

活動報導

【2006 健康年曆義賣】

2006 最獨特年曆，醫改會獨家推出，無可取代，錯過了，機會不在～



2006 健康年曆封面

★還有更多健康資訊在醫改會 2006 健康年曆！

Jan 寒冷的季節，最溫暖的事—提醒自己也提醒你在乎的人：要多喝溫開水喔！

國人每年門診次數約14次，是歐美的二倍以上，大部分是看感冒。其實充分休息、攝取均衡營養、多喝水、適當運動，是對抗感冒更健康又省錢的好方法。

Feb “口罩”讓你聯想到什麼？感冒 or SARS？其實，那是一份善意和貼心。

一般而言，在較大規模醫院裡，再怎麼努力，院內感染的發生率仍有約4~5%！因此上醫院最好戴上口罩、勤洗手，預防感染，保護自己也保護別人。

Mar 運動是最好的維他命。

使用藥品要注意「用藥安全」，不要任意改變藥品的劑型，例如磨粉、去膠囊等。此外服用多種藥品時，最好先請教醫師或藥師是否可能有不良交互作用或藥劑過量。



附贈”生活大小事”記事貼紙（貼紙局部圖）



插畫家 mr. lyon 為醫改會量身創作

醫改會邀請大家義買珍藏，您也可以選擇認購捐贈弱勢家庭，提昇弱勢民衆就醫知識。義買健康年曆請洽 (02) 2741-7659 轉 17、18。

【醫改會開闢留言版—白色巨塔外的自由牆】

醫改會網站開闢「檢驗品質」、「急診品質」留言版，11月底上線，邀請醫療第一線朋友「知情告白」。網址：<http://thrf.npotech.org.tw/board/index.html>，本留言版開放至2月28日。

我們等待真實的聲音，等太久了…

白色巨塔外的自由牆

長期致力於醫療制度改革倡議的台灣醫療改革基金會

觀察發現台灣醫療院所在檢驗與急診方面

存在著許多不合理與危險，不管是對病人還是醫療人員

醫改會特別開闢這片「自由牆」園地

邀請醫療服務的朋友們或病人

提供您所關心的檢驗與急診看法。

當看著病人無知的來來去去，面對專業的困境，

您可以選擇沈默，

但是，如果您想改善台灣醫療環境，

這會是一個起點，一條途徑。

歡迎到此塗鴉，抒發您專業的、感性的、期許的

發自內心的聲音….