

光田醫療社團法人光田綜合醫院

圖書館館訊

Library Newsletter of KTGH

113年4月號

April 2024

【每月一句】

“ Success is the sum of small efforts, repeated day-in and day-out. ”

「成功是由很多每天不斷重複的小努力組成的。」

3 月份圖書借閱排行榜

沙鹿院區

單位	姓名	借閱本數
放射腫瘤科	楊登凱	7
兒科	周宇光	6
風濕免疫科	吳全成	5
醫學教育委員會	何翔凱	4
臨床藥學組	朱育瑩	4
一般攝影組	廖元亨	4
微生物組	孫愷懌	4
營養室	盧采寧	4

大甲院區

單位	姓名	借閱本數
兒科	黃中明	5
兒科	顏伯任	5
兒科	王迎安	5
腎臟內科	張崇敬	5
物理治療組	翁慈苑	5
物理治療組	周瑞瑜	5
物理治療組	董思謙	5
物理治療組	李翊逢	5

3 月份電子資源使用排行榜

沙鹿院區

單位	姓名	電子期刊	資料庫	電子書	總點閱
手術室護理	洪佳惠	46	20	24	90
新生兒中重度病房護理站	劉穎臻	14	22	14	50
手術室護理	徐婷婷	20	18	9	47
二病房護理站	詹雅蓉	28	10	4	42
手術室護理	陳沛瑜	14	13	12	39
家醫科	施議強	13	25	0	38

大甲院區

單位	姓名	電子期刊	資料庫	電子書	總點閱
急診護理站	李啟宏	21	18	19	58
物理治療組	翁慈苑	29	8	10	47
十二病房護理站	王毓伶	28	0	0	28
急診護理站	林晏岑	5	20	0	25
放射科	徐守民	17	2	0	19
七病房護理站	張緯婷	9	4	5	18

雜誌分享



關掉濾鏡夢想幻滅 日本 Z 世代的「蛙化現象」

文/戴雅真

「蛙化現象」這個詞乍聽可能不明其意，但其實來自於格林童話《青蛙王子》。和故事中青蛙變成王子相反，這裡的王子最終被脫掉所有濾鏡，變回一隻青蛙。

這個詞彙最初誕生於 2004 年的《日本心理學會大會第 68 回論文集》當中，一篇題為〈女子在戀愛過程中遭遇的蛙化現象〉的論文。這種「蛙化現象」症狀是，一旦愛慕對象也喜歡自己，感情變成雙向時，反而開始覺得對方「噁心」，甚至出現生理上的厭惡，排斥身體接觸……

全球中央 第 184 期 第 36 頁-第 37 頁



鋼鐵教授 40 年抗震路

文/康陳剛

全台灣民眾剛度過一次最心驚膽顫的清明假期。

四月三日早上，規模七·二大震襲來，全台灣都感受到明顯晃動，後續一週內發生超過八百次餘震。許多民眾夜不能眠，甚至有外國旅客寧可紮營露宿也不願入住飯店。

地震當下，花蓮天王星大樓應聲傾倒，地點離六年前因〇二〇六強震倒塌的統帥大飯店只有五百公尺。但位於天王星正對面、屋齡超過半世紀的花蓮麗翔酒店，卻在這次地震中屹立不搖。……

天下雜誌 第 796 期 第 96 頁-第 99 頁



讓消費者、雇主、保險業者受益更多

零售商與醫療系統可攜手改善醫療服務

文/羅伯·哈克曼、薇薇安·李、布萊德利·史泰茲

新冠疫情凸顯出部分國家醫療服務的缺陷：成本高漲、品質不穩、無法普及與平等。

要解決這些問題，醫療院所可以和零售商攜手合作，主動採取四大行動。新冠疫情及其接踵而來的後果，赤裸裸凸顯出美國與許多其他國家醫療服務的缺陷：成本急遽攀升、品質前後不一，以及民眾無法充分與平等取得初級與其他類型的醫療服務。然而，如果零售商和醫療系統建立強而有力的合作，它們就能在解決這些巨大挑戰中發揮關鍵作用。……

哈佛商業評論 第 212 期 第 76 頁-第 83 頁



古代中醫如何看見人體經絡？

文/輕舟

中醫的經絡學說，如同「百慕達」現象，被列為當今科學之謎。

經，指經脈，猶如直通的徑路，是經絡系統中的主幹；絡，指絡脈，猶如網路，是經脈的細小分支。經絡是經脈和絡脈的總稱。經絡乃人體氣血運行的通路，內屬於臟腑，外布於全身，將各部組織、器官聯結成為一個有機的整體。

經絡系統有三方面的功能：生理方面，有運行氣血、協調陰陽的功能；病理方面，有抗禦病邪、反映症候的功能；防治疾病方面，有傳導感應、……

看雜誌 第 254 期 第 86 頁

圖書分享

我的骨頭知曉一切

作者／史蒂芬妮·胡



多年來，我深受焦慮和憂鬱症所苦。這痛苦如同長著尖牙的怪獸，我與之搏鬥不下數百回。每次，當我以為自己已經擊敗它了，它卻重新發動攻擊、再次朝著我的喉嚨撲來。

史蒂芬妮曾以為自己過著完美的生活，不僅從事夢寐以求的廣播工作，年紀輕輕就成為節目的得獎製作人，更住在有門禁的好公寓，擁有理想情人與一隻調皮的貓。但當她工作成癮，在派對上自顧自地猛說自己的事，或者當她遭主管刁難，硬要同事陪她訴苦、接收她的負面情緒，她才在眾人面露難色的臉上發現，或許自己正是讓每個人、也讓自己精疲力盡的元兇。

痊癒總是要從診斷開始。在與諮商師晤談後，她得知自己其實早就患有複雜性創傷後壓力症候群（Complex PTSD，患者經歷長時間且持續多年的創傷而得），源自她在童年時期便不斷遭到父母的言語與肢體暴力。她總以為自己已經擺脫過去，但診斷結果卻說明：過去的一切，仍然在傷害她，讓她無來由地恐慌發作、啜泣，讓她宛如利劍傷人。……

沙鹿院區 中文新書區

什麼都找得到的夜晚，只是找不到我的心

作者／東畑開人



我們生活在一個非常容易陷入孤獨的社會中。但，生存之道不止一種，心靈不止一個，人生不止一種，連結不止一種，幸福不止一種。

你聽見自己內心的摩擦聲嗎？如果將人生切成兩半區分「去做事」與「去愛」。你懂得完成任務，去做事？還是懂得去愛？你會表達「親密感」？回到最原始的自己，你看到是正面還負面的自己？

我們生存在一個容易陷入孤獨的社會，也就是「只剩我一個人」「只有我一個人」的狀態。很多時候，我們孤單被放逐，在黑暗，沒有路標的汪洋大海中載浮載沉，為了緊抓生命標的，找不到自己的心……

「◆每個人的內心都有好幾面，為了釐清自己的心，作者提出「馬和騎師」。馬就是衝動的心，馬會無視現實，只求滿足自己的需求，相對地，騎師是擔任你的心的舵手，掌握現實，控制自己。……

大甲院區 中文新書區