

北醫大醫療體系乳癌防治活動邁入第 6 年，2017 年邀請社區居民一起來參與

臺北醫學大學醫療體系自 2012 年起攜手推動各種乳癌防治系列活動迄今，邁入第 6 年，從邀請



名人呼籲乳房防治、免費篩檢、各類講座、病友分享與服裝秀到趣味活動等包羅萬象，2017 年 10 月再推出著色與繪圖比賽、冰皮月餅 DIY、在家也能輕鬆做運動、捧花 DIY 與健康公益講座，宣誓推動乳癌防治的決心。



率先登場的「減糖做點心：營養師教你做冰皮月餅」活動，於 9 月 30 日假本校營養學院 6 樓膳食供應室舉行，由保健營養學系林俐岑營養師主講，邀請附近鄰里超過 50 位的民眾一同製作冰皮月餅。自製冰皮月餅可控制糖分，熱量僅是市售廣式月餅的 10 分之 1。參與活動的民眾表示：大家一起 DIY，月餅感覺更好吃了呢。

【圖：應景的自製冰皮月餅活動，大受附近居民的歡迎】

10 月 7 日假北醫大舉辦「粉紅十月、捧花 DIY」活動，本場次活動吸引超過 40 位民眾參加，老師示範如何用簡單的素材，創作出與眾不同作品。現場發放各式花草

讓民眾創作，享受一場愉快的花草盛宴。完成作品後，也讓學員們上臺暢談心得，並期待日後多舉辦此類活動。



10 月的每週五晚間 8 點，北醫大邀請雙和里熱愛運動的居民，共同齊聚本校體育館，由專業的體能教練，教導民眾簡單的運動，提倡在家也能輕鬆做運動觀念，藉由簡單、規律的運動，遠離疾病。【圖：北醫大邀請專業體能教練教導民眾在家裡做簡單的運動】



本系列活動的重頭戲，由臺北癌症中心杜世興副院長於 10 月 28 日假北醫大 16 樓國際會議廳，舉辦「愛乳惜乳、瞭乳指掌——乳房疾病面面觀及乳癌治療新趨勢」健康講座，本場次吸引超過 300 名病友、家屬與一般民眾參加，杜副院長以輕鬆幽默的口吻，介紹乳癌的成因、症狀與治療方式等，現場還開放 QA 問答，許多病

友將平常在診間來不及詢問醫師的問題，像是飲食、放療、化療注意事項等——提出，由北醫附醫眾多專家共同解惑，病友們無一不把握機會踴躍提問。【圖：左為民眾認同乳癌防治的簽署背板，杜世興副院長健康講座盛況】



當天的健康講座，除了杜副院長及專家醫師的演講外，還穿插了許多特別的活動。如著色、繪圖比賽，經過一個多月的徵稿後評選出爐，除邀請得獎的大、小朋友出席受獎，還在現場展示他們的畫作，每幅畫作色彩繽紛、人物活靈活現；而北醫附醫的乳癌病友所組成的「百合溫馨聯誼會」也帶來精采的表演，姐妹們苦練多時、自掏腰包治裝，帶來趣味的客家山歌舞蹈與青春活力的帶動跳，成功炒熱現場氣氛，杜副院長也在歡樂的氛圍中與民眾相約明年見。（文/公共事務處）

【左圖：杜世興副院長（右）頒發獎狀予著色比賽獲得特優的曾紫歆小朋友（左）】

【下圖：捧花 DIY 讓社區民眾享受一場愉快的花草盛宴，個個歡喜捧著作品合

影】

