

讀者 Q&A

問題：最近肩膀不知道是不是拉傷，旋轉會有疼痛的感覺，因為工作總是要打電腦沒有辦法完全不動，疼痛越來越明顯，不知道這樣的狀況該看哪一科？

回覆：關於您所提肩膀疼痛問題，建議您適當的休息減輕肩膀負擔，假如疼痛加劇，可以考慮購置固定肩膀的護具，並減少日常電腦、手機使用量。睡姿也會增加肩膀壓力，建議您減少側睡造成的壓力。且依據您的狀況，會建議您掛復健部或骨科部手外科門診就診。

問題：我今年 41 歲，最近想做做身體檢查，印象中政府有免費的健康檢查可以做，不知道有哪些檢查項目，可以提供給我資訊嗎？

回覆：依據您的年紀，您已經可以做政府提供的成人健康檢查，成人健康檢查方案資格，40 歲以上未滿 65 歲民眾每 3 年 1 次；55 歲以上原住民、罹患小兒麻痺且年齡在 35 歲以上者，65 歲以上民眾每年 1 次。服務內容包括身體檢查、血液生化檢查、腎功能檢查及健康諮詢等項目。您也可以至癌篩中心做癌症篩檢檢查，檢查項目包含口腔黏膜、

子宮頸抹片、乳房攝影（採預約制）及糞便潛血檢查。

NTUHF