

嘿~「台大醫院站到了」Podcast 搶先聽



關於健康，有些事情你的身體知道，你卻不知道...

還在苦惱多元的資訊來源中，什麼才是可信的嗎？道聽塗說不如聽醫師說。

專業的醫療新知，透過聽臺大醫院各科醫師輕鬆簡短的聊天，把複雜的健康資訊變簡單，不用辛苦搶掛臺大醫院門診也能聽到經醫學實證的可靠訊息。

零碎時間聽一點，距離健康近一點

立即點播下列連結，搶先收聽並分享給所有關心健康的朋友唷！

EP40 | 「腎」重小心！另一個沉默的器官 feat. 臺大醫院潘思宇醫師

傳送門：<https://reurl.cc/lQrK3Y>

臺灣除了琳瑯滿目的美食小吃之外，同時也以洗腎王國聞名國際，洗腎診所隨處可見。外加糖尿病和肥胖儼然已成為現代國民病，一不小心就得要面臨腎臟危機！由於腎臟也是沉默的器官，我們必須更加謹「腎」讀懂身體發出的警訊。關於腎臟保健的種種問題與迷思，讓臺大醫院綜合診療部/血液淨化科的潘思宇醫師來為您解惑

～

- 腎功能的好壞，該從哪些數據去判定？
- 腎功能不好有早期症狀？高危險族群又是哪些呢？
- 每逢門診必被問！腰痛就代表腎臟有問題嗎？
- 每天一杯，樂極「腎」悲，腎功能不好的人，適合高蛋白飲食或生酮飲食嗎？
- 保腎人生的日常生活小訣竅

網路迷思大破解

- 小便有泡泡或混濁就等於腎不好？
- 一旦開始洗腎，就得洗上一輩子？

EP39 | 失智症照顧者的累與淚：家人間如何留住相愛，停止傷害

feat.臺大醫院范淞斌醫師&鄭婷文臨床心理師

傳送門：<https://reurl.cc/yL4pnD>

長輩隨著年紀增長，腦部功能逐漸退化，甚至連家人都記不得。失智症有前兆可以察覺嗎？如何跟患者相處？明明是最愛的家人，卻在照顧壓力中感到傷害，照護的壓力有辦法緩解嗎？有哪些資源可以求援？讓別人來照顧好嗎？會不會顯得自己很無能？這些累與淚並不是你做不好，在照顧別人之前要先照顧好自己，讓臺大醫院神經部主治醫師范淞斌，還有富有第一線經驗的臺大醫院臨床心理中心鄭婷文臨床心理師，來聊給你聽～

- 失智症有前兆？情緒上可以察覺嗎？
- 同樣的話問好幾次，甚至連我都不記得？失智症的日常照護技巧
- 失智症可以避免惡化嗎？如何知道惡化了？
- 防止失智症患者的權益受到侵害，家屬能在法律上及其他地方做些什麼？

- 怎麼減輕照護壓力？有哪些資源可以求援？讓別人來照顧好嗎？1966 專線？

網路迷思大破解

- 讓長輩打麻將可以降低失智症風險嗎？
- 透過玩俄羅斯方塊小遊戲，可以預防年輕型失智症？

EP38 | 過敏會遺傳：父母過敏，下一代也躲不掉？feat.臺大醫院

王麗潔醫師

傳送門：<https://reurl.cc/VzmkdR>

許多人都曾經或正在面對過敏的困擾。過敏性疾病百百種，包括過敏性鼻炎、異位性皮膚炎和氣喘等，常常給人帶來不適和困擾。究竟什麼原因讓人產生過敏？過敏可以根治或預防嗎？哪些過敏症狀需要立即就醫？讓臺大醫學系小兒科臨床副教授、臺大醫院小兒科主治醫師，王麗潔來聊給你聽～

- 為什麼會過敏？會有哪些症狀？哪些需要立即就醫？
- 過敏會遺傳？為什麼父母沒有過敏，孩子反而有過敏？

- 如何檢測過敏原？
- 過敏可以根治或預防嗎？
- 吃益生菌對過敏有幫助嗎？優酪乳也有同樣效果嗎？

網路迷思大破解

- 不斷接觸過敏原，可以降低過敏反應？減敏治療！？

台大醫院站到了 Podcast 各大平台皆可收聽唷
傳送門 https://solink.soundon.fm/ntuh_hmc

立即點閱加入追蹤，也歡迎分享給關心健康的朋友們，我們隔週

更新頻道，提供更多的健康資訊唷



主 演：臺大醫院醫師群

主持人/製作：臺大醫院健康管理中心團隊

健康管理中心