

DIANTHUS



禾馨醫療
DIANTHUS



DIANTHUS

禾馨醫療

NO. 12

2026 AUTUMN

SPECIAL REPORTS | 特別報導

禾馨以法大聽語部門

聽力發展不能等！把握療育黃金期

SPOTLIGHT STORY | 焦點人物

禾馨安和小兒科 劉俞暄主任

「超」人日常，看見生命最初的心跳

禾馨親子骨科 陳乃綺主任

在高度專注中找回真實自我

HEALTH CARE | 醫療新知

禾馨大腸鏡優化升級

3D影像+AI判讀，讓檢查更細緻到位

EVENTS | 精彩活動

禾馨雙親教室

從孕期到產後的身心升級課

NO.12 JULY 2026



CONTENTS

OUR BRAND | 禾馨故事

02 禾馨 · DIANTHUS

DR. SU'S NOTE | 蘇醫師的話

03 為孩子發聲，找回社會對弱小的基本善意

SPOTLIGHT STORY | 焦點人物

04 禾馨安和小兒科 劉俞暄主任 「超」人日常，看見生命最初的心跳

08 親子骨科 陳乃綺主任 在高度專注中找回真實自我

SPECIAL REPORTS | 特別報導

12 禾馨以法大聽語部門 聽力發展不能等！把握療育黃金期

HEALTH CARE | 醫療新知

14 兒童可以拋光潔牙！ 守護寶貝亮晶晶的笑容

16 禾馨大腸鏡優化升級 3D影像+AI判讀，讓檢查更細緻到位

18 解鎖寶寶夢 PGT-A技術如何幫助不孕家庭圓滿

20 禾馨生育導航 · 即刻啟程 避孕到備孕一條龍服務

DETAILS MAKE DIFFERENCES | 小細節大不同

22 禾馨寶貝專屬生日紀念 為孩子送上存放成長軌跡的小心意！

DIANTHUS MOMMY | 禾馨媽媽

24 愛雅 · 張艾亞 成為母親的路上，選擇不遺失自己

GOOD TASTE | 星級美味自己做

26 松露牛肝菌燉飯 把法式經典風味，搬進你的日常餐桌

EVENTS | 精彩活動

28 禾馨雙親教室 從孕期到產後的身心升級課

INFORMATION | 院區資訊

30 門診總表

56 院區資訊

DIANTHUS

No.12 2026 AUTUMN

發行人 蘇怡寧醫師

發行單位 禾馨醫療

總編輯 顏詣珊

主編 陳安琪

編輯 吳姝恣、陳盈蓓、陳韋彤、張曉嵐

美術設計 王湘琪、許芳瑜、張維庭、吳翊瑋

內容顧問 禾馨醫療專業醫師團隊

禾馨官網 www.dianthus.com.tw

版權所有，非經本刊及作者同意不得以任何形式轉載

品牌故事

DIANTHUS STORY

DIANTHUS

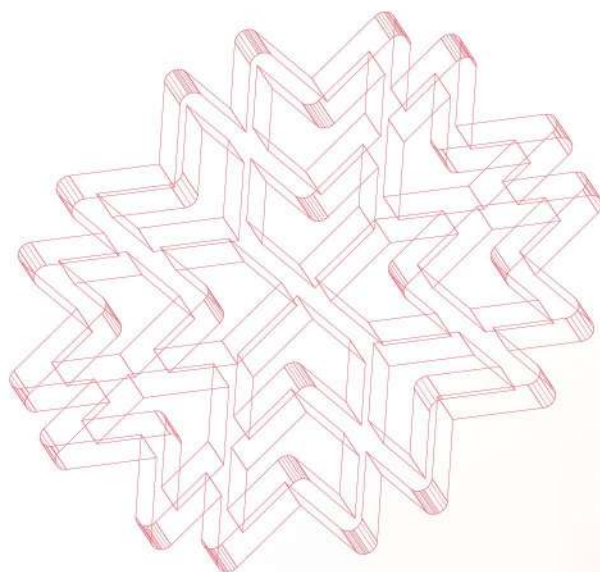
希臘語 Dios

是希臘神話中的「邱比特」

anthos 代表的是「花」

將兩字結合的 Dianthus

意即「邱比特之花」



這字源很美且古老、有歷史，與偉大母親
孕育下一代真誠、潔白的形象不謀而合

於是，禾馨承襲了 Dianthus 的精神
總是兢兢業業提醒自己更努力
不能辜負了這個字的美麗寓意

In Greek mythology, Dios refers to Gods, and Anthos means Flowers. Dianthus is given to present the concept of Flowers of Gods, which truly symbolizes a mother's spotless love to birth and care her offspring. We, Dianthus, with our skillful professions and care are determined to deliver the value of this concept.

從懷寧的粉、新生的綠、民權的紫 ... 每個院區都以不同顏色表現重要寓意
暈染成專屬於禾馨的美麗光譜 光芒，只為守護母嬰而存在

為孩子發聲 找回社會對弱小的 基本善意

不論在診間或是網路私訊裡
都能感受到厭童言論對家長的影響
它造成父母親很大的育兒壓力
擔心孩子出門吵到人
甚至懷疑「帶小孩出去是錯的嗎？」
諷刺的是
許多厭童言論來自剛脫離孩童階段的年輕人
沒多久前才享受社會的包容跟呵護長大
轉身卻開始打壓孩童的生長空間

惡意不制止只會越滾越大
當偷拍公審嘲諷霸凌
這些行為一再被轉發附和
接下來會有越來越多人以為
這樣踐踏父母和孩子是正確的
原本荒謬的事被包裝成正常
原本惡劣的霸凌被美化成言論自由
因為被壓縮的從來不只是留言區
而是父母帶孩子出門的空間
是孩子在公共場合存在的權利

願意發聲 不是製造對立
願意發聲 是在把界線要回來
請讓我們一起
為沒有話語權的孩子們
找回社會對弱小的基本善意

禾馨醫療創辦人

鍾怡青

「超」人日常 看見生命 最初的心跳

小兒科 劉俞暄主任

文／陳韋彤



台中的禾馨安和院區，兒科規模精緻，匯集各類次專科的醫師。其中，帶領團隊的劉俞暄主任，是全台少數的小兒心臟科醫師之一。從一顆尚未誕生的心臟開始，便傾聽跳動，陪伴家庭在面對未知與不安時，做出更安心的每個決定。

在彰化長大，到台中求學、遠赴花蓮念醫學系，再前往台大接受小兒心臟科住院醫師訓練，之後又重回花蓮服務，劉俞暄醫師的步伐從不停歇。每一段的歷程，都在形塑她成為醫師的樣貌。而繞了一圈之後，她最終回到了熟悉的中部，也是最初開始的地方。

心的開始，最完整的守護

週四一早的劉俞暄醫師，開設的是兒童超音波門診，在她細膩而專注的問診，以及嚴謹的超音波檢查下，孩子的身體狀況被一一掌握。臉上的黑框眼鏡，讓她在專業之外，更添幾分沉穩與專注。

即使是臨床上常見的疾病，劉俞暄醫師依然習慣一而再、再而三地耳提面命，就怕爸爸媽媽一出診間，便忘了該如何照料孩子。一趟看診，得聽著劉醫師的叮嚀半小時以上。不過走出門外的家長，臉上總掛著心滿意足的微笑，正是這些反覆的提醒與交代，讓他們多了一份如同定海神針般的安心。

門診結束後，她隨即趕往二樓，繼續當天的胎兒心臟超音波門診。檢查的對象，竟然是仍在母體中的胎兒。這件事在過去或許難以想像，但對許多禾馨的媽咪而言，早已不再陌生。隨著產前診斷技術的進步，如今已能在孕期中觀察胎兒心臟的發育與心跳狀況，讓守護更早開始。

從跳動的聲音，找到留下的理由

不過在一開始，劉醫師其實從未特別將小兒科放進未來規劃，原以為自己步調會更貼近內科。直到某次以志工身分參與小兒遺傳相關的基金會活動，那些關於生命的故事，悄悄改變了她看待醫療的方式。原來兒科不只是照顧孩子，更是在與一段仍在積極綻放的生命同行。

開始實習之後，面對一個個剛來到世界的嬰兒，她看見脆弱，也看見驚人的韌性。那些微小卻堅定的生命力，在一次次的照護與陪伴中，慢慢回應、慢慢恢復。在這樣的過程裡，她一點一滴被說服，決定走向兒科。

醫療從不止步，對醫師而言，持續往一個領域深掘，幾乎是一種本能。

成為醫生，或許是在社會氛圍下，三類組學生自然而然的選擇；但走入小兒心臟的世界，卻是她接觸各種領域後，最終留下來的方向。在那顆尚未誕生、卻持續跳動的小小心臟裡，劉俞暄醫師看見了一切的開始，也始終為之著迷。



坦白說，比起仰賴大量記憶去堆疊對疾病的認識與診斷，劉醫師更習慣用雙眼觀察，反覆檢視病患的超音波與心電圖，甚至在操作心導管時，從細節中拼湊出關鍵線索，讀懂影像所傳遞的訊息。再透過理論去串聯背後的機轉，只要抓住圖形變化的瞬間，就能預見疾病可能的發展狀況。



刺激！沒有預告的臨床現場

和電視劇裡總是在手術室奮戰的醫師形象不同，劉俞暄醫師描述起，過去在台大醫院擔任小兒心臟科住院醫師的日常，更多是在影像與數據之間反覆推敲。沒有長時間手術的壓力，也不像一般內科多以藥物快速處置；但同時涵蓋心導管等介入性操作，讓工作在穩定之中仍充滿變化與挑戰。

有時，她正專注於超音波檢查，或在加護病房照顧孩子、協助打針。此時突如其來的緊急通報響起，缺氧、心臟狀況不穩的孩子被送進急診室。她必須在最短時間內收整手邊工作，轉身趕往下一個現場，接住另一顆需要被守護的心。

真正臨床的現場，往往如此緊繃。在第一線，醫師必須隨時維持冷靜與清晰的判斷力。劉俞暄醫師說，小兒心臟科並不算難學，難的是你永遠不知道下一秒，是需要立即進行心肺復甦，還是緊急進入心導管處置。

雖不像外科手術天天上演，但一出現就是高張力的急救場面，得在最短時間內下診斷，甚至要提前想好各種可能的變化。如果本身性格容易緊張，在這樣的節奏裡，確實會格外辛苦。

她坦言，自己在面對緊急狀況時還算冷靜，但對細節要求極高。也因為如此，那時學弟妹總形容她「有點兇」。甚至有人開玩笑說，只要跟她一起做心導管，壓力大到會胃痛。在那樣不苟言笑的外表之下，其實是一種對病人狀況高度負責的專注。

人生轉向，勇敢追愛

只是再強的抗壓性，也不代表能長時間承受這樣的節奏。長期累積的壓力，逐漸反映在劉俞暄醫師的身體上，比如出現胃食道逆流的症狀。這反而是個契機，讓她重新思考自己的生活與選擇。

於是，住院醫師訓練結束後，劉俞暄醫師沒有選擇繼續留在北部深造，也沒有立即回到中部，而是做了一個大膽的決定。她要到花蓮「追愛」！

原來，劉俞暄醫師的先生當時正在花蓮慈濟醫院接受整形外科訓練；而當地亦缺乏駐診的小兒心臟科醫師。對她而言，既是重返母校服務的機會，也讓夫妻兩人得以結束長時間的遠距離生活。

花蓮經歷，型塑出不一樣的溫柔

對劉俞暄醫師而言，花蓮的那段生活，看似是第一次生活圈的移動，實則是內在轉變的開始。在此之



前，她自評急躁、凡事追求完美；而在那段日子裡，她逐漸學會放慢腳步，也懂得以更多的溫柔與耐心，去面對人與事。

「你會發現自己必須真的放慢，好好跟家屬解釋，整個人也會被迫穩下來。」她回憶。從花蓮病人身上，更讓她學到不同的溝通方式：不能用過於深奧的語言，也不適合講太多抽象的道理，而是要用簡單、清楚的方式，把每一件事情說明白。

在長期的看診與追蹤之中，她與病患之間的距離逐漸拉近，那種一再叮嚀的習慣，也正是在這段時間慢慢養成。她從來不認為自己的到來，是單向地為當地帶來什麼改變；相反地，她帶回了更為珍貴的事物。

原來那時，劉俞暄醫師迎來了第一個孩子。與先生一同走進為人父母的過程，更讓她開始以不同的視角理解「照顧」這件事，那份來自母親的柔軟，慢慢轉化為她面對他人時的一種溫柔。

孩子漸漸長大，如今也能與他們一同生活與旅行。從兩人世界走入四人日常，雖然多了角色與責任，但一家人仍能一起滑雪、一起體驗生活。在那些稀鬆平常的片刻裡，藏著最安靜也最深刻的幸福。這是她從花蓮帶走，最珍貴的一份禮物。

秉持專業，生命交界的判斷

當先生完成訓練後，夫妻一致決定要回到台中。那時，禾馨安和院區正要開幕，收到同樣身為台大小兒心臟科學姐的張亞玫醫師邀請，輾轉又回到了最熟悉的地方。

在禾馨，劉俞暄醫師接觸到最具挑戰性的，是透過胎兒心臟超音波，進行產前診斷，讓部分複雜型先天性心臟病，得以在懷孕二十多週時被提早發現。不過，她所體會到的，不僅是掌握新技術帶來的悸動，反而伴隨著難以言說的情緒。

在診間裡，她看見過無數的慌亂與焦慮。當診斷在產前被確立，父母往往會接連提出各種問題，像是孩子未來的生活品質如何？是否需要多次手術？會不會留下後遺症？而身為醫師，她必須在這樣的時刻，誠實地說明所有可能發生的情況；或許需要3到5次手術，過程中也可能面臨不確定與風險。

這樣的說明，不只關乎醫療本身，也牽動整個家庭的選擇與承擔。經濟壓力、生活品質，甚至其他孩子所能獲得的照顧與資源，都可能因此受到影響。在完整理解之後，有些家庭最終選擇不讓孩子誕生。

面對這樣的結果，劉俞暄醫師坦言，那樣的角色有時讓人感到沉重，彷彿站在命運的交界之處；但她也希望，每一個生命，都能以更健康的方式與這個世界相遇。

比起其他兒科醫師，劉俞暄醫師站在與新生命更加靠近的位置，她以專業做出判斷，也以溫柔承接情緒，在理性與感受之間，找到一種屬於自己的平衡。或許醫療無法替所有人做出選擇，但她能做的，是陪伴每一個家庭，在理解之後，走向屬於自己的答案。



在高度專注中 找回真實自我

親子骨科 陳乃綺主任

文／陳安琪



在多數人的傳統認知裡，骨科往往與「體力活」、「男性主導」等標籤緊密相連。然而，隨著現代醫療科技持續躍進，骨科手術從過去的傳統器械操作，演進為結合AI 3D立體導航、微創技術與精密機械手臂的高階工程。在這樣的時代浪潮下，禾馨親子骨科的陳乃綺主任，在受過扎實的國內外臨床訓練後，以女性特有的細膩觀察，懷抱著關懷母嬰健康的心，在骨科領域刻劃出屬於自己的專業輪廓。

從純樸高雄的青澀學子，一舉考上醫學系的第一志願，而後又遠赴奧地利與瑞士進修專業，禾馨親子骨科陳乃綺主任的行醫之路，就如同她個人專業的淬鍊過程，總是傾心專注於突破每一個關卡，勇於展現最真實的自我。

打破框架：雄女菁英到骨科女力的歷程

陳乃綺醫師出生在熱情的港都高雄，南部的環境相對傳統且重視升學，回憶起高中的求學時光，學業成績往往是決定未來方向的關鍵。她笑稱自己並非來自外界常聯想的「醫生世家」，但她坦言，在高雄女中這樣匯聚優秀學子的環境裡，同儕間的良性競爭自然形成一股向上的推力，只要成績達標，選擇醫學系似乎是一條理所當然的道路。

進入台大醫學系後累積扎實的學習跟臨床洗禮，讓她對「行醫」逐漸體悟到，醫學不僅僅是建立在厚厚書本上的艱澀知識，更是一門能直接將所學轉化為助人力量的實用科學。至於為何在眾多科別中，選擇了男女比例懸殊、十分耗費體力的骨科？走向骨科的契機，始於醫學系大六那年的奧地利短期交換學生之旅。

當時帶領她的主治醫師是一位優秀的女性骨科醫師，看前輩在手術台上俐落又專業的身影，默默成為了陳乃綺醫師心中的典範。「其實國外的骨科團隊裡，男女比例並不像台灣這麼懸殊。」原先對骨科的性別框架因為這段交換經驗而瓦解，也讓她意

識到，只要具備足夠的專業知識與抗壓性，女性同樣能在骨科領域大放異彩。

而且骨科「立竿見影」的治療特性也讓她著迷，「看到原本寸步難行、眉頭深鎖的病人，治療後恢復笑容跟行動能力，那份強烈的成就感更是直擊內心。」這份純粹的助人喜悅，成為她日後面對高強度工作卻未曾感到後悔的強大支撐。

借鏡瑞士： 看見醫療分科精細與體制韌性

為了追求更精進的手術技術，畢業後她更曾赴瑞士進行骨科研修。這段期間內，她隸屬於膝關節團隊（Knee Team），研修過程參與了高階膝關節重建與運動醫學手術，這段經歷不僅提升了硬實力，更深刻啟發她對不同醫療體系運作的思考。

在瑞士，陳醫師深入接觸「ROSA 機器手臂輔助全膝關節置換（ROSA Robotic-Assisted TKA）」，這項技術運用即時的3D影像重組與動態軟組織平衡（Dynamic soft-tissue balancing），讓關節置換手術的精密度達到新的境界。此外，她也參與了能延緩退化性關節炎進程的自體軟骨細胞移植結合

（ACI）複雜性十字韌帶重建，對於能夠習得尖端技術感到充實又開心。

然而，讓她感受最深的，並非純粹的手術技術落差，而是國外手術室的「硬體配置與人力支援細緻化（Task-Shifting）」，陳醫師觀察到，瑞士單一開刀房就常態配置兩部移動式X光機，並設有專責人員處理病患擺位、石膏固定與影像攝影等非手術核心業務。搭配上麻醉誘導室、手術室與恢復室相鄰的完美動線，大幅縮短運送病患的路程。這種將核心醫療與周邊支援精細分工的模式，背後有當地相應的醫療保險給付制度在支撐，能提升醫療安全性及效率。

而瑞士的門診制度也讓陳醫師印象深刻，有別於台灣大醫院門診動輒數十甚至上百人的壅塞，瑞士專科門診採嚴格預約制，單一診次僅收治6-8名病患，而且每位病患都必須經過基層家醫科醫師診治，初步過濾掉輕症的患者，留下病況複雜困難的患者，才會帶著附有詳盡病史、檢查報告甚至核磁共振影像的轉診資料前來就診。這種嚴謹的分級醫療，使資深醫師能專注於診治處理複雜病例與臨床教學，也大幅提升了年輕醫師的受訓品質。這些來自異國的觀察，也加強她對台灣醫療現況的深入反思，帶來不同的視野與思考。



菊島行醫時光：溫暖純粹的醫病互信

結束國外的研修與住院醫師的扎實訓練，畢業後陳醫師選擇前往四面環海的美麗菊島——澎湖下鄉服務，這段離島行醫的日子，也成為她醫療生涯中難忘的一段時光。

澎湖是台灣青壯年就業人口外移比例很高的縣市之一，也是台灣高齡化社會的極端縮影。由於當地高度依賴觀光帶來的經濟效益，但淡季時旅遊人數驟減，為了維持穩定的生計，主要勞動力多半選擇

前往本島就業，居民的人口結構老年長者的佔比顯著。在這樣一個以高齡者、慢性病為照護主體的環境，陳醫師迎來在澎湖的第一台髌骨骨折手術。

對骨科醫師而言，髌骨骨折手術或許在技術上駕輕就熟，但是對於年屆八旬的高齡長者來說，每一次麻醉與動刀都是生死交關的考驗。而且手術雖然順利完成，但真正的考驗才剛開始。阿嬤術後出現了心跳過速、心律不整的併發症，只好緊急照會心臟內科醫師協助，讓醫療團隊密切關注其各項生理數值。

同時，考量澎湖當地「老老照顧」的普遍現象，陳醫師積極與個管師擬定照護規劃，盤點並協調可運用的社福資源，確保老太太出院後有人照看，復健治療也能持續銜接。經過兩週勞心勞力的跨團隊照護，老太太終於帶著笑容順利出院，並且恢復了正常生活。

「在澎湖，值班、On Call待命的時間很長，半夜也常被電話叫醒，又要趕去急診或病房處理緊急狀況。」雖然工作異常辛勞，但澎湖居民那種純樸、視醫師如鄰里的信任關係，也讓陳乃綺醫師對這段溫暖又單純的時光充滿懷念。

禾馨親子骨科：從小細節實踐母嬰照護

累積了豐富的臨床經驗，後來因為認同禾馨「小細節大不同」的理念，也考慮隨年紀增長必然的職涯變化，陳乃綺醫師選擇轉換跑道加入禾馨，更加專注於親子骨科領域。

在骨科的診療中，許多疼痛的根源或結構的異常，往往隱藏在微小的細節裡。禾馨提供了高解析度的影像設備與多專科協作（MDT）模式，讓陳醫師能實踐精準醫療的理念，更將醫療決策從單純的疾病診治，擴展至更為精細的預防及功能優化。



重視結合研究證據與臨床專業，陳乃綺醫師秉持實證醫學的觀念進行衛教，門診中最常被家長詢問的，就是兒童階段的扁平足問題。面對心急的家長，陳醫師指出，透過臨床診療、步態分析與X光評估，確認排除結構性異常，其實多數孩童並不需要過度介入，日後會自行好轉。她建議家長採取「功能性導向」策略，鼓勵孩子增加赤腳活動的時間，並執行足部內側肌群的針對性訓練，讓孩子的足部自然發育強健。此外，新生兒常見的輕微型多指（僅軟組織相連而無骨骼相連的多指），新生兒在院內期間就可以局部麻醉安全處理，小寶寶的恢復能力迅速，及早處理也能減輕家長的擔憂與照護壓力。

不只照顧孩子，也同樣關心媽媽的需求，針對成人常見的媽媽手、腕隧道症候群等肌肉骨骼問題，陳乃綺醫師也特別鑽研骨骼肌肉超音波與導引注射，高階超音波導引如同「動態的聽診器」，能即時精確定位微小撕裂傷或發炎，並依需求考量注射治療藥物（如：高濃度血小板血漿PRP、血小板凍晶PLT、葡萄糖...等）讓注射準確率穩定提升至95%以上，不僅讓治療更精準，同時也顯著減少醫源性神經血管損傷。

剛柔並濟生活哲學 在工作間取得良好平衡

醫師的工作步調緊湊，不僅耗費腦力，上手術台也是對體力的考驗。為了常保最佳體能進行手術，「重量訓練」也成為生活中不可或缺的一部分。「為了維持體力與關節穩定度、我每週都會固定安排重量訓練，強化核心肌群，確保如果進入長時間手術狀態身體能夠應付。」陳醫師笑說，醫師必須以身作則，跟病人衛教才有說服力，所以她不僅自己運動，也會用「有付出就有收穫」來勉勵門診的病人。

而在高壓工作之餘，她最喜歡的充電方式是「滑雪」。這幾年，她常趁冬季前往日本、韓國甚至瑞士的雪場。「雪場上必須百分之百專注在身體的平衡、重心的轉移、速度的控制，完全沒有空閒想其他的事。」對她而言，滑著雪板穿梭在開闊的雪景中，是一種將自我從醫療高壓中徹底抽離、極致放鬆的動態冥想。

談到如何維持工作、生活、家庭的三方平衡，陳醫師坦言，「這仍是我持續在學習的課題。」她身體力行的原則是「對的時間做對的事，並且百分之百投入」。做任何事都講究「質重於量」，在診間與手術房，她追求效率與專注；下班回到家，便盡可能放下手機與工作訊息，把高品質的陪伴留給家人；也不忘為自己安排放鬆身心的活動，對不同身分的任務拿捏都恰到好處。

幸運的是，她的另一半也同樣是一位骨科醫師。「擁有能理解醫師工作性質的伴侶非常重要。」回憶在澎湖服務的那段日子，先生總在清晨六點載她去搭飛機，並完全包容她因為值班而失聯的時刻。喜好領域重疊，讓兩人不僅能交流專業，更能共享滑雪等休閒興趣，在忙碌的職涯裡，成為支撐彼此的堅實後盾。

打破性別框架，把自身健康擺首位

一直以來，醫界普遍認為骨科是男醫師的天下，也是俗稱的「體力活」，但這樣的刻板印象已逐漸成為過去式。現代骨科的發展日新月異，3D導航、再生醫學乃至AI系統的輔助運用，都讓骨科成為追求微創、精準度與立體空間建構能力的智慧醫療顯學。因此，無論性別，只要對這些事物感興趣，陳乃綺醫師都很鼓勵後輩勇於嘗試，時時對知識保持好奇心，醫療科技的發展迅速，過去所學的技术可能在幾年內就被顛覆，因此，新時代的醫師必須終身學習，持續為自己也为病人更新專業的知識庫。

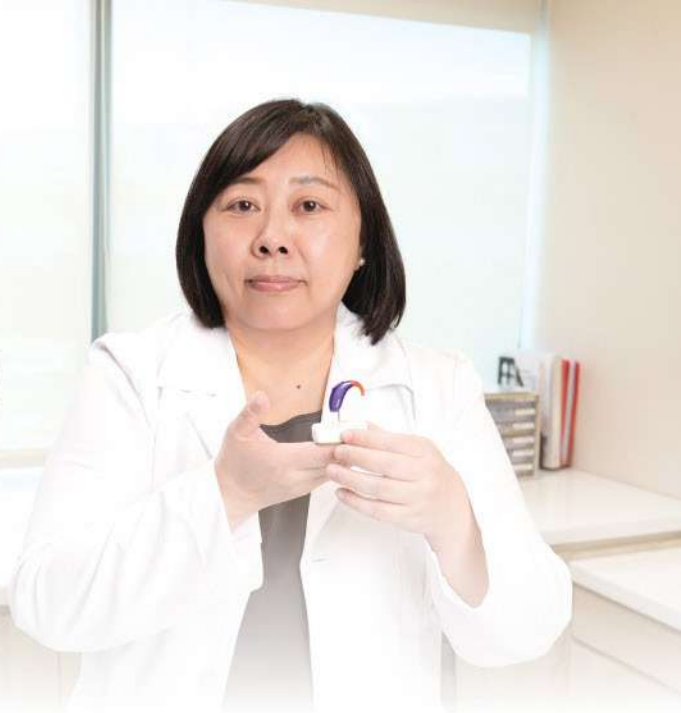
陳乃綺醫師也不忘提醒，不管工作方向如何變動，「把自己的身心健康擺在首位」絕對是最重要的。醫師職涯不是短跑，而是一場漫長的馬拉松，唯有強健的體魄與多元的生活體驗，才能在這條路上走得長遠，並且在面對疾病與痛苦時，帶給病人最溫暖、有溫度的治療。



禾馨以法大聽語部門

聽力發展不能等！ 把握療育黃金期

文／陳韋彤 審稿／小禾馨民權小兒專科診所徐碩澤院長



2026年初，禾馨攜手以法大聽語部門成立專業服務，希望以更專一、細緻的照護與陪伴，讓爸媽在面對聽力議題時，不再慌張與擔憂，也成為孩子成長路上，值得信賴的支持與後盾。

孩子從「牙牙學語」開始發展語言能力，背後依賴的是穩定而良好的聽力基礎。然而，先天性聽力損失往往不易察覺，一旦錯過及早介入的時機，影響可能長達一生。

掌握新生兒聽力檢查黃金時程

依國民健康署統計，台灣新生兒先天性聽力損失的發生率約為 3 % 至 4 %。為了讓這些孩子能夠及早被發現、及早介入與治療，新生兒在出生後3個月內，接受國健署所提供的新生兒聽力篩檢（AABR）。

在這期間，最讓父母擔心的，必然是收到AABR未通過的結果，接下來究竟該怎麼辦呢？在這個時刻，第二次的檢查與專業判讀就格外關鍵。



1 個月內完成
新生兒聽力篩檢



3 個月內完成
聽力確診



6 個月內開始
配戴助聽輔具、進行聽語早期療育

量身打造寶寶專屬聽力照護

禾馨攜手以法大聽語部門，為孩子與家庭建立起更完整且安心的聽力照護體系。針對 6 個月以下嬰幼兒，特別量身打造自然睡眠、不需灌藥的電生理聽力檢查服務，檢測內容涵蓋ABR腦幹反應檢查、OAE耳聲傳射檢查及鼓室圖檢查，讓寶寶在舒適狀態下完成評估。

整體檢查由受過完整聽語訓練的專業聽力師張秀雯副教授親自執行，並進行結果判讀，確保每一項數據都能被精準掌握。同時，檢查過程安排於獨立空間中進行，不會與一般患者混雜在一起。不僅兼顧專業性，也提供寶寶與家長更安心且具隱私性的環境。

寶寶助聽器配戴完整指南

如果寶寶確診為聽力損失，爸爸媽媽先別慌張，在專業團隊的陪伴下，透過一步步評估與介入，仍然可以幫助孩子穩定發展。此時，最重要的是儘早評估輔具的適用性，讓寶寶在關鍵時期獲得足夠的聽覺刺激。整體流程通常包含以下幾個步驟：

1. 評估是否適合配戴助聽器，與專業人員討論使用時機。
2. 聯繫助聽器公司或相關機構，預約取耳型與耳模製作時間。
3. 提供寶寶既有的聽力檢查報告，協助聽力師進行精準設定。
4. 帶寶寶完成取耳型，製作專屬耳模。
5. 準備符合寶寶頭圍尺寸的助聽器頭帶。
6. 領取耳模並試戴助聽器，必要時先行租借使用。
7. 進行配戴後的效益評估，觀察實際聽覺反應。
8. 綜合評估後，再決定是否正式購買助聽器。

日常互動，穩健塑造聽力基礎

除了儘早協助孩子配戴助聽器、並積極安排聽語課程之外，日常生活中的陪伴與互動，同樣扮演著關鍵角色。家長可以從簡單的口語與手語開始，在日常對話、陪伴與遊戲中，持續提供豐富的語言刺激，讓寶寶慢慢累積對聲音的感受與理解。

同時，也要特別留意與孩子互動時的環境安排，建議選擇相對安靜的空間，降低背景噪音的干擾。若環境中難以避免噪音，則可以讓孩子的優耳側遠離聲源，幫助孩子更清楚接收聲音訊息。

在每一個及早發現與介入的關鍵時刻，都有機會為孩子的未來多保留一份可能。禾馨希望透過專業與陪伴，成為孩子成長路上，穩定而溫柔的支持。





守護寶貝亮晶晶的笑容 兒童可以拋光潔牙

文／陳韋彤 審稿／禾馨親子牙科李盈盈院長



大人每半年需要洗牙保養，那小朋友呢？這也是許多家長在照顧孩子口腔健康時常有的疑問。究竟幾歲開始需要洗牙？多久檢查一次才合適？今天特別為大家一一解答。

漂亮的牙齒可以說是一個人的門面，即使是白白的乳牙，如果沒有確實清潔，也會逐漸累積牙菌斑，讓牙齒看起來泛黃、不夠乾淨。因此，當爸爸媽媽問：「醫師，小孩可以洗牙嗎？會不會傷害牙齒？」答案是，可以的！

兒童洗牙，比大人更溫和

不過在討論之前，先了解一下「洗牙」的概念。所謂洗牙，主要是利用超音波震動，將牙齒表面的牙結石震落，並不會傷害牙齒本身。但洗牙過程中會有機械運作聲、噴水與震動感，對孩子來說可能較為陌生，也較容易產生緊張或害怕的反應。

再加上，牙結石多半出現在清潔不佳、長期累積的情況下，小朋友的乳牙齒列其實較少出現這樣的問題。因此孩子的口腔清潔方式，與成人熟悉的「洗牙」並不完全相同，而是採用更溫和、更適合他們的方式進行。

拋光潔牙好處多，定期保養更關鍵

那麼，小朋友的專業牙齒保養該如何進行呢？答案是「拋光」（dental prophylaxis）。正式名稱為「預防性清潔拋光潔牙」，是透過柔軟的橡膠小杯搭配拋光乳膏，溫和清潔牙齒表面，有效去除牙菌斑、軟垢與色素沉積。



預防性清潔拋光潔牙的好處

1. 侵襲性低、接受度高，幫助孩子逐步適應牙科環境，為未來的例行檢查與治療建立良好經驗。
2. 去除全口齒垢與染色，使牙齒表面更光滑，有助維持牙周健康，也讓醫師檢查更精準

美國兒童牙科學會建議，每6個月可進行一次預防性拋光潔牙。至於開始的時機，會依孩子的配合度由牙醫師評估。一般而言，約1歲以上即可開始。不過由於年紀較小的孩子尚無法自行躺上診療椅，通常會由家長抱著完成檢查與清潔。

循序建立習慣，打造口腔健康基礎

除了清潔方式，讓孩子建立良好的看牙習慣，同樣是口腔保健的重要一環。李盈盈醫師也提供爸爸媽媽以下建議：



1 歲

由家長以溫柔且堅定的方式，進行每日的躺臥清潔練習，陪伴孩子一起完成口腔清潔。寶寶對躺臥姿勢的不適其實是天生的反應，透過每天固定兩次的練習，讓口腔碰觸與刷牙逐漸成為日常的一部分。隨著時間累積，孩子會慢慢放下防備，甚至建立固定的刷牙節奏。



2 歲

建議每3～4個月帶孩子到牙科診間報到，透過固定的環境與熟悉的醫師，幫助孩子穩定情緒、降低陌生感。同時，也能由醫師協助清潔逐漸增多的牙齒，並評估口腔與臉型發展，及早發現可能的問題。



2 歲半至 3 歲

在醫師的引導下，孩子多半已能嘗試自己坐上診療椅，甚至對「椅子升高、躺平」產生好奇與興趣，進而願意配合潔牙與塗氟。當孩子能獨立上診療椅後，透過定期看診與持續練習，有助於建立放鬆、穩定的看牙經驗。

牙齒一旦受損便難以回復！透過循序漸進的方式，讓孩子習慣在牙科診所接受清潔與檢查，並定期由專業牙醫師進行預防性拋光潔牙，就像為牙齒做一次徹底的大掃除，幫助孩子維持健康、乾淨的笑容。



Before



After



3D 影像 + AI 判讀 讓檢查更細緻到位 禾馨大腸鏡優化升級

文／陳韋彤 審稿／禾馨醫療消化內科林相宏院長

大家熟知，禾馨消化內科是內視鏡專家，致力於讓每一次檢查都更清晰、更安心。為了持續精進內視鏡檢查的品質，近期更升級導入「3D立體影像系統」，並搭配「AI即時輔助判讀」，敏銳呈現重要影像細節，大幅提升異常偵測率。

大腸鏡檢查可以及早發現腸道內的息肉、腺瘤等病灶，部分息肉在檢查當下就能立即切除，避免有機會進一步惡化成大腸癌。如果能在早期發現並治療，存活率也可高達9成以上！

大腸鏡其實沒有想像中可怕

許多人對大腸鏡的印象，仍停留在持續的疼痛感與異物感。主要是因為檢查時需在彎曲的腸道中前進，過程中可能牽扯、拉緊或壓迫腸壁；若曾接受腹部手術或有腸道沾黏情形，檢查時的不適感也可能更加明顯。

不過隨著醫療技術進步，目前可選擇舒眠檢查，並以二氧化碳取代空氣充氣，大幅降低檢查中的不適與檢查後的脹氣感。在專業麻醉科醫師團隊的協助下，整個過程幾乎無痛無感，睡一覺醒來就輕鬆完成。

那麼，哪些人需要進行大腸鏡檢查呢？隨著大腸癌逐年出現年輕化趨勢，有大腸癌家族史者，建議可在30歲左右完成第一次完整檢查。原則上，腸胃狀況良好，之後每3至5年定期檢查即可。假如檢查發現腸道狀況不佳，或屬於大腸癌高風險族群，則遵循醫囑縮短追蹤時間，及早發現並處理病灶，以降低癌變風險。

建議檢查族群

- (1) 有大腸癌家族史
- (2) 曾檢查發現息肉
- (3) 50歲以上族群
- (4) 飲食習慣不佳或作息不規律
- (5) 長期便秘或腹瀉

出現以下症狀儘早檢查

- (1) 糞便潛血反應陽性(最重要)
- (2) 解血便
- (3) 長期便秘或腹瀉
- (4) 排便習慣改變
- (5) 不明原因體重減輕
- (6) 疑似腸道病灶

內視鏡 3D 立體影像 + AI 輔助判讀

由於大腸鏡檢查在預防大腸癌發生中扮演著關鍵角色，禾馨也持續引進更進階的檢查技術與設備，全面升級檢查品質與精準度。

傳統的 2D 影像為平面畫面，在深度與細節呈現上較為受限。在臨床上，2D 影像可能漏診近 3 成的腺瘤，對於平坦型、較小或扁平的病灶，漏診率甚至可高達 5 成。

相較之下，禾馨消化內科引進的 3D 影像系統提供立體高畫質影像，更能忠實呈現腸壁皺褶與細微的解剖結構。透過更清晰的視覺層次，有助於提升平坦型病變與微小病灶的辨識能力，讓過去可能因視角限制而被忽略的潛在風險大幅降低，也讓整體檢查更全面、更精準。

再配合 AI 即時輔助判讀，透過先進演算法的深度學習能力，系統可自動分析影像並迅速標記可疑病灶，協助醫師即時判讀與診斷。除了提升判讀效率，也能降低因視覺盲點或長時間操作所帶來的人為疲勞與遺漏風險，讓每一個細節都不輕易忽略。

精準偵測，一次完成診斷與治療

內視鏡就像醫師的另一隻眼睛，息肉偵測率越高，越能有效降低未來大腸癌的風險。禾馨由經驗豐富的消化內科專科醫師親自操作，結合清晰的 3D 立體影像與敏銳的 AI 輔助判讀，若於檢查過程中若發現息肉，亦可即時進行切除處理，一次完成診斷與治療。

從發現到處理一氣呵成，不僅提升醫療效率，也減少患者不必要的等待與不安，讓腸道健康獲得更即時且完整的守護。

傳統 2D 平面影像



- 影像為平面呈現
- 深度與細節易受限制

3D 立體影像系統



- 立體呈現腸道解剖結構
- 清楚顯示腸壁皺褶與凹陷區域



健康管家



健診官網



解鎖寶寶夢 PGT-A 技術 如何幫助 不孕家庭圓滿

準備進入試管療程的路上，大家也會越來越了解相關的檢測，希望透過不同的輔助，往最終目標順利懷孕邁進。大家一定聽過 PGT-A（胚胎著床前染色體篩檢），現在，這項技術升級更導入新一代 SNP 技術，解析度更高、判讀更精準，就像幫篩檢換上敏銳的眼睛，為寶貴胚胎的健康評估提供更完整的資訊，多一份精準的保障。

不孕路上內心事：小玲多次流產的掙扎

小玲和丈夫結婚5年，一直渴望擁有自己的孩子。他們試了各種方法，卻屢屢碰壁。第一次試管嬰兒，好不容易取到幾顆胚胎，植入後兩個月孩子卻

沒有繼續長大。醫生說可能是胚胎染色體異常，但當時只能憑運氣選胚胎。小玲心碎卻不放棄，半年後再試，結果又是流產。這次，她察覺到自己已經38歲，高齡讓異常風險更高。

像小玲一樣，很多不孕夫妻面臨類似的困境。根據統計，台灣每6對夫妻中就有一對有不孕問題，而試管嬰兒成功率約3至4成。多次流產往往不是媽媽身體的問題，而是胚胎本身染色體異常，就像是隱形炸彈讓胚胎無法繼續正常發育。

小玲求子路的轉折來自一次醫師會診。醫生解釋，胚胎就像一顆種子，如果染色體數量不對（正常該有46條），種子就無法持續發育長成大樹。這讓她意識到，光靠自然受孕或基本試管療程無法擁有足夠的勝算。於是，她開始尋找更先進的幫助，踏上新旅程 PGT-A（胚胎著床前染色體篩檢）的新旅程。

PGT-A 的科學力量： 讓順利懷孕不是夢想

小玲第二次試管時，選擇加做 PGT-A，這項技術像給胚胎做「體檢」，只需要少量細胞就能檢查染色體是否齊全。醫生從中篩選出兩顆「染色體數量正常」的胚胎，植入後終於順利懷上寶寶！雖然之前流產的陰影讓她戰戰兢兢，但這次超音波顯示心跳強勁，讓全家喜出望外。

PGT-A 特別適合高齡媽媽與曾有多次流產經驗的夫妻，能幫助醫師優先選擇染色體正常的胚胎，有機會提升試管成功率，減少一次又一次失望的機會。台灣許多生殖中心已廣泛採用，讓不孕治療不再只是「碰運氣」，而是有根據的科學選擇。如今，小玲的孩子健康長大，這項技術改變了無數家庭的命運。

SNP 新世代 PGT-A： 技術演進帶來更多可能性

不過，PGT-A 仍存在部分侷限性。有些胚胎是「鑲嵌型」，意思是部分細胞正常、部分細胞有染色體變化，就像拼圖有一些小缺口。這類胚胎並不是完全沒有機會，它們仍有修復的可能，事實上也有成功懷孕的案例，但相較染色體完全正常的胚胎，通常會放在較後面的選擇。

隨著 PGT-A 技術不斷演進，更加精準的 SNP（單核苷酸多型性）PGT-A 技術已逐漸應用於臨床。相較傳統方法，它就像升級版放大鏡，檢查染色體數量之外再多看一層「基因訊號的細節」，有機會幫助醫師更清晰了解胚胎狀態。

SNP 技術讓 PGT-A 提供多一個判定標準，優化了分級方式。例如在鑲嵌型胚胎的評估上，過去主要依賴染色體多寡的變化，現在結合 SNP 可進行更精確的倍數分析，增加醫師評估的信心，找出更多

可能穩定發育的胚胎。這樣一來，讓原本可能忽略的胚胎有機會重新列入考慮，增加可以植入的選擇名單。

SNP 技術也有機會改善只看外觀的評分方式，讓每顆胚胎都有機會接受檢驗。傳統上，胚胎如果外型不佳，例如碎片較多、以為受精異常（單核、多核等）、成長速度偏慢，常常在形態學評分中被排在後面。但透過 SNP PGT-A 技術，有些看起來普通甚至有點「醜小鴨」的胚胎，染色體和基因訊號其實相當穩定，就有機會重新列入考慮成為更好的選擇。

未來展望：更多家庭的希望

新一代 SNP PGT-A，等於幫醫師和夫妻多準備了一把更細緻的「尺」，在原本的染色體檢查之上，更加細分每一顆胚胎的潛力。對高齡、曾多次流產、胚胎數量有限的夫妻來說，這項技術有機會讓「原本以為沒有選擇」的情況，變成「多了幾顆可以考慮」。

小玲也在想未來想要懷第二胎時，也可以考慮這樣的選項。隨著生殖醫學技術越來越成熟，也許未來有更多家庭，少走幾次失敗的冤枉路，更早迎接新生命。如果您正為不孕問題煩惱，不妨向醫師諮詢了解最新的 PGT-A 進展，開啟前往幸福的篇章。



避孕到備孕一條龍服務

禾馨生育導航

即刻啟程

文／陳安琪

面臨不同的人生階段，我們既希望活在當下，傾注全力實現自我；也對未來有所想像，期待新生命豐富生活。禾馨了解女性需求，為育齡的女性開啟生育導航，無論妳現在正站在哪一個十字路口，都不是單打獨鬥的決定，可以在專業醫療陪伴下，規劃出最適切的生育藍圖。

在這個講求效率的時代，我們對事業有計畫、對理財有規劃，但是對於「身體的未來」是否感到迷惘？尤其女性，「生」或「不生」的內心劇場更常反覆上演，這些不是多餘的焦慮，而是真實反映著對生活負責任的態度。

開啟生育導航，建立未來掌控感

禾馨長期關注女性健康議題，在門診中，我們曾遇過決定衝刺事業的女性，踏入診間和醫師討論不同避孕方式的選擇，也有不少夫妻婚後備孕多年一直沒有好消息，下定決心展開試管療程。我們深知醫療不應該是冰冷的檢查，而是一場關於人生方向的深度諮詢。

傾聽大眾需求，禾馨開啟「生育導航」計畫，打破診間來去匆匆、談話簡短的距離感，用心提供全方位的生殖醫學與婦科照護。生育導航的服務範圍含括避孕與備孕，換言之，對於「生」或「不生」的考量，來到這裡都可以從醫學的角度獲得解方。

精準避孕，守護當下的自己

懷孕生產會對身心與生活帶來極大的變化，開始要對另一個新生命付出重大責任，如果暫時還沒有生育的打算，如何避免非預期懷孕、掌控生育計畫，亦是現代人的必修學分。

隨著醫療持續進步，現今的避孕方式也越來越多元，禾馨專業的生育導航婦產科醫療團隊，能根據妳的個人體質、病史評估，給予量身的建議及衛教，並提供短效型避孕（如口服避孕藥物、避孕貼片、陰道環等），以及長效型避孕（皮下植入避孕劑、子宮內避孕器等）多元的方式，同時可以安排抗穆勒氏管荷爾蒙（Anti-mullerian Hormone, AMH）來獲知卵巢的卵泡庫存量，深入了解自己生育能力的狀態。

高效備孕，助新生命順利降臨

當然，也有許多朋友正在期待好孕降臨，來到禾馨，我們能提供詳實的婚後孕前健康檢查與帶因篩檢，也會由專業醫師評估後提供合適的備孕方案，包括：

● 精準評估

進行卵巢、輸卵管、子宮、AMH等孕育環境與生理功能的評估檢查，可以及早排除並改善囊腫、息肉、肌瘤等問題，讓備孕計畫更有脈絡，安心等待寶寶降臨。

● 量身療程

若經醫師評估考慮進入人工生殖療程，禾馨與專業生殖醫學中心合作，專業醫師初步能提供IUI（人工授精）作為試管嬰兒療程前的可行方案之一，亦有IVF（試管嬰兒）的先進技術支援，科學化幫助眾多夫妻往求子之前進。

掌握生育自主權，吻合規劃節奏

禾馨的生育導航特別門診，集結專業婦產科醫師團隊，從避孕到備孕提供完整的一條龍服務，我們想接住的，不只是醫療上的需求，更包括對未來的種種不確定。

這裡沒有標準答案，只有最懂你的醫療團隊，陪伴個案踏實建立明確的目標，幫助每位走進診間的女性與伴侶解除疑惑，得到照顧自身健康與需求的資訊，再帶著清晰答案，邁出自信的步伐。無論選擇是什麼，我們都給予高度的專業支持與尊重，未來的可能性有很多，但最好的那一種，絕對掌握在自己手中。



為孩子送上存放成長軌跡的小心意！

禾馨寶貝專屬生日紀念

文／陳韋彤

「Happy birthday to you！」禾馨寶貝們，生日快樂！在這個專屬且美好的生日月份裡，每一份祝福與笑容，都承載著成長的意義與溫度。送上一份禾馨特別為小壽星製作的貼心贈禮，祝福寶貝在充滿愛與關懷的環境中健康成長

爸爸媽媽們是否曾發現，不知從何時起，只要在孩子的生日月份，帶著他們回到禾馨進行成長追蹤，或安排各類看診服務時，醫護人員總會在一個出其不意的時刻，拿出專屬於寶貝的生日帽與驚喜小禮，為孩子送上溫暖的生日祝福。





驚喜祝福與小禮，串起成長印記

在一次次回診與追蹤之中，孩子慢慢長大，從襁褓中的嬰兒，到能跑能跳的小小身影。我們將那些看似平凡的日常片刻，用一頂生日帽與一份用心的祝福，溫柔地串聯起來，成為專屬於孩子的成長印記。

除了生日帽之外，禾馨也特別製作可愛的卡夾，作為送給寶貝的另一份心意。小小的卡夾，不僅實用，也陪伴著孩子的成長，能收納健保卡或各類就診卡片，看診與外出都更加方便，也在日常中留下專屬於孩子的可愛印記。



用心安排，在照護中多一點溫度

這樣的安排，並非例行流程，而是禾馨希望在醫療照護之外，回饋孩子與家庭更多一點的體貼心意。在專業與溫度之間，找到恰到好處的平衡，感受到每一次回到禾馨，不只是看診，更是一段被細心對待的時光。

在這樣特別的時刻，不妨替孩子戴上生日帽，與一路陪伴的醫護人員留下合影。鏡頭裡的笑容，將瞬間定格、成為永恆，深藏在孩子記憶長河之中。當照片被翻閱的那一天，也許會想起這段被溫柔對待的時光，以及那些始終在身邊守護著孩子的身影。



愛雅・張艾亞

成為母親的路上 選擇不遺失自己

文／張曉嵐

對許多女性而言，「成為媽媽」是一段既真實又陌生的旅程。而對愛雅來說，一切的開始，是一段幾乎沒有預期的感動。「第一次產檢，其實沒有太多真實感。」她回憶著。直到那天，診間裡傳來規律而清晰的心跳聲，那一刻，她愣住了。「原本以為自己不會哭，但真的太不可思議了。」她輕聲說著：「那是一種『生命真的存在』的感覺，跟聽別人分享完全不同，我當下就落淚了。」那是她第一次清楚地意識到：一個生命，正在自己的身體裡發生。

被理解，比被照顧更重要

談起在禾馨的生產與照護經驗，愛雅反覆提到的，不只是「專業」，而是「感受」。「護理師都很有耐心，也很有同理心，會主動關心媽媽的狀態。」相較於她從其他朋友聽來的經驗，有些醫療單位的產後照護節奏較為急促，媽媽往往被要求快速適應餵奶、下床、復原，每一件事都像任務。

但在這裡，她感受到的是另一種不同的節奏。「她們會在每一個動作前先告知，也會做好消毒與清潔，讓人很安心。」即便是大夜班護理師，也幾乎看不到疲憊，反而很溫柔且穩定，像是在照顧自己的家人。對於初次生產、充滿未知的她來說，那份「不被催促」的理解，成為安定情緒的重要支撐。「醫師也不會讓人不敢問問題，不會有壓力，很多資訊甚至是他們先幫你準備好。」在那樣的環境裡，她得以放鬆，也能安心地學習，如何成為一位母親。

分開的那一刻，我才真正成為媽媽

真正的轉變，發生在一個意料之外的瞬間。因為寶寶出現黃疸，需要多留院觀察一天。原本準備出院的她，不得已必須先與孩子分開。「當下真的沒有預期，情緒是突然湧上來的。」她停頓了一下，「我直接爆哭，完全控制不住。」

那一刻，她才深刻地感受到，那份時時心繫的牽掛，已經深到無法分離。「也是那時候才真的覺得，原來我已經是媽媽了。」她坦言，產後的情緒並不輕鬆，「媽媽其實很需要一個出口，去釋放那些說不出來的感受。」

成為母親之後，生活節奏悄然改變。「以前是無酒不歡，現在變成滴酒不沾。」她笑說，「因為不想浪費奶水。」過去習以為常的放鬆時光，被重新分配；屬於自己的時間，也變得更加珍貴。但在這樣的轉變中，她逐漸建立起新的信念，成為媽媽，不等於失去自己。

不以愛之名，過度給予

談及對孩子的期待，她的語氣變得格外理性。「其實一開始比較希望是女兒。」她坦白地說。「因為兒子對媽媽來說，是另一種考驗，很容易因為過度依賴，變成媽寶。」也因此，她提醒自己，在愛的同時要保有界線與智慧。「不希望因為溺愛，影響他的性格，甚至影響他未來的婚姻關係。」在她看來，母親的重要課題之一，是學會放手。「因為孩子終究會有自己的人生。」

幸福，是全家都在的日常

對愛雅而言，幸福並不是宏大的畫面。而是一個很簡單的瞬間，「我抱著寶寶坐在沙發上，狗狗依

偎在旁邊，全家人都在。」她輕聲說著，「因為我的父母已經離開，那種缺了一塊的感覺很深。」也因此，此刻的「一家五口」，對她而言，是完整且珍貴的存在。

成為媽媽，也成為更完整的自己，專訪的最後，她分享了一段給所有媽媽的話：「其實沒有人是準備好，才成為媽媽。」，但她更相信在愛孩子的同時，也要記得保留自己。「不要一直覺得自己在犧牲，那樣反而容易產生負面情緒。」「當媽媽，也可以有自己的人生。」在她心中，最理想的狀態，不是傳統的全然付出，而是與孩子一起成長。「不論是彌補自己的童年，或是陪他走過新的成長歷程，都是很美好的事。」





MICHELIN
FOOD & RESTAURANT

星級美味 名廚上菜

松露牛肝菌燉飯



把法式經典風味
搬進你的日常餐桌



在家，也能端出一份帶有法式餐廳水準的燉飯。將經典法式風味轉化為簡單易上手的做法，選用香氣濃郁的牛肝菌與松露，搭配奶油與起司的滑順口感，打造出層次豐富的松露牛肝菌燉飯。

不論是在月中調養期間，或回到家後想為自己或家人準備一餐，都能輕鬆完成這道兼具營養與風味的料理。讓日常餐桌多一點變化，也多一點屬於自己的儀式感。



準備材料

《 主食 》

生 米	600公克
月 桂 葉	540公克
水	600公克

《 燉飯醬汁 》

奶 油	150公克
洋 蔥 碎	450公克
雞 高 湯	100公克
牛肝菌乾	75公克
黑松露醬	1小茶匙

《 收尾提味 》

起 司 粉	150公克
-------------	-------

製作步驟

煮 飯

白米洗淨後瀝乾。加入水與月桂葉，以電鍋或蒸煮方式烹煮約45分鐘，讓米粒熟透但保有口感。

製作醬汁

牛肝菌乾以溫水泡發（約20-30分鐘），保留泡發水可增加風味。熱鍋加入奶油，小火融化後放入洋蔥碎慢慢炒至透明、帶甜香。加入牛肝菌與少量泡發水，拌炒出香氣；再倒入雞高湯與黑松露醬，小火熬煮成濃郁醬汁。

拌炒燉飯

將煮好的米飯加入醬汁中，以中小火持續翻拌，讓米粒均勻吸附醬汁。最後加入起司粉拌勻，提升整體香氣與滑順口感。上頭可依喜好擺上燉煮至軟嫩的肉類或海鮮增添營養。



料理小技巧

牛肝菌泡發水富含天然鮮味
可適量加入提升層次

洋蔥務必炒至「微焦糖化」
燉飯風味會更濃郁

若想更滑順，可在最後加入少量
熱牛奶或鮮奶油調整口感

為產後媽媽加分的營養價值

• 補充體力、溫和滋養

燉飯質地柔軟、好消化，適合產後初期食用，有助於補充能量與恢復體力。

• 優質蛋白與鈣質來源

起司與奶油提供蛋白質與鈣質，有助於修復組織與維持骨骼健康。



從孕期到產後的 身心升級課 禾馨雙親教室

文／陳盈蒨

懷孕不只是迎接新生命的啟程，更是一段身心同步轉變的重要歷程。為了陪伴準爸媽安心走過這段旅程，禾馨定期舉辦雙親教室，將專業醫療知識延伸至日常生活。

本次講座我們前進飯店，由禾馨醫療策略長陳保仁院長領軍，結合婦產科、營養師與物理治療師三大專業領域，帶來完整且貼近實務的孕產知識，現場近百位準爸媽共同參與，在知識與溫度交織的氛圍中，度過充實的學習時光。

準爸媽最想學習什麼必備知識？禾馨最懂大家的需求，雙親教室課程內容涵蓋孕期常見問題、多元生產選擇、產後身心修復以及嬰幼兒照護等主題，協助家庭從容迎接每一個育兒階段。

營養師 打造孕期關鍵營養力

孕期的營養攝取，是寶寶健康發展的重要基礎。如何吃得均衡、保健食品該如何選擇，都是準爸媽最關心的課題。本堂課由王永婷營養師主講《聰明補充孕期關鍵營養素》，以「從食物出發」為核心，帶領大家檢視每日營養攝取是否充足，並認識各類營養素可從哪些天然食材中取得。

課程首先建立三大營養素：醣類、蛋白質與脂肪的正確飲食觀念，進一步說明蛋白質的計算方式、

如何選擇優質澱粉，避免過度攝取加工食品。透過均衡飲食，不僅有助於孕期「養胎不養肉」，對產後恢復與全家健康也同樣受益。針對孕期重點營養素，如葉酸、維生素D3、鈣質與鐵質，營養師也提供具體的食物來源與補充建議，提醒媽咪建立良好的飲食與生活習慣，為將來寶寶的健康打下穩固基礎。

物理治療師 理解身體變化，找回舒適節奏

在掌握飲食關鍵後，身體的照顧同樣不可忽視。第二堂課由物理治療師李有儒帶來《孕期及產後肌肉變化》，透過清晰圖示與專業解說，引導媽咪認識孕期身體的轉變。

隨著孕肚逐漸隆起，腰背與下肢負擔增加，常見的痠痛與不適也隨之而來。課程中示範多組居家伸展與緩解動作，讓媽咪在家也能透過簡單訓練強化核心、提升身體穩定度。針對產後常見的乳房不適與哺乳問題，課程亦介紹相關醫療資源，包括乳房外科門診、哺乳門診及乳房物理治療服務，協助媽咪在專業支持下減輕疼痛、安心哺育。

此外，孕期與產後常見的媽媽手（狹窄性肌腱滑膜炎）也是重點之一。由於水分滯留與長時間抱嬰姿勢不當，容易導致手腕與拇指側疼痛。透過適當的伸展運動與手部肌力訓練，可有效舒緩症狀，提升日常生活的舒適度。整堂課內容紮實且實用，讓準爸媽不僅理解身體變化，也學會如何主動照顧自己。

婦產科醫師

第五孕期產後修復，找回最美好的自己

從懷孕到產後，女性身體歷經巨大變化，除了適應全新的生活型態，媽咪在身心上也可能面臨多重挑戰，如產後落髮、體態恢復、漏尿，甚至情緒低落等問題。「第五孕期」是指產後7週至6個月的關鍵修復期。相較於大眾普遍認知的坐月子或妊娠紋治療，禾馨更強調全面性的身心修復。除了體態、肌膚與落髮等外在變化，亦重視產後情緒、親密關係與人際互動等內在調適。

禾馨醫療作為媽咪最堅強的後盾，特別邀請長期推廣「第五孕期」理念的陳保仁院長，分享如何透過專業醫療支持，協助媽咪在產後階段重拾健康與自信。陳保仁院長以豐富的臨床經驗，結合專業與幽默的講解方式，讓媽咪理解自身狀態並非孤單面對，而是可以透過多專科整合的完整評估與醫療支持，逐步恢復平衡。從懷孕、分娩到產後，每一個階段都能有專業團隊陪伴。



ナデシコ医療

家族に寄添った医療サービスで、
言葉と文化の壁を乗り越える。



2013年創立以来、ナデシコ医療グループは母子中心の医療ケアサービスを基盤とし、全面的な医療サービスを展開しています。なでしこ医療は**妊娠中のケア、出産、婦人科、小児科、消化内科、形成外科と人間ドック**などのサービスを提供しております。また、専門の**医療通訳チーム**も併設しており、海外の方も安心して受診できます。なでしこ医療の医師と看護師は「尊重」、「安全」と「やさしさ」を重視していて、台湾で最も信頼できる医療チームになれば幸いです。

なでしこ医療の六つの魅力

1

母子全面的なケア

妊娠前から、検診、出産、新生児のケアまで、医療サービスをワンストップで提供しております。

2

小児科と家庭医療

小児科専門医チームにより、アレルギー、ワクチン、発達状況評価、感染症ケアなどの診察を提供しております。

3

専門医医療チーム

歯科、眼科、皮膚科、整形外科、内分泌科、心療内科を含めて、家族全員の健康を守ります。

4

心地よく癒し医療環境 を提供しております

工夫した内装で、受診する際によりリラックス、安心できます。

5

常勤医療通訳チーム

常勤の英語、日本語通訳が併設しており、予約、受診と出産の立ち合いなど全面的なサービスと正確な医療情報を提供しております。

6

海外保険の対応

多国の海外保険の「キャッシュレスサービス」と保険関連書類申請の対応もしており、海外に住んでいる方、駐在員、旅行者が安心して受診できるようになります。

ナデシコ医療分院

- 懷寧：100台北市中正区懷寧街78号
- 桃園：330桃園市桃園區經國二路36号2F
- 新生・大安：106台北市大安区新生南路三段2号、4号
- 台中・安和：407台中市西屯区安和路118-18号
- 民權・内湖：114台北市内湖区民權東路六段42号



DIANTHUS MFM CLINIC

Where healthcare meets every home
Bridging language and cultural barriers

Since 2013, Dianthus MFM Clinic has been committed to providing comprehensive and integrated medical care for women and children. We offer a full range of services, **including prenatal care, childbirth, gynecology, pediatrics, gastroenterology, plastic surgery, and health checkups.**

With a dedicated team of **professional medical interpreters**, we ensure that patients from around the world receive seamless and culturally sensitive care.

We believe that true care begins with respect, safety, and warmth — and we're honored to accompany you on your health journey in Taiwan.

Dianthus 6 Core Qualities

1

Comprehensive Maternal Fetal Care

From preconception and prenatal checkups to childbirth and newborn care, we provide a seamless, one-stop maternity care experience.

2

Pediatrics & Family Medicine

Expert pediatricians offer integrated care, including allergy management, vaccinations, developmental assessments, and infection treatment.

3

Specialized Medical Teams

We cover a wide range of specialties — dentistry, ophthalmology, dermatology, orthopedics, endocrinology, plastic surgery, and gastroenterology — safeguarding the health of your entire family.

4

Comfortable, Family-Friendly Space

Our clinics incorporate art and human-centered design to create a calm, welcoming, and reassuring environment for every visit.

5

Professional Medical Interpretation Services

Our English and Japanese interpreters support through appointment scheduling, consultations, and even labor and delivery process, ensuring effective communication.

6

Overseas Insurance-Friendly

Through partnerships with multiple international insurance providers, we offer direct billing services, making healthcare accessible and hassle-free for overseas residents, expatriates, and travelers in Taiwan.

Dianthus Clinic Locations

- Huaining : No. 78, Huaining St., Zhongzheng Dist., Taipei City
- Taoyuan : No. 36, Jingguo 2nd Rd., Taoyuan Dist., Taoyuan City
- Xinsheng (Da'an) : No. 2, Sec. 3, Xinsheng S. Rd., Da'an Dist., Taipei City
- Anhe (Taichung) : No. 118-18, Anhe Rd., Xitun Dist., Taichung City
- Minquan (Neihu) : No. 42, Sec. 6, Minquan E. Rd., Neihu Dist., Taipei City



禾馨婦產科診所（附設兒科）

預約專線：02-2361-2323

傳真：02-2361-2211

地址：100台北市中正區懷寧街78號

看診：週一、二、六 早午診・週三、四、五 午晚診

休診：週三、四、五早診・週一、二、六晚診、週六晚診、週日全天

婦產科・高層次超音波醫學影像中心・

胎兒心臟超音波門診・新陳代謝科

新生兒超音波門診・

特約門診（兒科、婦產科、神經內科）



地圖

禾馨新生婦幼診所

預約專線：02-2368-2333 **(24H)**

傳真：02-2368-3222

地址：106台北市大安區新生南路3段2號

看診：週一到週日 / 休診：週六晚診、週日午診晚診

婦產科・直腸外科・新陳代謝科・

泌尿科・子宮鏡・多元生產・哺乳門診

24小時 婦產科急診服務



地圖

小禾馨兒童專科診所

預約專線：02-2369-8833

傳真：02-2369-9933

地址：106台北市大安區新生南路3段4號

看診：週一到週日・週日為特約門診(預約制)

休診：週六晚診、週日午診晚診

兒科



地圖

禾馨民權婦幼診所

預約專線：02-5571-3333 **(24H)**

傳真：02-5571-0000

地址：114台北市內湖區民權東路六段42號

看診：週一到週日 / 休診：週六晚診、週日午診晚診

婦產科・小兒外科・乳房外科・皮膚科・

大腸直腸外科・新陳代謝科・血管外科・

親子骨科・形體美學・特色專科・牙科・

影像醫學中心・產前診斷中心・

子宮鏡中心・婦女泌尿中心・特約門診

24小時 婦產科急診服務



地圖

小禾馨民權小兒專科診所

預約專線：02-5571-3333

傳真：02-5571-0000

地址：114台北市內湖區行忠路191號

看診：週一到週日(週日早診僅看特約門診) / 休診:週日午診晚診

兒科・新生兒超音波・胎兒影像醫學中心・
成長評估・特約門診



地圖

禾馨眼科診所

預約專線：02-2790-3833

傳真：02-2790-6333

地址：114台北市內湖區行忠路195號1樓-2樓

看診：週一到週六 / 休診:週六晚診、週日全天

白內障・視網膜・青光眼診斷與治療・
近視控制・弱視矯正



地圖

禾馨民權內科診所

預約專線：02-8791-9633

地址：114台北市內湖區民權東路六段40號及42號1樓

看診：週一到週六

休診：週六晚診、週日全天

個人健康檢查(含癌症篩檢/舒眠胰腸胃鏡檢/高階影像等)
消化內科・新陳代謝科・免疫風濕科・
復健科門診・夜間腸胃鏡檢・胰臟內視鏡超音波
勞工健檢・企業健檢・企業臨場健康服務



地圖

乳房健康管理中心-中心院區 (中心診所醫療財團法人中心綜合醫院 9 樓)

預約專線：02-2778-5833

地址：106台北市大安區忠孝東路四段77號9樓

看診：週一到週五 / 休診:週六午晚診、週日全天

(晚診:物理治療時段為預約制)

個人化乳房健檢・全方位乳房影像檢查・
乳癌基因檢測・液態切片癌症監控・
整形式乳房保留手術治療等乳房外科手術



地圖

禾馨桃園婦幼診所暨產後護理之家

月中預約參觀專線：03-346-5733

門診預約專線：03-346-5333 **(24H)**

傳真：03-346-5255

地址：330桃園市桃園區經國二路36號

看診：週一到週日 / 休診：週六晚診、週日午診晚診

婦產科・兒科・直腸外科・新陳代謝科・

泌尿科・乳房外科・

特約門診（兒科、婦產科）

24小時 婦產科急診服務



地圖

禾馨經國診所影像中心

預約專線：03-316-8733

地址：330桃園市桃園區經國路839號5樓

看診：週一/週二午診晚診、週三全天、

週四/週五/週六早診午診

休診：週日全天

高層次超音波、乳房攝影、ABVS



地圖

禾馨安和婦幼診所/禾馨台中產後護理之家

月中預約參觀專線：04-2358-5333 分機8

門診預約專線：04-2358-5333 **(24H)**

診所傳真：04-2358-8533

診所地址：407台中市西屯區安和路118-18號

看診：週一到週日 / 婦科・兒科休診：週六晚診、週日午診晚診

婦產科・兒科・泌尿科・乳房外科・

直腸外科・新陳代謝科・

特約門診（兒科、婦產科）

24小時 婦產科急診服務



地圖

禾馨士林產後護理之家暨小禾馨士林小兒專科診所

預約專線：02-2882-7333

傳真：02-2882-5333

地址：111台北市士林區中正路289-1號

看診：週一到週六 早午診

休診：週日全天

兒科



地圖



可愛夢幻世界

... 超萌熱賣中 ...



PPSU奶瓶 | 動物方城市 茱蒂兔 尼克狐

PPSU奶瓶 | 米奇 唐老鴨 維尼



迪士尼幼兒餐具



迪士尼寶寶練習筷



迪士尼階段式訓練杯



細胞治療 首選永生

留住0歲細胞 守護全家健康

全球首家細胞治療公司取得美國臍帶血藥證

臍帶血細胞新藥REGENECYTE®
獲美國FDA核准上市許可(BLA)



獨家專利 紅血球不分離處理技術



台灣永生
紅血球不分離處理法

有

技術專利

無

99c.c.

保存量

25c.c.

血袋

保存方式

小血袋 抗凍管

多

幹細胞保存量

少



其他業者
紅血球分離處理法

Reference 1 Cytotherapy (2011) 13, 1105-1119 2 Cell Transplant (2014) 23, 407-415

 StemCyte

移植多

公庫多

保障多

細胞多

國際
認證多

全台唯一 最多真實世界數據驗證



逾36,000筆
公庫臍帶血



逾2,300例
協助移植案例



超過350家
醫學中心選用

臍帶血細胞治療應用進展

台灣唯一

長新冠

美國FDA核准二期臨床試驗結果顯示85%受試者治療後疲勞獲得完全緩解*，已獲美國FDA授予RMAT資格。

*PR Newswire, December 19, 2024. <https://stemcyte.cc/phase2a>

全球首例

愛滋病

全球首位女性愛滋病患以臍帶血+周邊血治療急性骨髓性白血病(AML)，連帶完全治癒愛滋病*。

*Cell 186, 1115-1126, March 16, 2023

急性中風

一期臨床試驗結果良好，1年內患者完全恢復運動功能*，美國和台灣FDA核准二期臨床試驗。

*Cell Transplantation Vol 30:1-7, 2021

腦性麻痺

台灣TFDA核准進行一期臨床試驗，以異體臍帶血應用於腦性麻痺患者，期望協助提升患者行動能力。

國際雙認證 細胞品質嚴格把關

AABB

血液與生物治療促進協會認證



FACT

細胞治療學會認證



報名永生爸媽教室了解更多

www.stemcyte.com.tw | 0800-80-80-80



專科醫學會¹ & 100%醫師認可²

剖腹產寶寶首選
具有最多臨床研究 支持保護力

短雙歧桿菌 M-16V
&
益生元組合 scGOS:lcfOS
(9:1)



知名婦產科權威

陳保仁 醫師

1. 係指新加坡兒科醫學會2026年3月出版之「生之初100天的關鍵力量-守護剖腹產嬰兒腸道菌叢與健康」

2. 根據2026年3月愛他美於專科醫學會針對兒科醫師之調查，共142位醫師的樣本

3. 產品含短雙歧桿菌M-16V 3.7×10⁹ 菌落數cfu/100公克

4. 係指每日至少攝取產品一份，三日可攝取30億以上益菌量

5. 與本公司其他系列產品比較，愛他美守敏3添加GOS、FOS、短雙歧桿菌及特殊蛋白質設計提供三倍不同保護

愛他美守敏₃

剖腹產寶寶首選



30億好菌³
3天調整⁴
3倍保護⁵



呵護寶貝 送上一份健康禮物

新生兒基因檢測 Baby Scan

每個孩子，都是爸媽心中的寶。

別讓看不見的疾病，成為成長過程中的隱形荊棘，

送給寶寶的第一份禮物，提前為他構築更周全的防護。



榮獲SNQ 國家品質標章

慧智新生兒基因檢測十二大類疾病

 Drug Hypersensitivity Reaction
藥物過敏反應 ●●●

 Hearing Loss
聽損 ●●●

 Central Nervous System Disease
中樞神經系統疾病 ●●●

 Metabolic Disorders
代謝疾病 ●●

 Blood Disorders
血液疾病 ●●

 Multi Symptom Disorders
多症狀疾病 ●●

 Immunodeficiency Disorders
免疫缺陷疾病 ●

 Pediatric Cancers
小兒癌症 ●

 Epilepsy
癲癇 ●

 Muscular Diseases
肌肉疾病 ●

 Vision Loss
視力喪失 ●

 Congenital Heart Defect
先天性心臟缺損 ●



首選慧智專區



歡迎掃 QR Code
了解更多資訊



SOFIVA
GENOMICS

慧智基因

慧智基因醫學實驗室 www.sofiva.com.tw

T+886-2-2382-6615 F+886-2-2382-6617 100 台北市中正區寶慶路27號

© 2022.03 慧智基因股份有限公司 SOFIVA GENOMICS CO., LTD. All Right Reserved.