引發陣陣笑聲與掌聲。榮獲最美作品的優勝隊伍獲得豐厚禮物，其他團隊也獲得充滿心意的獎品。

動意義的重視與對參加者的熱情歡迎。接著，與住民長輩們合唱愛國歌曲《我愛中華》、《國家》，唱出對國家的熱愛與團結。

活動亮點是豐富多樣的闖關遊戲和團體競賽。榮家長輩參與了包括「心語」留言、「夾夾樂」筷子夾硬幣挑戰，以及趣味十足的「丟丟樂」等闖關活動，每位長輩都憑藉努力與運氣獲得小禮物，現場充滿歡笑聲與加油聲。

最後，「誰最美」團體競賽將活動氣氛推向高潮，參加者被蒙上眼睛，由同伴引導畫下心目中的女青年隊志工，有趣的畫面引發陣陣笑聲與掌聲。榮獲最美作品的優勝隊伍獲得豐厚禮物，其他團隊也獲得充滿心意的獎品。

獲贈千株花苗 榮家擬建蜀葵花園

【本刊訊】臺南市學甲區光華社區廣大「蜀葵文化季」園區，繽紛花海超療癒，是國人出遊的好地方，佳里榮家最近獲光華里里長邱益在贈送一千一百株蜀葵花苗，榮家副主任陳德宗日前特地拜會邱里長，請益蜀葵種植維護經驗，期許榮家也能打造美麗的蜀葵花園。

榮家副主任陳德宗表示，佳里榮家以照顧失智症長輩為主，在家區種植季節性花草，能讓長輩感受四季變化，豐富生活趣味，有助於延緩失智。感謝邱益在里長提供蜀葵花苗，讓榮家營造蜀葵花園，讓行動不便的住民長輩未來在家區也能欣賞到美麗的蜀葵花。

佳里榮家準備迎來繽紛美麗的蜀葵花園。(圖/本刊編輯部)



榮家 榮服處 百歲慶生

圖/各榮家、榮服處

【本刊訊】113年11月2日至11月15日，各榮服處服務的榮民共有黃福林、張國士、周東洋、秦孟君、曹勳彰、馬顯宗、胡元才爺爺等，各榮家的榮民則有陳成久、李明珍、杜健華、馮駿慶爺爺等，榮登百歲人瑞，獲得賴清德總統、行政院長卓榮泰的祝賀壽屏，及主委嚴德發代表輔導會致贈的壽桃金飾，表達國家對榮民保國衛民的崇高敬意。



▲臺北榮家：李明珍爺爺非常慈祥，曾參戰登步島大捷。

▲彰化榮家：陳成久爺爺喜歡唱歌，作息規律。



▲新北市榮服處：張國士爺爺每天起床先做頭部養生操，再至公園做香功，傍晚在家做平甩功。

▲新竹榮服處：黃福林爺爺待人和氣、非常慈祥。

