

new

國民健康講座

愛飼母乳

時間 105.03.19(星期六) 14:30-16:30

地點 新營文化中心4樓-演講廳

講師 奇美醫療財團法人 楊淑蕙 護理師
柳營奇美醫院

『臺南市政府衛生局105年度戒菸衛教教師訓練』開始報名~

本次辦理3/5(六)、3/6(日)、3/12(六)、3/19(六)「初階」、「進階」訓練課程，本系列課程僅開放網路報名，詳情請洽：

臺南市政府衛生局網站<http://health.tainan.gov.tw/tnhealth/>
或電洽臺南市政府衛生局 國民健康科 陳先生(06-6357716分機237)。

~歡迎有興趣之醫事人員報名參加~

『行動醫院、全民健檢』開跑囉!

★ 檢查對象

- (1) 設籍在「臺南市」的民衆。
- (2) 年滿40~64歲，且3年未做成人健康檢查者。
- (3) 年滿65歲，且年度內未做成人健康檢查者。

★ 行動醫院
檢查項目

除一般成人健康檢查的抽血、驗尿外，尚有胸部X光檢查、B型肝炎、C型肝炎、甲型胎兒蛋白、口腔癌篩檢、大腸直腸癌篩檢、子宮頸抹片篩檢、乳房攝影檢查、極早期失智症篩檢、憂鬱檢測、骨質密度檢測等項目。

★若發現異常，衛生所會協助後續轉介並持續追蹤。請務必配合，效果最好。

免費癌症篩檢

- 大腸癌 50-75歲民衆，2年1次糞便潛血檢查。
- 子宮頸癌 30歲以上婦女，每3年至少做1次子宮頸癌篩檢。
- 乳癌 45-70歲或40-44歲二等親曾有乳癌家族史之婦女，每2年1次乳房攝影檢查。
- 口腔癌 30歲以上嚼檳(含戒檳)或吸菸者，每2年1次口腔黏膜檢查。

★ 諮詢服務 ★

臺南市政府衛生局
「癌症篩檢管理中心」提供大腸癌、口腔癌、乳癌、
子宮頸癌免費諮詢服務。

◎相關問題：可撥打0800-222-543

(每週一至週五，上午8:30-下午5:30，例假日休息)

◎服務地點：臺南市政府衛生局-東興辦公室一樓大廳入口左側(服務台對面)。

哺育母乳，用愛堅持

懷孕是一個令人期待又欣喜的漫長過程，在迎接新生命到來時，身為母親的您是否開始煩惱要預備什麼？如何哺餵寶寶了呢？親愛的媽媽們，不要再猶豫了，上天早就賦予您最珍貴的禮物—母乳。即便現代科技進步，仍無法製造出真正和母乳相同的各種免疫營養成分，所以母乳才是寶寶最理想的天然食品，

又經濟實惠，是產後的媽媽不要的機會，若能了並願意堅持哺餵得到更完整的營



它不需花費，不但方便最美好的哺育方式。輕易放棄哺餵母乳解母乳哺育的價值母乳，便能使寶寶養與照顧。

哺育母乳是寶寶最完美的配方，不僅可以增加寶寶的免疫力，促進大腦發展，減少腹瀉及過敏發生；同時也可使媽媽的子宮早日復原至正常大小，也可更快恢復到孕前體重，並減少乳癌及卵巢癌的機會。為了讓媽媽們能學習熟悉寶寶的一切，讓返家後的照顧更能得心應手，建議可選擇至母嬰親善醫療院所產檢與生產，由專業醫療人員提供您從產前、產中至產後的照護，及正確母乳哺餵知識與衛教，且藉由媽媽與寶寶產後即刻肌膚接觸，並在情況允許之下與寶寶親子同室，更能建立親子間良好的親密關係。

其實幾乎每個媽媽都能分泌足夠的奶水餵飽寶寶，因奶水產生原理很簡單，就是寶寶吸多少，媽媽就產生多少。若哺乳過程中有太多壓力、失去自信及充滿懷疑時，就會影響乳汁的分泌，所以要建立哺乳媽媽的信念，除了媽媽自己外，伴侶及家人的支持與鼓勵也十分重要喔！為健康下一代做最佳的選擇與把關，我們一起支持母乳哺育，讓每位媽媽將母乳哺育視為孕育新生命前一個準備的開始！

★成功哺餵母乳三大關鍵：肌膚接觸、親子同室、選擇母嬰親善醫院。

◎衛生福利部國民健康署 孕產婦關懷網站：<http://mammy.hpa.gov.tw>

◎衛生福利部國民健康署 孕產婦關懷諮詢專線 0800-870-870。

服務時間：週一至週五上午08:00-下午18:00(例假日及國定假日休息)。

哺育母乳用愛堅持，守護您的寶貝，讓您的寶寶能更健康的成長!

國人十大死因第一位為癌症

105年3月份『行動醫院、全民健檢』時程表

鄉鎮區別	日期	星期	地點	地址	掛號開始	掛號結束	看報告日
關廟	3	四	富強鑫員工餐廳	埤頭里保東路 269 號	07:00	09:30	3/10
東山	4	五	東原活動中心	東原里前大埔 8 號	06:30	09:00	3/11
永康	5	六	崑山國小	國光五街 72 號	07:00	09:30	3/12
白河	5	六	白河國小	三民路 448 號	06:30	09:30	3/12
龍崎	5	六	龍崎區區民活動中心	崎頂里新市子 41 號	06:30	09:30	3/12
楠西	5	六	楠西國中學生活動中心	中興路 107 號	07:00	09:30	3/12
南化	6	日	南化里天后宮	南化里 120 號	07:00	09:30	3/11
北門	6	日	蚵寮國小	鯤江里 2 鄰 791 號	06:30	09:00	3/13
柳營	6	日	柳營國小	柳營路一段 755 號	07:00	09:30	3/13
歸仁	6	日	南保南興里活動中心(清水宮)	文化街三段 208 號	07:00	09:00	3/12
六甲	11	五	水林里活動中心	民族街 269 號	07:00	09:30	3/19
新市	12	六	新市國小	中興街 1 號	07:00	09:30	3/19
西港	12	六	西港國小	進學街 60 號	07:00	09:30	3/20
安南	12	六	安順里活動中心	育安街 211 號	07:00	09:30	3/19
左鎮	12	六	左鎮國小	中正里 7 號	07:00	09:30	3/18
仁德	13	日	仁和國小	保仁路 68 號	07:00	09:30	3/19
山上	13	日	山上國小	南洲里 42 號	07:00	09:30	3/19
鹽水	13	日	奎頭港國小	南港里 202 號	07:00	09:30	3/20
中西	13	日	萬昌、公正活動中心	青年路 226 巷 20 號	08:00	10:00	3/20
永康	19	六	龍潭國小	龍潭街 214 號	07:00	09:30	3/26
新化	19	六	新化國中	中興路 722 號	07:00	09:45	3/26
官田	19	六	官田國中	三民路 29 號	07:00	09:30	3/27
新營	19	六	公誠國小	公誠街 5 號	07:00	09:30	3/26
麻豆	20	日	紀安國小	謝安里 231 號	07:00	10:00	3/27
大內	20	日	大內老人協進會	內江里 288-2 號	07:00	09:30	3/27
關廟	20	日	關廟里活動中心	關廟里文化街 85 號	07:00	09:30	3/27
北門	20	日	北門國小	北門里舊埕 3 號	06:30	09:00	3/27
安定	26	六	安定國小	安定 1 號	07:00	09:30	4/2
南化	26	六	北寮里活動中心(中山堂)	北寮里 3 號	07:00	09:30	4/1
西港	26	六	老人文康中心	營西里後營 1-2 號	07:00	09:30	4/2
六甲	26	六	六甲國中活動中心	民權街 43 號	07:00	09:30	4/2
玉井	27	日	竹園盤古殿	竹園里 40 號	07:00	09:30	4/1
新市	27	日	永就關懷中心	永就里永就 94-3 號	07:00	10:00	4/2
善化	27	日	多功能活動中心	進學路 150 號	07:00	10:00	4/1
新化	27	日	新化國中	中興路 722 號	07:00	09:45	4/2

105年3月份『乳房攝影』巡迴車篩檢場次

日期	星期	區別	日期	星期	區別	日期	星期	區別
1	二	新化區	2	三	南區	3	四	關廟區
5	六	東區/永康區	6	日	南化區/鹽水區	8	二	北區
9	三	安平區	10	四	東區/新營區	11	五	佳里區
12	六	左鎮區	13	日	中西區/鹽水區	15	二	北區
16	三	南區/後壁區	17	四	東區/新營區	18	五	學甲區/歸仁區
19	六	官田區	20	日	西港區/北門區	22	二	北區
23	三	歸仁區	24	四	東區/鹽水區	25	五	南區
26	六	安平區	27	日	新市區/柳營區	29	二	佳里區/下營區
30	三	楠西區/歸仁區	31	四	東區			

★親愛的婦女朋友們，為節省您寶貴時間，可洽各區衛生所預約乳房攝影檢查的時間。如果乳房攝影巡檢車所排定時間無法配合您，也可為您安排至各大醫院受檢。詳情請洽轄區衛生所！

臺南市各區衛生所服務電話

衛生所	電話	衛生所	電話	衛生所	電話	衛生所	電話	衛生所	電話
新營區	6355696	學甲區	7833359	大內區	5761044	山上區	5781013	關廟區	5952395
鹽水區	6521041	柳營區	6220464	西港區	7952338	玉井區	5742275	龍崎區	5941397
白河區	6852014	後壁區	6872624	七股區	7872277	楠西區	5751006	永康區	2337403
麻豆區	5722215	東山區	6802618	將軍區	7942007	南化區	5771139	東區	2674085
佳里區	7224106	下營區	6892149	北門區	7862043	左鎮區	5731114	南區	2618578
新化區	5905398	六甲區	6982013	新市區	5992504	仁德區	2704153	中西區	2252403
善化區	5837035	官田區	5791493	安定區	5922022	歸仁區	2304030	北區	2252404
安南區	2567406	安平區	2996210	林森辦公室 (06) 2679751 東興辦公室 (06) 6357716					
免費癌症諮詢專線 0800-222-543 (星期一至星期五 0800~1730)									

定期篩檢

健康有保