



# 過年請保重

急診室平常就夠忙了，何況過年？  
(攝影/游家鈞)

## 別到急診室拜年

文／急診部 醫師 劉立仁

**問**民眾喜不喜歡過年？相信大多數人都很期待這個難得的長假，在一年的辛勤工作後，正好可以趁過年放鬆心情，重新調整腳步，迎接未來的挑戰，異鄉遊子們能夠返鄉和家人團聚，更屬一大樂事。

但是拿同樣的問題問醫院急診室的醫護人員，得到的答案百分之百是「不喜歡過年」，甚至「害怕過年」。因為每年過年都是急診最忙的時候，醫院裡的其他角落，從門診、病房到開刀房，冷冷清清，唯獨急診日夜人聲鼎沸。若說急診是醫院過年最有「年味」的地方，絕不過份。

### 急診部在大年初一、初二忙到最高點

只是如此龐大的作業量可苦了我們，別說無法像大家一樣和家人歡歡喜喜的吃個團

圓飯，在連續8至12個小時的值班期間，能夠喝到一口水就要偷笑了。所以，問我們喜不喜歡過年？當然不喜歡！

根據本院近年來的統計，過年期間的急診人數通常是從大年除夕當天的300餘人一路攀升，大年初二、初三，一天少說有600至700人，往往要等恢復上班一兩天後，急診人潮才會慢慢減少。分析原因不外是過年的生活型態改變，容易招來病痛，再加上基層診所過年休診，病患無處可去，紛紛朝醫學中心急診室集中，難怪會熱鬧非凡。

### 放縱口腹之欲，小心罹患急性腸胃炎

民以食為天，就拿吃東西來說吧！急診室在過年期間最常看到的疾病之一就是急性腸胃炎。國人最重視的年夜飯，山珍海味，

既豐富又油膩，因為高興，毫無節制的狼吞虎嚥，結局往往是腸胃不適或者上吐下瀉，只好連夜向急診報到。狼吞虎嚥也潛藏被食物噎到的危機，尤以老人家為最，噎到以後若未及時處理，可能造成嚴重後果。現在不是農業時代，想吃大餐隨時都有，無須刻意在過年期間打牙祭，否則腸胃恐怕會因為無福消受而強烈抗議喔！

同樣因為飲食的改變，讓一些慢性病患如高血壓、糖尿病、腎衰竭或痛風患者，過年期間身陷險境而不自知。因為這時的飲食普遍是熱量高，富含油脂、蛋白質與鹽份，慢性病患若不禁口的猛吃，將導致血糖、血壓如脫韁野馬般的亂飆，而因疏忽忘記服藥、洗腎，或是過年忌諱吃藥，更將雪上加霜，中風、心肌梗塞、痛風等併發症若伺機來犯，就不得不到醫院陪我們過年了。

急診室每年都會碰到不少這樣被迫上門的訪客，殷鑑不遠，奉勸所有慢性病患，疾病不會放年假，平日應該注意的事項在過年期間一樣要遵守，即便美食當前仍應不動如山，淺嚐即止，千萬不要太放縱自己的口腹之欲了。

### 慢性病患作息要規律，放年假前請備藥

過年嘛！三五好友相聚，免不了喝喝小酒，打打小牌，但若打麻將打到天昏地暗，小心死神會悄悄的盯上你。每逢過年，本院總會收治不少因熬夜打牌，情緒激動或久坐不動，引發腦溢血、肺栓塞或心肌梗塞的病患，發了筆過年財卻無福消受，實在悲慘。在此給大家一個過年最高準則，無論從事何種消遣，務必維持規律的作息，以免樂極生悲。

醫療院所的門診過年普遍休診，許多慢性病患沒有事先備藥，臨時「斷糧」，只能來急診拿藥，付了750元，依健保規定，急

診最多開3天的藥，花錢花時間，實在划不來。氣喘或慢性阻塞性肺疾患患者更可能因為沒吃藥，舊疾復發，那就更糟糕了。所以民眾在過年前一定要預先估算自己的常用藥存量，若存量不足，儘快到門診請醫師開藥，以便安心過年。

國人過年喜歡燃放鞭炮，小朋友也愛玩冲天炮，這些活動正是使急診忙翻天的原因之一。被鞭炮炸傷，甚至灼傷眼睛的病例年年都有，燃放鞭炮不慎引發火警的悲劇也非少見，請大家記取教訓，可別太鐵齒，以為自己鴻福齊天，與意外絕緣。

### 把急診資源留給真正有需要的人

過年期間，急診必定人滿為患，要看診往往得等上30分鐘或1個小時，患者怨聲載道，醫護人員疲於奔命，整體醫療品質難免受到影響。無論傷病均有輕重緩急，本部以處理急重症為最優先的大原則始終不變，倘若只是一般的小感冒，屆時最好不要馬上到急診來「湊熱鬧」，不妨先在家採用多休息多喝水的支持療法，或者服用市售的感冒成藥，症狀慢慢就會好轉，反正就算你看了急診，得到的治療依舊不脫上述原則。當然，萬一身體有明顯異常或其他急性症狀，千萬不可以因為不想過年上醫院而延誤就醫時機。

如果大家都能有此共識，急診功能在過年期間就不會被無數的感冒病患癱瘓，醫護人員可以持續發揮最大的本事，搶救一些正與死神拔河的寶貴生命。

爆竹一聲除舊歲，再一次提醒大家，過年期間的作息要正常，不暴飲暴食，注意交通安全，不從事危險的活動。這麼一來，保護了自己，也「饒了」我們，在急診奮戰的醫護人員不致忙得像走馬燈，也就不會精疲力竭，鬱卒到最高點啦！