

紀，居然連這點保健知識都付之闕如，所以才如此受罪。

即便後來亡羊補牢，我每日都會用牙線清潔，但醫師告知牙周病既已成形，如沒經過特殊的治療，牙齒終究會保不住的，只是時間的早晚問題。但駝鳥心態的我，始終抱持著能拖就拖的想法，也沒積極去治療。

去年小年夜當天，我那顆染牙周病的白齒，突然疼痛難耐。偏偏正值過年期間，所有診所都歇業。那幾日，我痛到三餐難以下嚥，一直吃止痛藥撐著，但每每藥效過後，我又痛到眼淚直流。好不容易捱到診所過完年開業，我索性請醫生幫我把那顆病牙給徹底拔除了。如今這顆牙雖也保不住了，但總算不必再過的膽戰心驚了。

所以，我總會告誡學生：皮肉的傷痛，醫好了會痊癒，但牙齒壞了拔了，它終究是不會復原了。缺牙不美觀，植牙又浪費錢。所以，牙齒保健相當重要，早早預防勝於發病後的治療，既傷荷包又勞神。

處，取出十顆大芋頭，供我們將上剝下，且將附著在一旁的小芋頭，可一摘下，總共近百顆的小芋頭，可樂壞我們，未來幾週我們不愁沒有芋頭可吃，當下我還盤算著中午回去就煮個芋頭米粉湯，配合著蝦子、花枝，就可是一鍋餐廳的名菜，想著口水都要流下來了。

看著大家對菜園的喜愛，小堂大發慈悲說：「若是你們願意當業餘農夫，我將撥出這些果樹下的土地，讓大家買好各類青菜種子來種。」一妹妹首先開心喊出：「此言當真？」那我可要從台北移居嘉陵，當個快樂的退休好農夫。一原來妹妹、妹婿在台北為了種菜，還每月花三千元在台北郊區租田種菜。帶著滿藍的大、小芋頭，開心的回去做我們的芋頭米粉，相信大家一定會吃的非常開心，因為這可是我們親手摘的新鮮芋頭。

12/05~12/11天氣概況



連江縣	12/05 星期五	12/06 星期六	12/07 星期日	12/08 星期一	12/09 星期二	12/10 星期三	12/11 星期四
白天	 14 - 16°C	 14 - 18°C	 16 - 20°C	 16 - 18°C	 15 - 18°C	 15 - 20°C	 16 - 20°C
晚上	 14 - 15°C	 16 - 17°C	 16 - 17°C	 15 - 16°C	 15 - 16°C	 16 - 17°C	 16 - 18°C

連江縣立醫院門診時間表															一百一十四年十二月			
科別	星期一			星期二			星期三			星期四			星期五			星期六		
	上午	下午	急診	上午	下午	夜診	上午	下午	急診	上午	下午	夜診	上午	下午	急診	上午	急診	
家醫科	陳紹宇	曹玉舫		王格	陳紹宇		陳君鼎	謝春福		劉增應	張志華		陳君鼎	王格		排班醫師		
外科一診	陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	劉瑞文		陳行鑫	吳定軒		吳定軒	劉瑞文		吳定軒	吳定軒		排班醫師		
婦產科					王欣怡			王欣怡						王欣怡				
小兒科		劉雅之						劉雅之						劉雅之				
骨科	陳俊諱			陳俊諱	潘韋綱		陳俊諱	潘韋綱		潘韋綱			潘韋綱			潘韋綱		
復健科		陳志嘉			併起音波 (限約診)						陳志嘉							
疼痛科				劉瑞軒							劉瑞軒 (限約診)							
皮膚科	馬軍	馬軍			馬軍													
腸胃內科	(併家醫科)				(併家醫科)													
新陳代謝科				(併家醫科)									(併家醫科)					
泌尿科		(併外科)			(併外科)						(併外科)							
新冠疫苗							(併小兒科)											
牙科一診	牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師 (身心障礙門診)		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師		牙科醫師	牙科醫師 (身心障礙門診)		牙科醫師		
牙科二診	支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師	支援醫師		支援醫師		
戒煙門診	(併家醫)			(併糖尿病)	(併家醫)			(併家醫科)		(併糖尿病)	(併家醫)							
糖尿病				謝春福						陳紹宇	王格							
超音波	陳君鼎			陳紹宇	陳志嘉		支援醫師	王格		陳君鼎	劉增應		謝春福					
腸胃內視鏡	陳君鼎			劉雅之						陳君鼎			陳紹宇					
體檢門診					曹玉舫		陳志嘉											
國際旅遊醫學門診					併體檢門診		併體檢門診											
急診一線	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	支援醫師	值班醫師	支援醫師	值班醫師	
急診病房二線	陳志嘉	劉瑞軒	醫師	曹玉舫	陳俊諱	醫師	王格	陳行鑫	醫師	劉雅之	陳君鼎	醫師	劉瑞文	陳紹宇	醫師	值班醫師	醫師	
*家醫科門診接受一般內科醫藥諮詢及超音波預約。*婦產科門診可實施子宮頸抹片檢查，並接受乳房及光攝影預約。*小兒科門診可實施小兒預防注射及小兒預防保健。																		
網路掛號：連江縣立醫院首頁（網址為： http://www.matsuh.gov.tw/ ）。門診當日當診文掛號時間內不接受預約掛號(包括電話預約)，僅接受現場掛號。																		
各項超音波與胃腸鏡等檢查請親至門診預約。																		
牙科門診預約專線：二三九九五轉二一八(於上班時間內皆可預約)。																		
掛號時間：週一至週六上午八時至十一時三十分。週一至週五下午二時至五時三十分至五時。																		
門診時間：週一至週六上午八時四十分至十二時。 (掛號病患最遲於十一時四十分前來到診間) 。週一至週五下午二時至五時三十分。 (掛號病患最遲於五時十分前來到診間) 。																		
本院自——年一月起推廣高齡友善照環境，若您或您的家人符合八十五歲以上敬老對象，請於看診時先向診間護理人員報到，以便安排優先看診(需本人親自在場)。																		
本院宗旨：便捷貼心，優質醫療，關懷社區，促進健康。																		
申訴專線：二三九九五分機一三零零																		