103.02.19婦產部大合照



發行人：吳孟興
發行所：國立成功大學醫學院附設醫院婦產部
總編輯：吳孟興
編輯小組：黃寶秀　吳宛珊　劉宛靈　田惠文
協助撰文：張峰銘　張令瑋　蔡佩穎　許沛揚
王培中　吳孟興　蔡幸芬　黃寶秀
吳宛珊　劉宛靈　田惠文
電子信箱：tong.xin100@gmail.com
地址：70403 台南市北區勝利路138號
電話：06-2353535轉5222、5221、5117
傳真：06-2766185

同馨會會刊第十二期

同馨會 第12期 會刊



國立成功大學醫學院附設醫院婦產部同馨會
2014.06



國立成功大學醫學院附設醫院婦產部

103.02.19婦產部大合照

103.03.09成大醫院運動會



婦產部『勁急隊』



與醫院同仁一起合照

恭賀

沈孟儒醫師

榮升 成大醫學院

藥理學研究所及婦產學科

特聘教授

康琳醫師

成大醫學院

臨床醫學研究所

博士班畢業

Contents 目 錄

新境界

3 婦女更年期症狀治療－陰道萎縮 許沛揚醫師/吳孟興主任

6 評估胎兒大小的超音波檢查-教您看懂胎兒超音波報告 王培中醫師

論壇

12 參加第22屆國際婦產科超音波研討會心得 蔡佩穎醫師

16 德/歐點滴 張令瑋醫師

散文雜記

22 書道系列-心經 愛是 詩篇 張峰銘醫師

26 異鄉遊子魂牽夢縈的家鄉味—漫談府城小吃part 3 蔡幸芬醫師

活動相片

31 103.02.21院長與科部座談會 吳宛珊/田惠文

32 103.03.09成大醫院運動會 吳宛珊/田惠文

35 103.04.07頒發退休紀念獎牌-科部黃寶秀助理 吳宛珊/田惠文

36 103.04月兼任醫師回院授課 吳宛珊/田惠文

38 **總編語** 吳孟興主任

39 **讀者迴響** 田惠文

40 **102年度發表期刊論文**

恭賀



婦女更年期症狀治療－陰道萎縮

許沛揚醫師
吳孟興主任

新境界之一

在今年(2014)的1月，美國婦產科醫學會在Obstetrics and Gynecology期刊上發表了最新一版對於婦女更年期症狀的治療建議。此版本依循著2001年6月的前版治療建議，加入近年來的實證醫學研究結果，有許多新的藥物使用建議。在上一期的同馨會刊筆者整理了治療建議的第一大部份，主要針對更年期出現的Vasomotor symptoms的治療有所論述，本文將延續上期的內容，繼續針對更年期時陰道萎縮的症狀加以探討。目前對於更年期陰道萎縮的症狀，第一線治療還是以非荷爾蒙的製劑或藥物為主，旨在提供更年期婦女症狀上的緩解，荷爾蒙治療則是放在第二線。近年來還有一些新推出、經過研究證實有效的Selective Estrogen Receptor Modulator (SERM)藥物加入了治療陰道萎縮的行列，在本文中也會有所著墨，惟因目前我國所進藥物與北美所使用之藥物不盡相同，讀者在閱讀的同時也須注意文中所提之製劑是否於台灣可用。

在北美，女性大約的停經年齡為51歲。多數婦女在最後一次月經前的一年內就會開始出現一些生理上的改變，此一階段特稱為更年期轉變（Menopausal transition/perimenopause/the climacteric）。在此一時期，卵巢的功能開始下降，同時出現體內荷爾蒙的波動，女性荷爾蒙和黃體素下降，促濾泡成熟素（FSH）則上升，同時造成更年期症狀的產生。其中，熱潮紅（vasomotor or hot flushes）及陰道症狀最常於更年期轉變期出現。陰道萎縮是由於女性荷爾蒙消退作用在生殖泌尿道的生理反應。估計約有10到40%的更年期婦女會受此症狀所擾。由於會陰部及陰道的上皮萎縮，局部的皮膚及黏膜組織變薄，加之以陰道內的皺褶及彈性下降消失，也使得陰道變得較狹窄且較短，進而出現局部乾澀、搔癢、性行為不適及容易出血等症狀。此外，陰道內環境的改變也使乳酸菌量減少，陰道酸鹼值上升（漸偏鹼），泌尿道感染的機會也隨之增加。這些都對更年期婦女的生活品質造成很大的影響。上述這些變化，可藉由內診及陰道細胞抹片的檢查來加以診斷。

陰道萎縮第一線的治療為非荷爾蒙的選擇，旨在達到症狀上的緩解。非荷爾蒙的水性的或矽膠的（silicone-based）陰道潤滑劑（lubricants）及濕潤劑（moisturizers）對陰道萎縮的症狀可能有幫助，尤其當患者不想使用荷爾蒙類的藥物時可選擇此類的製劑。陰道潤滑劑主要可舒緩因摩擦或性行為時疼痛的問題，可於發生性行為前塗抹於陰道口。陰道濕潤劑主要希望達到局部的保濕，以期長時間解決陰道乾澀的問題。討論這些製劑治療效果的研究並不多，但確實有研究指出，陰道濕潤劑可減少陰道乾澀的症狀、增加陰道彈性及減少會陰部搔癢及性行為疼痛的症狀。目前市面上可用的濕潤劑包括幾大類：具有生物黏著性的聚合物（如Replens）、以玻尿酸成分為主體的製劑（如Hyelofemme）、及以益生菌的促生物質（如Luvena）。此外，目前並無足夠證據顯示使用中草藥或豆類製品對於治療陰道萎縮的症狀有幫助。

Table 2. Treatment Options for Menopausal Vaginal Symptoms ⇦

Treatment	Dosage	Evidence of Benefit*	FDA Approved
	Hormonal		
Estrogen			
Systemic			
• Standard Dose	Conjugated estrogen 0.625 mg/d	Yes	Yes
	Micronized estradiol-17β 1 mg/d	Yes	Yes
	Transdermal estradiol-17β 0.0375–0.05 mg/d	Yes	Yes
• Low Dose	Conjugated estrogen 0.3–0.45 mg/d	Yes	Yes
	Micronized estradiol-17β 0.5 mg/d	Yes	Yes
	Transdermal estradiol-17β 0.025 mg/d	Yes	Yes
• Ultra-Low Dose	Micronized estradiol-17β 0.25 mg/d	Mixed	No
	Transdermal estradiol-17β 0.014 mg/d	Mixed	No
Vaginal/Local	Estradiol-17β ring 7.5 micrograms/d	Yes	Yes
	Estradiol vaginal tablet 25 micrograms/d	Yes	Yes
	Estradiol ring 0.05 mg/d	Yes	
	Estradiol-17β cream 2 g/d	Yes	
	Conjugated estrogen cream 0.5–2 g/d	Yes	
	Nonhormonal		
Estrogen agonists–antagonists			
• Raloxifene and tamoxifen		No	No
• Ospemifene	60 mg/d	Yes	Yes
Vaginal lubricants		Yes	No
Vaginal moisturizers		Yes	No
Herbal remedies and soy products		No	No

Abbreviation: FDA, U.S. Food and Drug Administration.
*Compared with placebo.

荷爾蒙製劑用於治療陰道萎縮也是有效的。當更年期婦女僅有陰道萎縮症狀時，選擇局部的荷爾蒙治療優於系統性的荷爾蒙治療。先前提過用於治療熱潮紅的低劑量荷爾蒙療法也都適用於治療陰道萎縮。研究指出，口服的Conjugated Equine Estrogen 0.3mg/d和經皮吸收的Transdermal estradiol-17β 12.5 mcg/d對於陰道萎縮都是有效的。

局部的陰道荷爾蒙補充可以藉由多種途徑（如：乳霜、投藥環、塞劑），治療效果約略相同。研究顯示，更低劑量（Estradiol tablet 10 mg/d）的局部荷爾蒙治療對於陰道症狀也可達到緩解的效果。一般而言，使用局部荷爾蒙治療一開始可以每天投藥，並持續一到二週，達到起始治療的效果，之後便可藉由低劑量的方式來做持續性的治療。持續性治療的時間則沒有上限，端視症狀及婦女的需求而定。即使在使用低劑量的局部投藥的女性荷爾蒙（例：Estradiol 25 mg/d），還是會有部分被吸收進入人體的循環中。系統性的荷爾蒙吸收對於有子宮的婦女還是有所顧忌，因為荷爾蒙對於子宮內膜的刺激可能與子宮內膜癌有關。雖然如此，考科藍系統回顧分析統計了19個臨床試驗，總計4162位受試者發現，局部使用荷爾蒙並不會增加子宮內膜增生的風險。有鑑於此，美國婦產科醫學會對於有子宮的更年期婦女使用局部荷爾蒙，並未建議要加入黃體素以保護子宮內膜。此外，使用局部荷爾蒙治療之前並不需要做子宮內膜的檢查，

除非患者有停經後出血的病史。

另外值得注意的是局部荷爾蒙治療和乳癌風險的關係。由於局部荷爾蒙的吸收效率迥異，因此對於過去曾有對荷爾蒙有反應的乳癌患者，治療陰道萎縮的首選藥物還是非荷爾蒙製劑。若非荷爾蒙製劑效果不佳，仍可考慮短期使用荷爾蒙治療，但須使患者了解使用荷爾蒙可能產生之風險。

選擇性女性荷爾蒙受器拮抗劑也被用於治療陰道萎縮。此些製劑對不同器官組織的女性荷爾蒙受器可能有不同的作用，也因此結構不同的藥物可能出現的療效及副作用不盡相同。研究顯示，兩個美國FDA核准的選擇性女性荷爾蒙受器拮抗劑的藥物：raloxifene和tamoxifen，對於陰道萎縮的症狀並無療效。另外，上述兩個藥物對於熱潮紅也無顯著效果。目前研究顯示，另一較新的藥物Ospemifene對於治療陰道萎縮是有效的，並且不會對子宮內膜造成刺激。該研究收集了826位停經婦女，給予Ospemifene 30 mg/d和60 mg/d發現，每日使用60 mg的Ospemifene可有效改善陰道萎縮的症狀。Ospemifene的常見副作用包括：熱潮紅、陰道分泌物增加、肌肉痙攣及排汗增加。此一藥物目前已通過美國FDA的核可，建議適應症為中度至重度的停經後婦女性行為疼痛。

總結來說，更年期婦女的照護在陰道萎縮這一塊，仍有婦產科醫師可以加以著墨之處。適當的治療不但可以改善更年期婦女本身的會陰部的不適，更可以增進夫妻合諧，改善生活品質。期望讀者在了解了多樣化的治療方針後，在未來可對更年期婦女多做衛教，也提供適當的治療選擇，繼續造福廣大的婦女同胞。

主要參考文獻：

Practice bulletin no. 141: management of menopausal symptoms. Obstet Gynecol. 2014 Jan;123(1):202-16.



作者簡介

許沛揚 醫師
現任：成大附設醫院婦產科主治醫師
台灣更年期醫學會副秘書長
美國約翰霍普金斯大學公共衛生碩士



作者簡介

吳孟興 醫師
現任：成大附設醫院婦產部主任
成大附設醫院婦產科副教授
成大附設醫院婦產部醫院生殖內分泌科主任
國立成功大學醫學院臨床醫學研究所博士
美國休士頓貝勒醫學院博士後研究

寶貝大小正常嗎？

評估胎兒大小的超音波檢查（第二部）---教您看懂胎兒超音波報告

嘉義基督教醫院婦產部產科主任
王培中主任

當孕婦拿到胎兒超音波圖及報告時，大概只有一個感覺，那就是－－霧煞煞！因此，繼上一期的文章為大家分析了使用超音波評估胎兒發育大小時的原則和觀念，今天則是要跟大家報告臨床操作上的實務，各個向度不同的意義和重點，以及教導您正式的報告要怎麼看。

以頭圍、腹圍、腿長評估胎兒大小

當我們使用超音波評估胎兒大小時，除了早期懷孕所使用的頭臀徑（CRL，其操作重點已經在上次詳述過，是早期用來確立預產期不可或缺的工具，在此不再贅述）之外，最常使用的向度就是頭圍、腹圍、大腿骨長度。

A、頭圍－測量雙頂徑

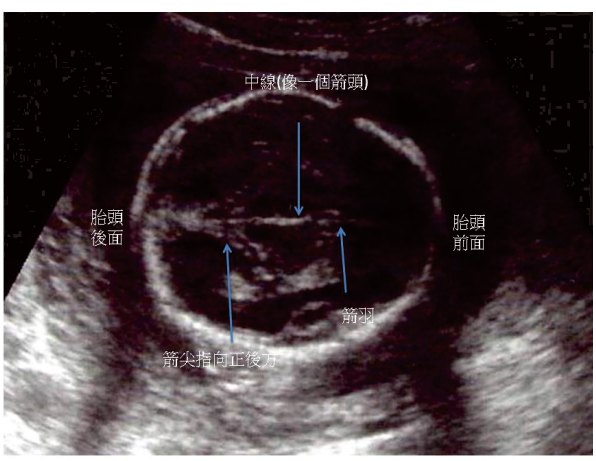
在超音波發展史上，胎兒的頭圍（HC；head circumference）大小是最早用來評估胎兒發育的向度，事實上，到現在還有不少診所在產檢時只測量頭圍！？由於胎兒的頭並不是圓形，反而比較像橢圓形（圖一），因此從最原始只有直線超音波（1D，相對於現在的2D、3D、4D）的時代起，前輩們便測量胎頭兩測的距離做為標準，並且延用至今，就是我們常用的雙頂徑（BPD；bi-parietal diameter）（圖二）。

使用雙頂徑（BPD）的優點：

＊簡單好操作：看到胎兒的頭，只要顱內的中線有看到，同時中線兩邊是對稱的，那麼量起來的值大致上是正確的。

當然，對於我們專門鑽研胎兒超音波的人來說，量取BPD的平面有嚴格的要求（圖一、二），隨便量量是不能忍受的；不過諷刺的是，只是延中線對稱隨意量得的值，和嚴格取平面認真量得的值，差距並不大，幾乎是在誤差範圍之內！因此即使是一位不是專長於胎兒超音波的醫師也能很容易上手，使用它來服務孕婦。

＊數據很方便：雖說有很複雜詳細的公式可以對照，但是沒有對照表可用時，BPD的正常值有個很好記的簡單規則，就是「1個月1公分」，以此類推，4個月正常是4公分，7個月就是7公分，誤差很小。

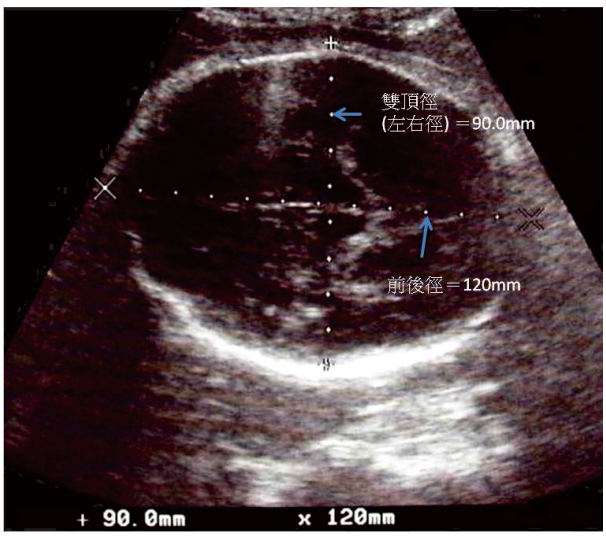


圖一：胎兒頭部的超音波標準圖，像是一個橢圓形。顱內的中線像是一根箭，箭尖指向胎頭的正後方。

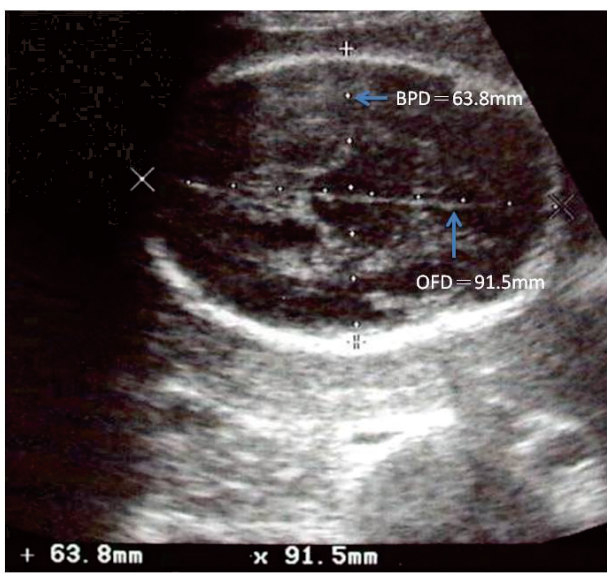
使用雙頂徑（BPD）的注意事項：

＊注意異常頭型：正常胎兒的頭型是－左右徑（就是BPD）和前後徑（OFD；occipito-frontal diameter）比例約4：5，稱之為頭徑指數（CI；cephalic index），一般的情況，CI是介於0.75～

0.85之間（圖二）。如果CI小於0.7或是大於0.9時，就是屬於異常頭型。例如看到特別狹長的頭型（圖三），稱為「舟狀頭」（dolichocephaly）（左右窄、前後長，像一艘船的外觀），大家可以想像，這種情況下，用BPD來顯示頭圍必然會有明顯低估的情形！



圖二：胎兒頭部的超音波，雙頂徑及前後徑都可測量。此頭型的CI=9/12=0.75。



圖三：異常的胎兒頭型（舟狀頭）。此頭型之CI=63.8/91.5=0.69；換算校正後的BPD=(63.8+91.5)×4/9=69.0mm，和原來量的63.8mm差了8%。

於是要量得真正的頭圍，除了使用軌跡球沿著頭型去描繪之外，就是要進行換算。換算的方法很簡單，就把CI調回0.8就對了，公式是：

換算後的BPD＝（量取的BPD＋量取的OFD）×4/9

為何要強調這一點？因為經常有孕婦本來在別的地方產檢，那裡的醫師跟她說胎兒的頭太小，於是跑來詢問筆者的意見並檢查，超音波卻發現原來是舟狀頭的情況，經過換算後的BPD是正常的。舟狀頭會出現的情況，通常都是胎頭被壓迫了，原因包括：胎位不正（最常見，這也是胎位不正寶寶的體重估計較不準確的原因之一）、羊水過少或是已經破水了、多胞胎、子宮有腫瘤或是子宮結構異常。當然還要小心地排除有無胎兒顱內結構的異常，以及成骨不全症（就是玻璃娃娃，胎頭一壓就凹下去）。

至於頭型變成接近圓形的情況比較少見，我們稱為扁頭（brachycephaly），通常都是操作上的錯誤。如果沒有顱內結構的異常，重新再調整超音波探頭的角度就可以找到正確的頭型，不必馬上做換算。

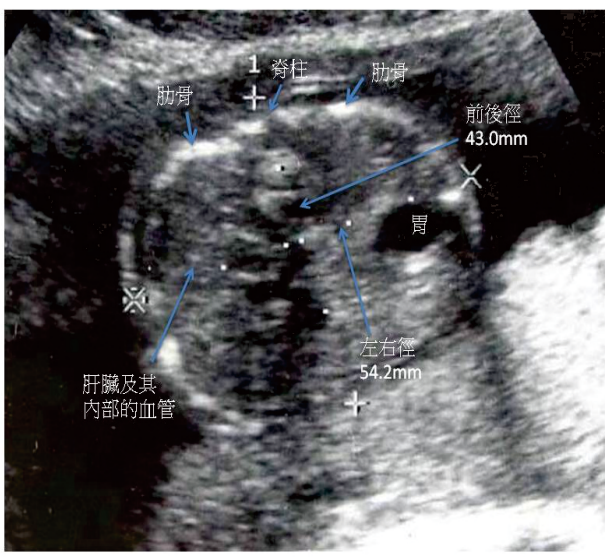
＊如果BPD太大：要細看顱內的結構，有沒有腦室擴大、水腦、中線偏移、腦內腫瘤等異常，另外要考慮預產期是否準確，以及夫妻雙方的體型及頭型。

＊如果BPD太小：首先要排除舟狀頭的影響，然後詳細檢視結構，特別是一些神經管缺損常見的超音波標記一定要排除（日後針對神經管缺損常見的超音波標記將有專文介紹）。接著要確認預產期，如果都沒錯，就要小心所謂小頭（microcephaly）的診斷，這項診斷頗有爭議，雖說可能對智力有影響，但是並沒有很明確的因果關係，只能說差距正常值越多（頭小得越多），則有問題的機率越高。

＊必須搭配測量胎兒腹圍：由於胎兒會把營養優先供應給身上最重要的器官，因此胎頭大小和懷孕週數的關聯性相當高（頭比身體重要）。但若用胎兒的頭圍去估計體重，其實意義並不大，一定要配合胎兒的腹圍去估計才有意義。

B、腹圍

在胎兒肝臟和胃所在的位置，垂直脊柱所得到的平面，就是我們量取胎兒腹圍（AC；abdominal circumference）的標準平面（圖四），正常的情況可以得到一個圓，或是很接近圓形的橢圓形。因此測量的時候，可以取前後徑（D1）和垂直它的左右徑（D2），平均後得到直徑再乘以3.14（π）即得（表一）；或是可以用一般超音波儀器都有的功能，得到最接近的橢圓形周徑（圖七右）。



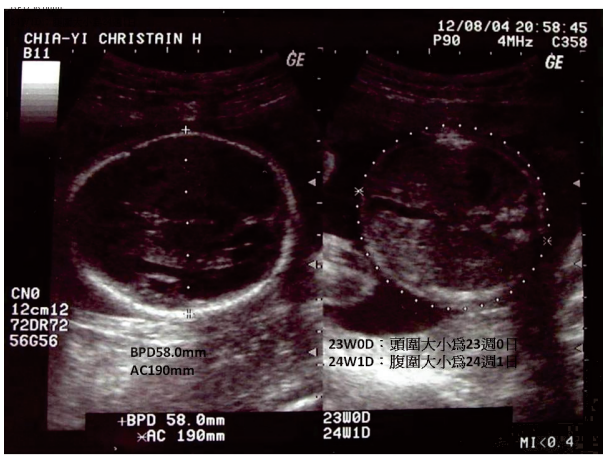
圖四：胎兒腹圍的超音波標準圖。在肝臟和胃所在的位置，垂直脊柱所得到的一個很接近圓形的橢圓形。計算可得腹圍=(43.0+54.2)/2×3.14=152.6mm。

3. AC. Calculated from D1+D2

D1+D2	.0	.1	.2	.3	.4	.5	.6	.7	.8
13	20.4	20.6	20.7	20.9	21.0	21.2	21.4	21.5	21.7
14	22.0	22.1	22.3	22.5	22.6	22.8	22.9	23.1	23.2
15	23.6	23.7	23.9	24.0	24.2	24.3	24.5	24.5	24.8
16	25.1	25.3	25.4	25.6	25.7	25.9	26.1	26.2	26.4
17	26.7	26.8	27.0	27.2	27.3	27.5	27.6	27.8	27.9
18	28.3	28.4	28.6	28.7	28.9	29.0	29.2	29.4	29.5
19	29.8	30.0	30.1	30.3	30.5	30.6	30.8	30.9	31.1
20	31.4	31.6	31.7	31.9	32.0	32.2	32.3	32.5	32.7

表一：腹圍計算公式的一個快速對照表（只呈現部份）。左縱欄為腹部前後徑（D1）和左右徑（D2）之和，上橫列則為小數點後一位數，單位為公分，交會的數值就是腹圍。本例為23.2cm。

本個案D1＋D2＝14.8，故AC約為23.2公分

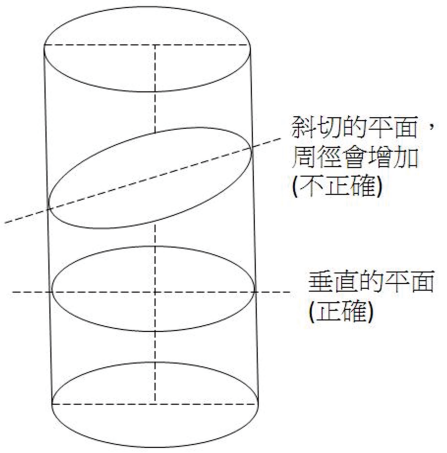


圖七：頭圍和腹圍的電腦自動計算圖。數據後的敘述即表示此數據代表的懷孕週數。

測量腹圍及應用的重點：

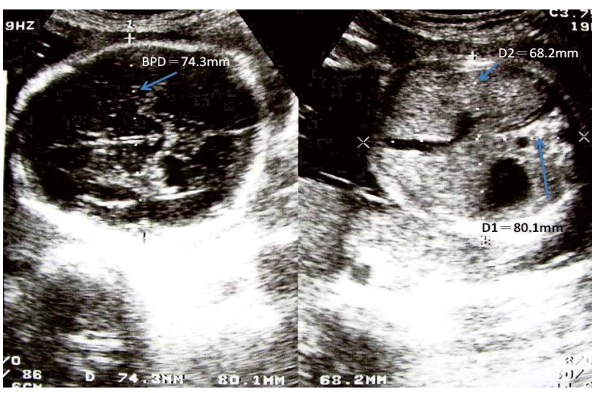
＊胎兒營養狀態的最佳指標：由於皮下脂肪的厚度、肌肉層的厚度、乃至於肝臟的大小（肝醣儲存的多寡），都會在腹圍的量測中呈現出來，因此腹圍最能夠代表胎兒的營養狀態，也是估計胎兒體重最重要的因素。

＊量斜了會得到不正確數值：如前所述，腹圍量起來應該是接近圓形的規則橢圓形。如果做出來的圖形很不規則或是太「不圓」，可能是平面取得斜了，這時候量到的腹圍就不準確，而且通常是高估。請參閱手繪圖

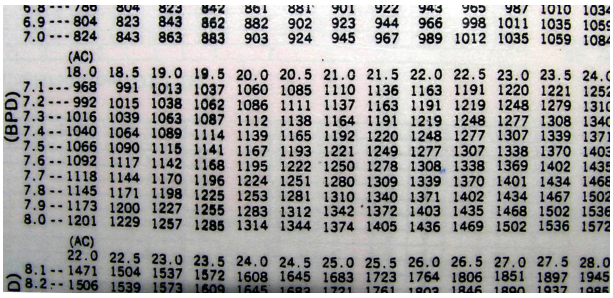


手繪圖

＊共同參照頭圍及腹圍來估計胎兒體重：量得的腹圍如果和懷孕週數有差距，當然預產期不準要列入考慮，不過腹圍大小和胎兒的營養狀態相關性太高，因此要調整懷孕週數還是用頭圍比較合適。於是一般我們要估計胎兒體重，多半是量取胎兒的頭圍和腹圍，共同參照得到估計的胎兒重量。自行計算的方式要使用圖五及表一、二。



圖五：測量胎兒雙頂徑和腹圍之前後徑（D1）及左右徑（D2）。使用表一用D1+D2得到AC，再使用表二由BPD和AC得到推估胎兒體重（EFW；estimated fetal weight）



(BPD)	(AC) 18.0	18.5	19.0	19.5	20.0	20.5	21.0	21.5	22.0	22.5	23.0	23.5
7.1	968	991	1013	1037	1060	1085	1110	1136	1163	1191	1220	1221
7.2	992	1015	1038	1062	1086	1111	1137	1163	1191	1219	1248	1279
7.3	1016	1039	1063	1087	1112	1138	1164	1191	1219	1248	1277	1308
7.4	1040	1064	1089	1114	1139	1165	1192	1220	1248	1277	1307	1339
7.5	1066	1090	1115	1141	1167	1193	1221	1249	1277	1307	1338	1370
7.6	1092	1117	1142	1168	1195	1222	1250	1278	1308	1338	1369	1402
7.7	1118	1144	1170	1196	1224	1251	1280	1309	1339	1370	1401	1434
7.8	1145	1171	1198	1225	1253	1281	1310	1340	1371	1402	1434	1467
7.9	1173	1200	1227	1255	1283	1312	1342	1372	1403	1435	1468	1502
8.0	1201	1229	1257	1285	1314	1344	1374	1405	1436	1469	1502	1536

(BPD)	(AC) 22.0	22.5	23.0	23.5	24.0	24.5	25.0	25.5	26.0	26.5	27.0	27.5
8.1	1471	1504	1537	1572	1608	1645	1683	1723	1764	1806	1851	1897
8.2	1506	1539	1573	1609	1645	1683	1721	1761	1803	1846	1890	1937

表二：胎兒體重計算公式的一個快速對照表（只呈現部份）。左縱欄是雙頂徑（BPD）（公分），上橫列是腹圍（AC）（公分），交會的數值就是體重（公克）。本例約為1330公克。

本個案BPD＝7.43cm，AC＝23.2cm，故胎兒體重約為1330公克（介於1307和1339之間）

＊如果腹圍過大：最常見就是母體攝取的營養太多，寶寶養得太肥了！如果同時有羊水過多或是母體的體重增加太多，就更要小心是否有糖尿病或是妊娠糖尿病的可能性，進一步的確診是必要的。當然，懷孕週數是否正確也很重要，可以參考頭圍和腿長。胎兒腹部內是否有腫瘤（常見於肝臟或腎臟）也要仔細檢查。

＊有時量到胎兒的腹圍過大，筆者會希望孕婦減少熱量或糖份的攝取，竟然會遇到家中的長輩不贊同，說：「寶寶重一點有什麼關係，生不出來的話，剖腹生產就好了，孕婦怎麼可以少吃？」其實這種想法非常的危險！以前有句俗話說「頭過身就過」（台語），學理上大部份的情況也是如此。寶寶的腹圍要到足月後才會超過頭圍，但是這種營養過量的孕婦和寶寶不只是這樣，頭並不會太大，但是腹部會非常大！大家應該可以理解，大吃大喝哪裡有可能會變聰明（頭圍），只有可能會變胖（腹圍）而已！於是有可能會發生「頭過身不過」的情形，就是接生醫師最怕遇到的夢魘

－「肩難產」，寶寶會受到傷害，甚至死亡。

＊如果腹圍過小：還是要參考羊水情況，仔細排除妊娠高血壓的可能性；同時評估胎盤功能，以免除了體重不足之外，嚴重到發生胎兒缺氧的情況。另外也要詳細檢查看腹腔有沒有缺損，腸道跑到胸膛（橫膈膜疝氣）或是腹壁外了（腹裂或臍疝氣），孕婦本身的營養狀態也要考慮。

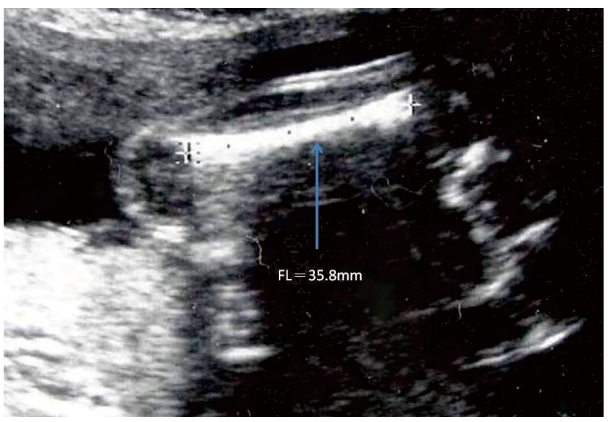
C、大腿骨長度

大腿骨是人體中最長的一根骨頭（圖六、圖八左），量取大腿骨長度（FL；femur length；簡稱腿長）對於評估胎兒發育也有很大的幫助：

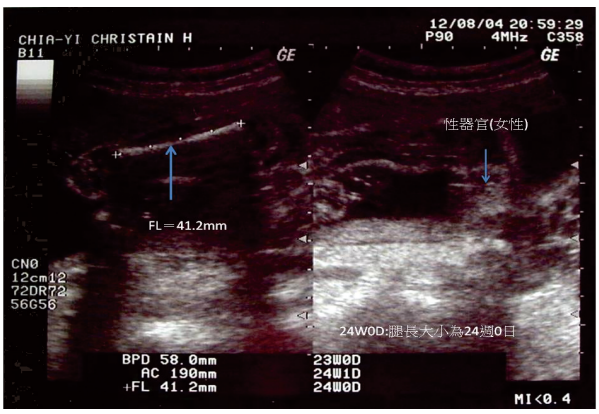
＊以腿長估計懷孕週數相當準：人體四肢有6種共12根長骨（左右對稱），都可以測量並有統計的正常值。大腿骨因為最長、最好量，因此最常被拿出來研究，而且它的數據非常好記，每個月要長大約7公釐。由於除了父母雙方的體型遺傳之外，沒有任何一種狀況會讓它變長，而且除了相對稀少的骨骼發育疾病之外，也不大會變短，和懷孕週數的相關性甚至比頭圍還準！因此在胎兒發育的極端情況下，只有腿骨長可以告訴我們相對正確的懷孕週數，並且配合頭圍、腹圍來估計體重。

＊如果大腿骨過長：幾乎只有一種可能，就是預產期錯了，一定要調整。當然，如果寶寶的雙親是極高大的身材那就另當別論（如姚明(226cm)和葉莉(190cm)的夫妻組合）那就另當別論。筆者就曾經聽過因為不瞭解這個特點而發生的憾事：有位孕婦的寶寶腿長已經有6.5公分，其實應該接近足月（37週）了，但同時寶寶又發育不良，頭圍大約34週，腹圍大約31週，體重還估不到2000克，這種情況很可能是胎盤功能嚴重不足，寶寶要趕緊離開母體才會有機會存活。可惜主治醫師不瞭解這一點，孕婦自己又不記得預產期，只看到報表上寫大約33週，就要病人加強營養、持續追蹤，結果過2週後就胎死腹中了！

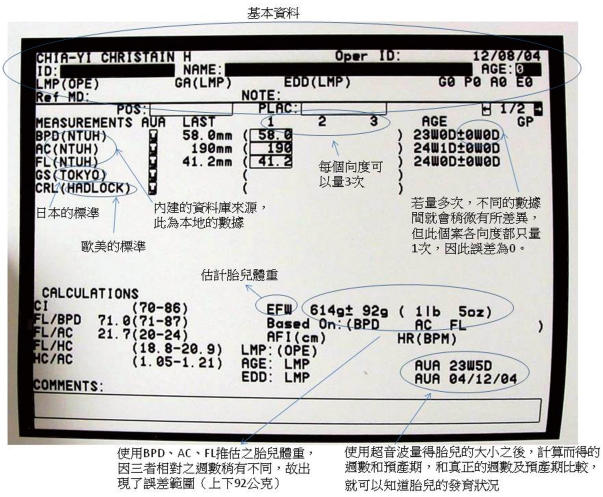
＊如果大腿骨過短：一定要詳細檢查是否有骨骼方面先天異常的可能性，這類的個案很有意思，將再專文和大家分享。筆者另外有很有趣的經歷：有一次一個寶寶到了24週以後，腿長落後越來越多，正在擔心是否漏失了什麼嚴重的先天異常，研究了老半天，孕婦（體型正常）才很不好意思的表示，原來她的先生是侏儒症！這種侏儒症就是大家會在馬戲團看到的那一型，除了手腳短之外，其他幾乎一切正常，而且是屬於顯性遺傳，所以這對夫妻的子女有一半機率會像爸爸，一半會像媽媽。此外，糖尿病的孕婦如果沒有好好控制，會出現一個特殊的現象：頭圍大致正常、腹圍大很多而腿長反而短一點，這點也可以做為參考。



圖六：大腿骨長度（FL）。此個案為35.8mm。



圖八：腿骨長的電腦自動計算圖。右圖為外生殖器，此為女性。



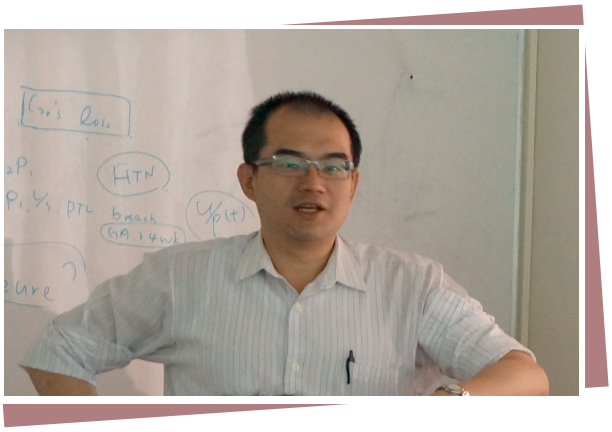
表三：嘉義基督教醫院使用之初級超音波電腦報表（感謝奇異公司技術支援以及臺大醫院之本土數據提供）。

如何看懂超音波報告？

瞭解到每個向度的量取方式及臨床意義之後，超音波的報告就很容易看懂了，以下藉由電腦製作報告的流程教各位怎麼看超音波報告（圖七、八及表三）。要提醒大家的是，寶寶的重量是量取這兩、三個向度去估計的，等於量完一個女子的三圍就想要去推估她的體重，因此大家可以理解，誤差幾乎是無法避免的，特別是「身高」這個向度可能是一個重要的變數，卻完全沒有辦法測量（baby的身長在子宮裡面當然不可能量的準確），因此這個數值只能提供參考，不可盡信。同時還有一個現象存在，就是評估過輕的寶寶生出來後，往往實際重量會比估計值還要更輕，過重的也常常比想像中還重。

結語

本人要強調，超音波檢查永遠只是產檢的一環，雖然很重要，但也不能忽視了其他部份。在談完超音波使用在胎兒大小的評估之後，更進一步要為大家報告胎兒異常的評估，也就是所謂的「高層次超音波」，敬請期待。



作者簡介

王培中
學歷
台大醫學院醫學系畢
現任
嘉義基督教醫院婦產部產科主任
成大醫院兼任婦產科主治醫師
中華民國婦產科醫學會、周產期醫學會、醫用超音波醫學會會員
高層次超音波、母胎醫學專長

參加第22屆國際婦產科超音波研討會心得

蔡佩穎醫師

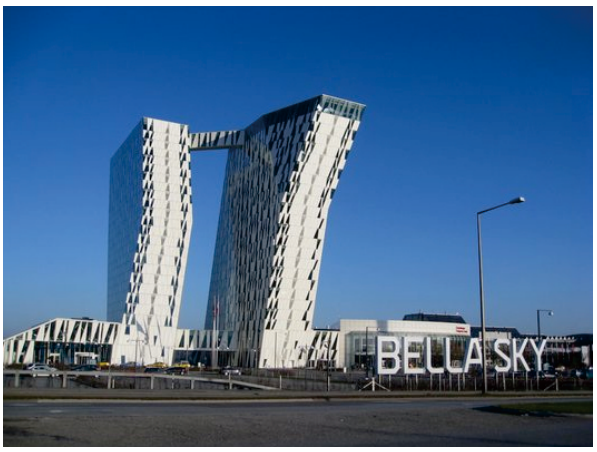
第22屆國際婦產科超音波學會(ISUOG)研討會會議地點在知名的設計之都「哥本哈根」舉行，吸引了許多世界各地婦產科學者、專家參與，

也藉由此次機會發表研究海報成果，並與各地專家交流。

哥本哈根是丹麥的首都、最大城市及最大港口。它是丹麥政治、經濟、文化的中心，同時也是北歐最大的城市。雖然地理緯度較高，但是受墨西哥灣暖流影響氣候溫和。在2008 年，哥本哈根被評選為「最適合居住的城市」及「最佳設計城市」。本屆會場選在位於哥本哈根郊區的Bella Center（圖一），它算是北歐最大的會議展覽中心。近年來在哥本哈根出現了現代建築的熱潮，例如：本次會議舉辦場所旁，大會建議住宿的飯店Bella sky hotel就是獨特且嶄新的現代建築（圖二）。



圖一、Bella Center



圖二、Bella Sky Hotel

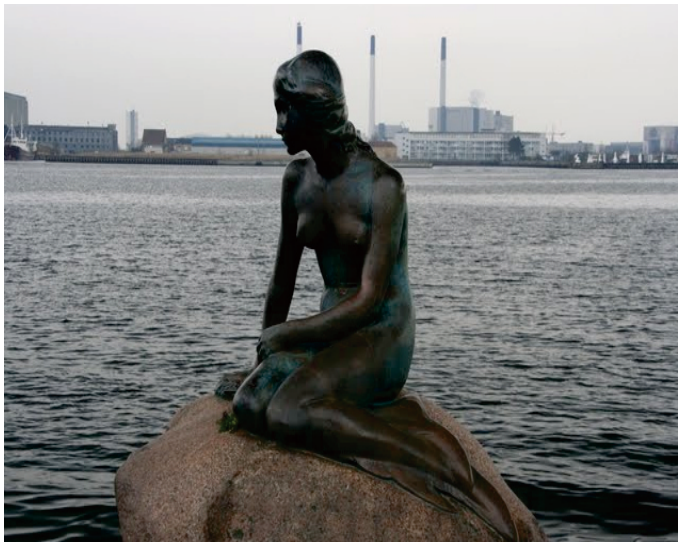
此次議程包含了許多目前世界上最先進熱門的婦科與產科研究主題，在醫療實務工作上中重要問題的探討，還有超音波檢查的實際操作展示。幾乎各個演講廳中都座無虛席，除了聆聽大師們精彩的演講外，演講完後的討論時間裡，各方熱烈討論更是激起不同的真知灼見，與會者實務心得令我收穫頗豐。不過礙於時間空間的限制無法參與所有的演講，只能挑選與自身研究相關及有興趣的議題參加。但大會除了給予紙本的資料外，另外提供免費的智慧型手機應用程式，可讓與會者自行下載所有議程、海報等資訊並輕鬆地掌控會場資訊。

利用此次開會的空檔，我也藉機遊覽了這個美麗的國度，當地的大眾運輸尚稱發達，自行前往開會點倒也不是件難事，還能隨機增廣見聞，加上行前也有充分的準備，丹麥人亦十分友善熱心助人，漫步在城市裡十分舒適、自在；丹麥著名的童話大師－安徒生一生中有一大半的時間都是居住在哥本哈根，來到這個城市體驗到了當地居民的生活，整個環境十分的美好且完善，也許是這樣的原因才能讓安徒生創作出這麼多令人喜愛的美麗童話故事。

在這個城市裡，可以看到古老的宮殿，也可以看到充滿現代科技感的建築大廈，還可以去海邊看看著名的美人魚雕像（圖三）、著名的王室宮殿－阿馬林堡宮Amalienborg（圖四）以及色彩繽紛的房屋、滿街餐廳酒吧的新港Nyhavn（圖五）。



圖五、新港Nyhavn



圖三、著名的小美人魚雕像

另外，也藉此機會拜訪了幾個鄰近的著名景點。包括丹麥北邊小鎮Humlebæk參觀路易斯安那當代美術館（Louisana Museum of Art）。前往路易斯安那當代美術館時，沿途路上沒有太多指標，十分低調，但它仍然是國際間非常著名的美術館之一，它的魅力除了它的館藏外，更大部分是它的整體環境及建築本身，建築本身就是個藝術品，大片的窗引入了自然的光影十分迷人。這個現代美術館或許不是很大，但它真的很有魅力非常吸引人，值得推薦給大家。



圖四、阿馬林堡宮Amalienborg



圖六、博物館內一隅



圖七、博物館內一隅

於Helsingborg參觀莎士比亞著名的「哈姆雷特」場景－克隆堡Kronborg。位於哥本哈根北方的克隆堡，外觀十分壯麗，在外面觀賞完城堡風景後，城堡裡面的擺設也十分用心。



圖八、克隆堡外觀



圖九、克隆堡內部一隅

來到丹麥一定要造訪安徒生出生地－歐登塞Odense，從哥本哈根出發搭乘丹麥國鐵約一個半小時就可以到達；一抵達歐登塞，著名的安徒生博物館就在不遠處，徒步即可抵達，博物館附近就有很多類似太陽臉的路標，那是博物館的標誌，非常好認。



圖十、安徒生博物館外觀

博物館面積不大，約一個小時就可以逛完，裡面除了有展示安徒生的照片、雕像及房間外也有一個圖書區，裡面蒐集了世界各地安徒生童話故事書，另外也展示了一些手稿繪畫等，十分值得一遊。歐登塞市區也有好幾個安徒生的雕像！



圖十一、街邊的安徒生雕像

另外還造訪了畢朗德Billund，它是著名的樂高樂園所在地（圖十二～圖十四），也是一個大人、小孩都可以玩得很開心盡興的的地方，樂園裡面充滿歡樂，大部分的設施都是親子同樂的，也令我見識到丹麥人對於親子關係的注重。在這一個禮拜的旅遊中，雖然見識到了北歐的高物價，但另一方面北歐人生活水準極高，很多小地方都看得出他們的創意及設計感；在這裡不奢華、不盲從流行，追尋簡單的生活模式，整體而言，真的是十分值得來造訪的地方。



圖十二、樂高樂園外觀



圖十三、用樂高積木組成的丹麥新港



圖十四 樂高積木組成的自由女神像



作者簡介

蔡佩穎　醫師

現任成大醫院助理教授兼醫師

德/歐點滴

張令瑋醫師

以下為轉載自發表於張令瑋醫師部落格文章

系列之一

那段不一樣的日子

台灣擁有相當豐富的夜生活。台灣買東西真的很方便。台灣的平均物價其實並不是很高的。台灣的吃食文化真的不得了，而且超方便、多樣化。台灣人真的很有人情味。台灣真的情理法，情字擺第一、法字放內裡。。。這些，有的是沒真的在國外住過，也不會注意到的；有的，就算「知道」、「聽說過」，沒真的在國外工作、融入當地生活過，也無法「真切體會」到的。

帶德國朋友來台灣玩，除了喜愛墾丁與花東之外，有點令人意外的，是所有人都愛上了7-11！

要吃的有吃的，要喝的有喝的，而且對這些不習慣吃海鮮的內陸人來說，不只是「有」吃的，還保證找得到合他們胃口的食物。對愛喝啤酒，又不巧是老菸槍的這幾位德國朋友，7-11更是讓他們毫無「斷糧」危機。而且，香菸賣得比德國便宜太多了！最神奇的是，它不但是二十四小時available，在台灣，它還是「無處不在」哪！

呵！7-11到底付牛多少廣告費哪，居然第二次用這麼多文字誇讚它！

在德國工作的那個研究所，有不少中國人。喜歡談政治的要不就是搭不上嘎，要不就是好巧地都很快離開去了美國，所以在那認識了一群中國人好朋友。其中有個蘇杭那一帶來的姑娘，講話之酥軟呢喃，真不是牛這男人婆受得了、學得來的！這小妮子趕上中國一胎化時代，加上家裡經濟想必不差，比牛趕時尚、懂名牌。那時一知道她在廈門的位子有了著落，直跟我們幾個台灣來的討論小三通，希望趕快全面開放，好讓她可以隔幾個禮拜就到台北瞎拼一番。又・・扯遠了。。。

牛其實是因為在德國時總是一起行動、目前還留在國外繼續打拼的張氏夫婦前些天回國，特地到台南拜訪牛夫婦，加上牛夫婦除夕去了IKEA一趟，超有感覺的，所以想寫篇文章，一整理思緒，那些德國過的日子，點點滴滴全湧了上來，虧牛的打字速度不慢，打了幾段上來，卻也趕不及全寫出來呀。。。



這是「瑞典肉丸子餐」。

牛不知道是不是IKEA一引進台灣就開始賣這種餐，但是牛夫婦跟張氏夫婦在德國時，可是會因為想吃這種餐而大老遠跑一趟IKEA的！

這麼說似乎很誇張!?

這麼說吧。

德國的商店平日八點關門，星期日「只開櫥窗」。牛夫婦沒買車，出入靠的是11號車、鐵馬、公車、地鐵與火車、飛

機。所以要不是走不

遠，就是受限在時刻表固定。幸好張氏夫婦有台二手BMW。四人感情又不錯，要出遊也有伴。

只不過我們這幾個在德國做研究工作，一方面窮酸，另一方面，我們真的很拼命，不輕易休假，不是大節日的周末，也總是在實驗室過的。

所以夜生活，幾乎青一色是和實驗室朋友或張氏夫婦到餐廳吃飯聊天到深夜解散（尤其南德的夏天，出名的Biergarten…）（還有，這樣朋友的情誼真的會很濃密！！）。很偶爾地去打了幾次撞球，而電影，最晚的場次根本沒有台灣所謂的午夜場。（而且還得特地去找有播放英語版本的戲院看）假期嘛・・，除了幾個長周末假期會計畫遠行外，我們有時會把「去慕尼黑近郊的景點、商店逛逛」列入考慮。

（快要說到IKEA了。。。）

知道嗎？慕尼黑沒有肯德基耶（聽說牛離開的一年多後，慕尼黑終於開了一家分店），要吃肯德基，得開車到大約90公里之外的奧古斯堡吃。我們時不時就會把『啊不然開車去吃肯德基好了』當作一種【類旅行計畫】！有那麼一點相同道理地，IKEA也是我們的【類旅行計畫】目標之一。偶爾想要添購家具時，在德國，現成家具之貴，是我們連進店裡去逛逛看看的勇氣都沒有的，還是DIY的IKEA實在，加

上第一次吃到這種瑞典肉丸子餐，我們都覺得還蠻特別、也還算不錯吃的。所以，當我們兩對夫婦中有誰有了一點點添購新家具的想望時，就會藉機多逛幾次。逛逛看看，吃吃肉丸子餐也好。

這就是牛要說的。夠無聊對不對！？

所以牛才會下這樣的標題：那段不一樣的日子。

不只不一樣，是「很」不一樣！

當在IKEA店裡逛，從外觀建築樣式、顏色、裡面格局動向、擺設商品風格，因為IKEA全球一致的理念，使得台灣分店和德國分店是幾乎一致的，於是，de ja vu，那段雷同的記憶便像穿越時空般地印痕到現實的場景中了。回到台灣，牛選擇遠離成為一個研究人員，專心當個醫師。扮演跟在德國時很不一樣的角色，更熟悉、更主動、更強勢…；在熟悉的土地上，擁有自己的一片天。有時候不免要這樣想：這會不會也是一種由儉入奢易、由奢入儉難？。。。那樣單純樸素到不行的日子。。。

系列之二
某個週末下午



Walchensee

在慕尼黑南方，不算太遠的地方。並不是甚麼世界出名的大湖，卻是德國人週休二日，休閒的好去處。

因為之前文章無意間引用了這裡照的一張相片，讓這頭牛又勾起好好介紹這裡的念頭。。。



首先要稍微介紹一下沿途所見！

由慕尼黑向南行，很快就進入阿爾卑斯山區。阿爾卑斯山區的春夏秋冬，景色各有其非常迷人、讓人流連忘返的特色之處。像這張照片，就是很典型的春天景色：蓊鬱森林、大片的花田草地，以及遠處，山巔仍稍有覆雪的阿爾卑斯群山。

歐洲人普遍喜歡拿騎腳踏車當休閒與運動。荷蘭的腳踏車密度最高，德國也不遜色！就像照片中的老阿公阿嬤，都可以這般從遙遠的車站，一路騎鐵馬到湖邊！不得不承認，良好的運動習慣，讓德國男男女女的體力普遍都很好！





這一天，天氣晴朗，令人神清氣爽！

到了湖邊，放眼望去，遼闊的視野、養眼的顏色；溫暖的溫度、舒服的濕度、健康的氣息。。。天上的雲朵，也閒散地迷了路啦！



就是這樣如畫的風景！

還有漁人輕鬆地搖船停在湖中垂釣。



彼岸有幢別墅，有自己的小船塢，與這岸的小碼頭相呼應。幾葉扁舟，懶懶地灘在架上，不想出航。



鏡頭一拉近，看到了別墅的某個角度。。。

晴朗的週末，這裡的湖面一定繁忙！怎麼說？用看的較快：



水上運動之一：水上拖曳傘



開快艇



駕風帆



看這畫面：多擁擠的水面呀！！



玩累了，裝備一卸，直接躺在草皮上，做起日光浴！看看書、聊聊天。。。有休閒、有運動、有知性、又有情感交流。。。

在德國活了兩年，印象深刻的culture shock之一，就是他們真的很重視週休二日。他們的觀念就是：週間一定要認真工作，但假也是一定要放的，因為生活不能沒有休閒。或者這麼講吧：事業要打拼，日子也是要好好過的。。。對他們而言，真的很難想像台灣人、韓國人這種拼命三郎、沒日沒夜燃燒健康與生命的工作哲學。。。

與張氏夫婦出遊的慣例，就是要不計成本地吃吃喝喝 。說是這樣更能融入當地的生活型態。。。（我們可以在薩爾斯堡的百年老咖啡店二樓陽台吃一早上的早餐，桌上的食物，大概換了三輪有。。。）



上面這種熱狗配麵包，應該是我們大家都比較熟悉的。畫面左邊是德國啤酒。

下面這種「冷盤」，應該就比較不常在台灣看到吧。。。嚴格來說，應該說很少看到這樣裝盤成為一道點心的方式吧。



吃完鹹的點心，當然要來點茶點囉。。。





吃喝完下午茶，我們就沿著湖岸閒逛。租了腳踏船遊湖個把小時。別看風和日麗、風平浪靜，船家千叮嚀萬交代別把船踏到湖中央去，風浪大、危險！事實上，我們才稍稍離岸邊遠一些，船就顛簸了起來！

也吃了特濃冰淇淋（在歐洲吃到的冰淇淋，總是很濃郁香甜！！）

更到附近纜車搭乘處繞繞，但最後沒搭上山，因為搭這纜車上山，最主要還是為了方便滑雪。。。這時節，雪已融，自然少了樂趣！

然後，我們就在這湖邊的板凳上坐了下來，以一種很慵懶的姿勢與心情。。。爽快了，就帶著 recharged mind 踏上回程。已經淡忘，但牛相信，我們一定是稍微繞了些路，又到Andechs吃豬腳當晚餐囉。。。

系列之三
石炕烤的Pizza

從Bamberg回到Martinsried。星期日，超市不營業，家中也幾無儲糧，所以牛夫妻決定外食。好吃又近的Sportiva當然雀屏中選。天氣感覺有點熱。雖絕對比不過台灣，尤其是這頭牛長住的台南，但因為慕尼黑這裡很少有店家與人家會裝冷氣空調，所以這氣溫之下，坐在室內用餐，會是件愚蠢的選擇。況且，這裡的餐廳庭園總是這麼賞心悅目、空氣清爽，當然是要坐戶外的位置用餐囉。

已經晚上八點多了。天色有點微微的、微微的暗。Waiter幫忙點上蠟燭。先上了飲料（比起台灣的飲品，價位當然高。不過說實在的，不能拿慕尼黑物價跟台南物價相比咩）。也端出了經典酌料：義大利辣醬（很辣）和蒜頭醬。





坐定位後，這頭牛就「偷跑」到店裡面拍石炕。果然天氣熱！本想說總得禮貌性問一問可不可以照相的，結果「長驅直入」，這麼一路走進去，完全沒人吶！這就是那個石炕，是透過玻璃照的，所以畫面。。。請見怪不要怪。

照例，我們夫妻倆一個點pizza，一個點義大利麵吃。等待pizza的空檔，wiater（應該是義大利人）和我們小聊了一下。問我們哪裡來的，一聽說是台灣來的，好興奮哪，他！因為他說有個朋友之前到過台灣，就愛上了，馬上去延長簽證，「滯留」台灣好幾個月，因為實在覺得台灣太棒、太有趣了。所以我們遇到的這個waiter說，一旦他可以放長假，他就要到台灣玩。Welcome！

下面就是這頭牛喜歡吃的、奶油超濃的義大利麵。（簡單配料、但好吃）



這則是「傳說中」的pizza。配料很簡單，皮很薄，脆脆的，有嚼勁。咬下去，配料與批薩皮之間那一層會滾出鮮美的、以番茄為底的湯汁！Cheeze層厚薄恰到好處。啊~~寫到這裡，肚子餓了，口水直流。。。





作者簡介

張令瑋醫師
現任：
安安婦幼診所副院長

經歷：
國立成功大學附設醫院婦產部主治醫師

書道系列
心經　愛是　詩篇

張峰銘 醫師

心經

成功大學婦產部主任秘書黃寶秀女士歷經二十六年辛苦的服務與犧牲，終於在今年2 01 4甲午年五月一日榮退。其間成大婦產部更換了將近十名部主任，次專科主任走馬換將變換更多，主治醫師來來去去，目不暇給，住院醫師變幻更加多采多姿，多如天上繁星。平心而論，可以說成大婦產部全科安定與維繫的主力，非寶秀莫屬。

我雖早一步退休，仍然十分感念寶秀的苦勞。因此不揣淺陋為寶秀姐抄寫心經，祝福她退休後，生活有力、行路有光、事事如意、心想事成。

心經在中國歷史上，可考的至少有11漢譯版本，其中以唐三藏法師玄奘所譯260字最為人尊崇，廣為口授相傳，千年不衰。

先說唐三藏法師玄奘的故事。玄奘（602－664年），姓陳，名褘，出生於洛州緱氏縣（今河南省偃師市）。為東漢名臣陳寔（104—187年）之後，曾祖陳欽曾任東魏上黨（今山西長治）太守，祖父陳康為北齊國子博士，父親陳惠在隋初曾任江陵縣令，大業末年辭官隱居。二哥陳素，早年於洛陽淨土寺出家，號長捷法師。

玄奘於隋朝仁壽二年（602AD）出生，少時家貧，跟長捷法師住淨土寺，學習佛經五年。在這期間他學習了小乘和大乘佛教。他十一歲（613年）就熟讀《妙法蓮華經》、《維摩詰經》。十三歲時（615年）洛陽度僧，破格入選。玄奘出家以後看見諸位沙彌放逸，大談戲論，於是告訴諸位沙彌說：「出家人是為了求證無為法。豈能再像無知小兒一直嬉戲，徒然浪費光陰。」其間聽講《涅槃》，執卷閱讀愛不釋手，廢寢忘食，隨從嚴法師學《攝論》，乃至將《攝大乘論》一次讀完，再覽就沒有遺漏，眾皆驚異，乃至令玄奘升座複述，玄奘分析詳盡，盡得嚴法師宗旨，眾皆拜服。

618年隋朝滅亡。玄奘提議二哥陳素長捷法師一同前往唐朝首都長安參學，後得知當時名僧多在蜀地，因而又建議同往成都。究通諸部，聲譽大著。唐高祖武德五年（622年），玄奘成都大慈寺受具足戒。貞觀元年（627年），玄奘重遊長安學習佛學。先後從道岳、法常、僧辯、玄會諸師鑽研各家學說，譽滿京師。

貞觀3年(629年)，玄奘毅然由長安私發，冒險前往天竺。經過高昌國時，得高昌王禮重供養，復欲強留玄奘，玄奘「水漿不涉於口三日，至第四日，王覺法師氣息漸惙，深生愧懼，乃稽首禮謝」，遂與玄奘結義，相盟自天竺返國時更住高昌三載受其供養，講經說法。離開高昌後，玄奘繼續沿著西域諸國越過帕米爾高原，堅韌不拔，克服險阻，終於到達天竺。

在天竺的十多年間，玄奘跟隨許多著名高僧，他停留過的寺院包括當時如日中天的著名佛教中心那爛陀寺，他向該寺的住持，印度佛學權威戒賢法師學習《瑜伽師地論》與其餘經論。貞觀十三年，他曾在那爛陀寺講授《攝大乘論》和《唯識抉擇論》。後來又在曲女城辯論法會上，不戰而勝，名震天竺。

貞觀十七年（643年），玄奘啟程回國，並將657部佛經帶回中土。貞觀十九年（645年），回到長安，受到唐太宗厚

禮相待。玄奘初見太宗時即表示希望前往嵩山少林寺譯經，但沒有得到批准，被指定住長安。652年（永徽三年），玄奘在長安城內慈恩寺的西院築五層塔，即今天的大雁塔，用以收藏自天竺攜來的經像。大雁塔成為玄奘西行求法歸國譯經的建築物。在唐太宗李世民大力支持下，玄奘在長安設立譯經院，花了十幾年時間將上千卷經文譯成漢文。

玄奘依翻譯佛典開創了中國法相唯識宗，其學說深深地影響了其他宗派。玄奘一生譯經七十五部，一三三五卷，為中土之最。另外，由玄奘大師口述，弟子辯機撰的《大唐西域記》，堪稱中國歷史上相當經典的遊記。眾所周知玄奘一生譯經中，以僅二百六十字的《心經》最為著名。

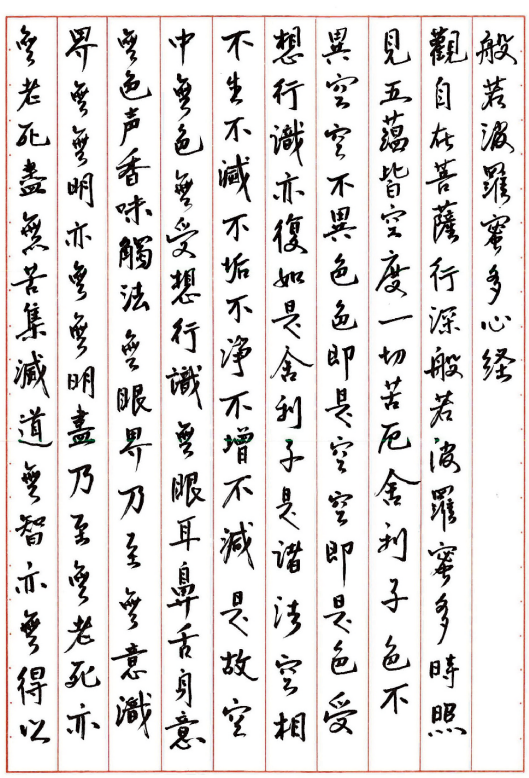
《般若波羅蜜多心經》是闡述大乘佛教的空和般若思想的經典，又稱《佛說摩訶般若波羅蜜多心經》、《摩訶般若波羅密多心經》，簡稱《般若心經》、《心經》。心經是大品般若及小品般若的實相教理，是《金剛般若波羅蜜經》加以提綱挈領粹煉濃縮後成為二百六十字極為精簡的精髓，精華中的精華，是般若經系列中極為重要的經典。

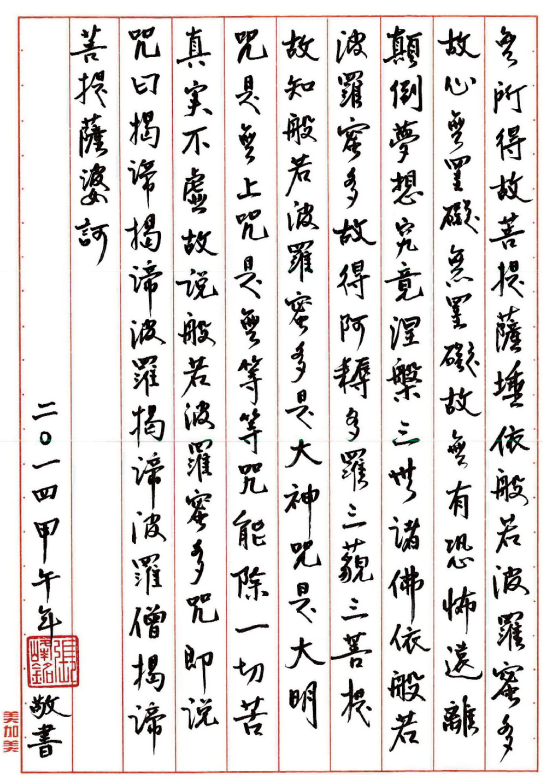
心經的緣起，是在印度靈鷲山中部，為諸菩薩聲聞弟子所圍繞，當時觀自在菩薩正在觀修般若波羅密多、專注思惟觀修而照見五蘊皆自性空。心經主要內涵是舍利子與觀自在菩薩有關諸法空相的問答。至於內容為何，請參考各大名家開釋，小弟不敢胡亂解經，以免誤人誤己。

般若波羅蜜多心經

唐 玄奘 譯

觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。舍利子，色不異空，空不異色；色即是空，空即是色。受、想、行、識，亦復如是。舍利子，是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減，是故空中無色，無受、想、行、識；無眼、耳、鼻、舌、身、意；無色、聲、香、味、觸、法；無眼界，乃至無意識界；無無明，亦無無明盡；乃至無


般若波羅蜜多心經
觀自在菩薩行深般若波羅蜜多時照
見五蘊皆空度一切苦厄舍利子色不
異空空不異色色即是空空即是色受
想行識亦復如是舍利子是諸法空相
不生不滅不垢不淨不增不減是故空
中無色無受想行識無眼耳鼻舌身意
無色聲香味觸法無眼界乃至無意識
界無無明亦無無明盡乃至無老死亦
無老死盡無苦集滅道無智亦無得以


多所得故菩提薩埵依般若波羅蜜多
故心無罣礙無罣礙故無有恐怖遠離
顛倒夢想究竟涅槃三世諸佛依般若
波羅蜜多故得阿耨多羅三藐三菩提
故知般若波羅蜜多是大神咒是大明
咒是無上咒是無等等咒能除一切苦
真實不虛故說般若波羅蜜多咒即說
咒曰揭諦揭諦波羅揭諦波羅僧揭諦
菩提薩婆訶
二〇一四甲午年 敬書

老死，亦無老死盡。無苦、集、滅、道，無智亦無得，以無所得故。菩提薩埵，依般若波羅蜜多故，心無罣礙，無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。故知般若波羅蜜多，是大神咒，是大明咒，是無上咒，是無等等咒，能除一切苦，真實不虛。故說般若波羅蜜多咒，即說咒曰：「揭諦、揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶。」

王菲唱心經，幽雅空曠，餘音繞梁，三日不絕。同馨會友可在Youtube上找出來聆聽，自有一番体悟。

愛是

愛是什麼？我也沒有答案。不同人對其所接受的愛有著不同的感受程度。愛本質上是一個抽象概念，可以體驗但卻難以用言語或文字來表達。愛受到賀爾蒙影響尤其是oxytocin, pheromones, neurotransmitters, dopamine, norepinephrine, serotonin, nerve growth factors等影響，但是主體意念仍然勝過生物分子的影響。

有人知道我抄寫心經，也來拜碼頭，希望我抄寫愛的真諦。小弟從善如流，立即答應。新約聖經哥林多前書十三章：



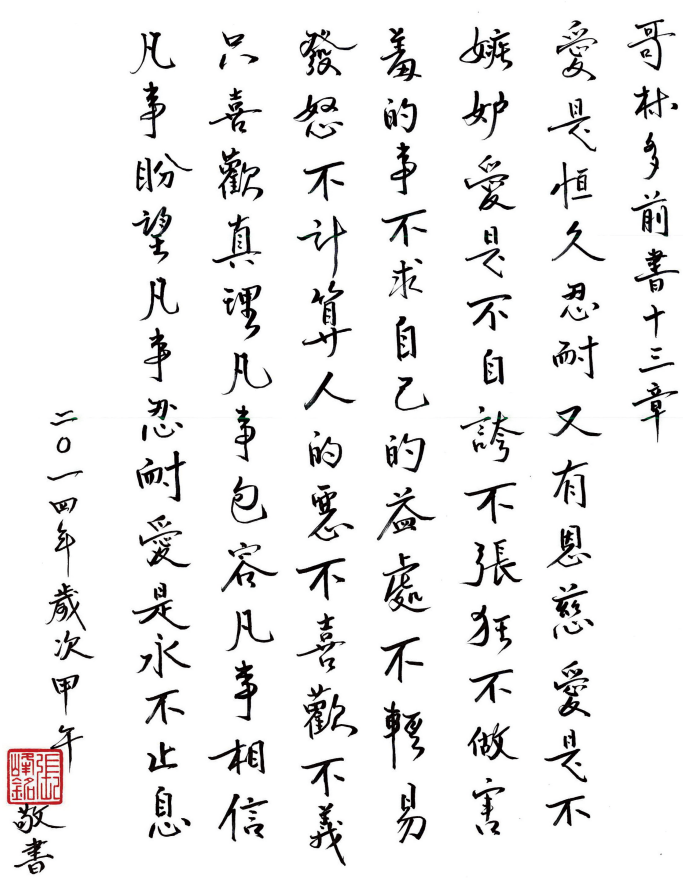
13:4 愛是恆久忍耐、又有恩慈．愛是不嫉妒．愛是不自誇．不張狂．
Love is never tired of waiting; love is kind; love has no envy; love has no high opinion of itself, love has no pride;

13:5 不作害羞的事．不求自己的益處．不輕易發怒．不計算人的惡．
Love's ways are ever fair, it takes no thought for itself; it is not quickly made angry, it takes no account of evil;

13:6 不喜歡不義．只喜歡真理．
It takes no pleasure in wrongdoing, but has joy in what is true;

13:7 凡事包容．凡事相信．凡事盼望．凡事忍耐。
Love has the power of undergoing all things, having faith in all things, hoping all things.

13:8 愛是永不止息．
Love has no end.



詩篇

開業受雇行醫年餘，平安順利。也順便提筆抄寫舊約聖經詩篇第23篇〔大衛的詩〕，以誌心中感恩讚美至忱。

詩篇第23篇

23:1 〔大衛的詩。〕耶和華是我的牧者．我必不至缺乏。
<A Psalm. Of David.> The Lord takes care of me as his sheep; I will not be without any good thing.

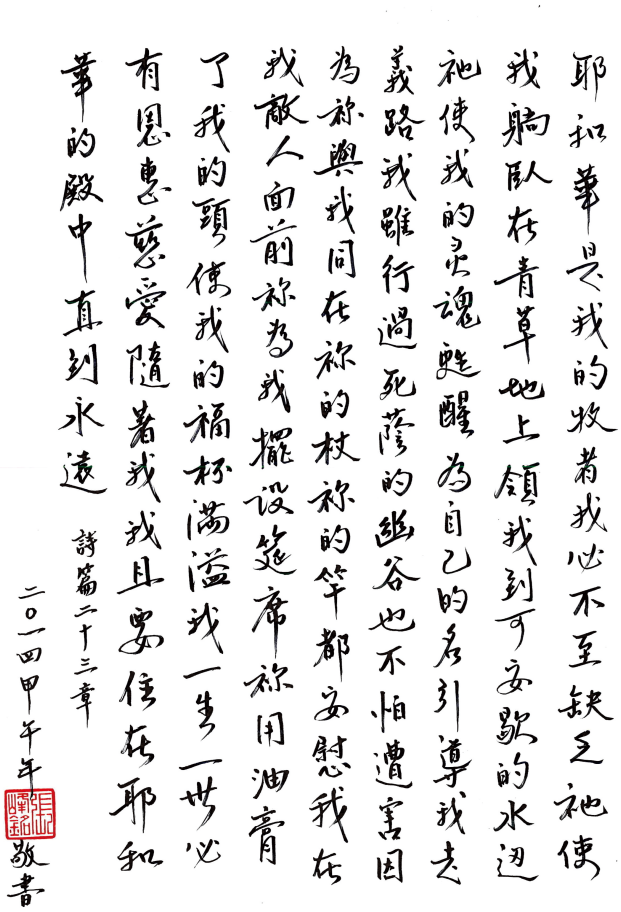
23:2 他使我躺臥在青草地上、領我在可安歇的水邊。
He makes a resting-place for me in the green fields: he is my guide by the quiet waters.

23:3 他使我的靈魂甦醒、為自己的名引導我走義路。
He gives new life to my soul: he is my guide in the ways of righteousness because of his name.

23:4 我雖然行過死蔭的幽谷、也不怕遭害．因為你與我同在．你的杖、你的竿、都安慰我。
Yes, though I go through the valley of deep shade, I will have no fear of evil; for you are with me, your rod and your support are my comfort.

23:5 在我敵人面前、你為我擺設筵席．你用油膏了我的頭、使我的福杯滿溢。
You make ready a table for me in front of my haters: you put oil on my head; my cup is overflowing.

23:6 我一生一世必有恩惠慈愛隨著我．我且要住在耶和華的殿中、直到永遠。
Truly, blessing and mercy will be with me all the days of my life; and I will have a place in the house of the Lord all my days.





作者簡介

張峰銘醫師
台大醫學系畢業
美國耶魯大學博士
1988至2013年於成大婦產部服務
現為張教授胎兒醫學中心負責人

異鄉遊子魂牽夢縈的家鄉味
—漫談府城小吃part 3

蔡幸芬醫師

府城小吃美食文第三發！保安路、國華街、永樂市場吃透透，吃夠夠，吃飽飽卻還是“嘴飽目啾腰”心存殘念嗎？在此為大家介紹美食店家密集度不亞於保安路，網路人氣不遜於國華街，且流口水指數恐超越永樂市場的金華路眾家美食名店，保證能讓各位饕客的胃袋“滿載而歸”！



提到金華路就一定得介紹蘇家鍋燒麵！這家和知名網路美食部落客一倫敦男孩有深厚淵源的名店其實並沒有招牌，菜色也不多，就檯面塑膠板上列出的這些，騎樓上簡單擺放的塑膠桌椅即是用餐區，但慕名而來的客人卻是絡繹不絕！可惜因店主年邁身體狀況不佳，常不定期歇業，想吃只能碰運氣囉！



蘇家鍋燒麵的作法較偏南部口味卻又稍有不同，鮮甜高湯不加沙茶，炸物的部份用鮮蝦取代炸蝦，鮮味不減，清淡卻讓人唇齒留香的好味道！



不起眼卻讓人驚艷的美食—滷豬腸！二十元一碟的銅板價，帶來舌尖上的幸福卻是無價！豬腸應是一般小吃攤上最難處理的食材之一了，而個人在品嚐時的經驗也常不外乎豬腸處理得不夠乾淨留有腥味，或入口如嚼橡皮，口感不佳等壞印象，但蘇家的滷豬腸卻完全無這些缺點！更甚者，除軟嫩的口感外，看來滷得不特別入色的豬腸嚐起來卻非常入味，完全顛覆個人以往對滷豬腸的既定印象啊！若各位同好者有緣能吃到蘇家鍋燒麵，千萬別和這道美食失之交臂啊！

因著對滷豬腸的好印象，身為“滷肉飯控”的莊先生又加碼點了滷肉飯和燙青菜，味道果然也沒讓人失望！和滷腸的清淡外表相反，以瘦肉為主的滷肉燥滷得相當入色，原以為入口會是下飯的重口味，嚐來卻鹹淡適中香氣四溢，看來平凡無奇的燙青菜加上此等肉燥，當然即刻變身為美味不可方物的美饌啊！再次提醒各位同好若有機會吃到蘇家鍋燒麵，切記將此美

味納入胃袋收藏！





招牌米糕的靈魂—糯米軟而不爛，搭配魚鬆、小黃瓜片，再淋上一匙甜鹹適中，肥瘦相間的滷肉燥，最傳統的吃法卻能激盪出最完美的味道，搭配一顆油亮入味的滷蛋，美味度更上層樓。









辱斗在台南也是老字號的名店了，地點就在營業時間很不固定的蘇家鍋燒麵隔壁，每每經過，店內總是座無虛席！



研究辱斗的菜單，乍看似乎是專賣米糕的店家，但仔細一看琳瑯滿目，除了米糕外，上自香菇肉飯、鍋燒麵，下至滷味、水餃、雞肉飯甚至蚵仔煎無所不賣。看到這兒，各位同好可能會開始懷疑這樣的店家東西真的好吃嗎？個人對“複合式”餐飲及菜單的既定印象原本也都是不抱期望，但辱斗顯然是當中少數的例外。

水餃、滷味、雞肉飯及蚵仔煎雖不是屘斗的特長，但也都表現不俗。在屘斗，每位客人桌上菜色的排列組合總不盡相同，各人都有心中之所愛，也只有屘斗豐富多樣的菜單能一次滿足眾人的嚮往。



屘斗還有道個人相當喜愛的餐點—鍋燒麵，在鼎鼎大名的蘇家隔壁竟還敢賣鍋燒麵？當然沒有三兩三怎敢上梁山，屘斗的鍋燒麵是偏北部口味，但用沙茶粉取代沙茶醬，添了香氣少了油膩，配料的分量也都是“加倍奉還”，俗又大碗無怪乎會成為店內的人氣商品。









台南有名的肉粽、菜粽店家不少，各自都有死忠擁護的粉絲，亦有不少遠道而來“追粽”的饕客，但眾家名店中，海龍恐怕是個人回籠率最高的店家了。海龍的菜粽並不特出，包裹豐富配料的肉粽倒很值得一試，個人吃肉粽其實並不愛沾醬，炒過的配料加上蒸得軟爛馨香的糯米原本就相當有味道，但海龍加的不是醬料而是香氣濃厚不過鹹的滷汁，這就大大擄獲我的胃！更甚者，海龍的營業時間相當親民—24小時全日無休！如此一來即能減少各位同好“遺珠之憾”的殘念啦！

還是沒有招牌生意卻好到嚇死人的一家店—位於美食雲集的激戰區卻能如此，由此可知實力之雄厚！菜單也顯露名家氣度—就是簡單！





幾乎每桌客人都要點上一盤的滷味，看來清清淡淡並無特別之處，秘密就在店家的特製辣醬—無論是搭配滷味或加入麵湯，皆能讓眼前平凡無奇的食材變身為驚人的美味，唯不耐辣者切記小心食用以免引火自焚，而嗜辣者也應謹慎食用以免撐破肚皮（胃口大開吃太多），切記！切記！





不免俗地在最後一定要來個甜點飲料做結尾！從無名麵店走幾步路即可看到這家乾淨明亮搭配人文風裝潢的店家，除了門面相當吸引人，年輕的老闆也很有想法，秉著職人的堅持，店內只販售兩種飲品，其中桂花烏梅汁酸甜不膩，入喉有回甘餘韻，相當適合在大吃大喝酒足飯飽後來上一杯，有緣經過千萬別錯過喲！









行文至此個人已覺心癢難搔（腹肚腰），追尋美食永遠都要及時啊！在下立馬先行囉！

蔡幸芬

2014.05.09 in台南醫院新化分院





作者簡介

蔡幸芬醫師

現任：

台南醫院新化分院婦產科醫師

103.02.21院長與科部座談會

圖/吳宛珊 文/田惠文



～院長與大家一同開會～



～聚精會神聆聽中～

103.03.09成大醫院運動會

圖/吳宛珊　文/田惠文



運動會要開始囉！



婦產部『勁急隊』加油！加油！

103.03.09成大醫院運動會



比賽開始了～刺激！好玩！有趣！



嗯！似乎跳得很高喔！

103.03.09成大醫院運動會





加油～加油～努力跑跑跑～～



運動大會～開心的一天～

103.04.07頒發退休紀念獎牌-科部黃寶秀助理

圖/吳宛珊 文/田惠文



～頒發『敬業樂群』之紀念獎牌～



～退休前的肺腑之言～

103.04月兼任醫師回院授課

圖/吳宛珊 文/田惠文



～劉明道醫師上課中～



大家都非常專注認真喔！

103.04月兼任醫師回院授課



開始上課囉！--張峰銘醫師



～李逸文醫師與學生們合影～

總編語
同馨會刊第十二期

吳孟興 主任

時間很快地，又將發行第12期同馨會會刊了！「新境界」裡，許沛揚醫師接續上一期婦女更年期症狀治療主題，於本期將針對陰道萎縮症狀加以探討，內容談論到適當的治療不但可以改善更年期婦女本身會陰部的不適，更可以增進夫妻合諧，改善其生活品質。王培中醫師也續上期為大家分析使用超音波評估胎兒發育大小的原則與觀念，而這次則是跟大家闡述臨床操作上的實務，各個向度不同的意義與重點，以及正式的報告該怎麼看，但胎兒的體重畢竟是量取兩、三個向度去估計的，誤差幾乎還是無法避免，但盡可能讓誤差值於合理範圍，以免與準父母心中的期待有太大的落差。

「論壇」中，蔡佩穎醫師藉由參加第22屆國際婦產科超音波學會(ISUOG)研討會會議，遊覽丹麥的首都—哥本哈根，文中除詳盡介紹古老的宮殿，和充滿現代科技感的建築大廈之外，與親子相關的童話故事作者—安徒生以及著名的樂高樂園，也做了精彩的敘述，相信往後如有機會走訪，必是個全家親子同樂的好地方！此外，張令瑋醫師也不藏私地將先前部落格的文章，繼續讓同馨會刊轉載發表，內文紀錄張醫師於德國生活的點點滴滴，有美麗景點及美味佳餚的介紹，盡是個人珍貴的心情體驗。在「散文雜記」，張峰銘醫師的書道系列-心經 愛是 詩篇，也特別敘述到科部黃寶秀助理於今年五月一日退休，並感謝其歷經二十六年辛苦的服務，讓婦產科部的相關業務順利上軌，其辛勞實在是功不可沒。蔡幸芬醫師則續談台南府城美食，均是琳瑯滿目的道地小吃，看了這些美味又可口的照片後，讓人不禁也飢腸轆轆起來！

這次精彩活動照片，包含於3月9日舉辦成大醫院運動會，但礙於與台灣婦產科醫學會「103年度年會暨擴大學術研討會」撞期，以至於許多同仁們無法一同參與，但依然還是組成一批實力堅強之『勁急隊』，在這好玩又刺激的運動大會裡爭取佳績。此外，科部黃寶秀助理在今年五月辦理退休，為了感謝其長久以來對婦產科部的貢獻，於是特地製作『敬業樂群』之紀念獎牌惠存，也希望往後的退休生涯是豐富且充實的。

最後，仍然是由衷感謝大家對同馨會專刊的愛護，不管是撰筆的作者或是默默支持的同仁們，都是同馨會持續前進及進步的動力，也希望每一期會刊的發行，都可以發揮其最大功效，讓大家有所收穫！



作者簡介

現任：成大附設醫院婦產部主任
成大附設醫院婦產科副教授
成大附設醫院婦產部醫院生殖內分泌科主任
成功大學醫學院臨床醫學研究所博士
美國休士頓貝勒醫學院博士後研究

讀者迴響

田惠文 輯

親愛的會員同仁大家好：同馨會創刊至今已經兩年多了，不知道各位喜不喜歡呢？對本專刊的意見反映與建議，可以暢所欲言，文字不拘，歡迎來信指教。以自取筆名方式出現在每期的內容中，期許未來有進步、努力以及改善的空間，同馨會與您一起成長！

留言板

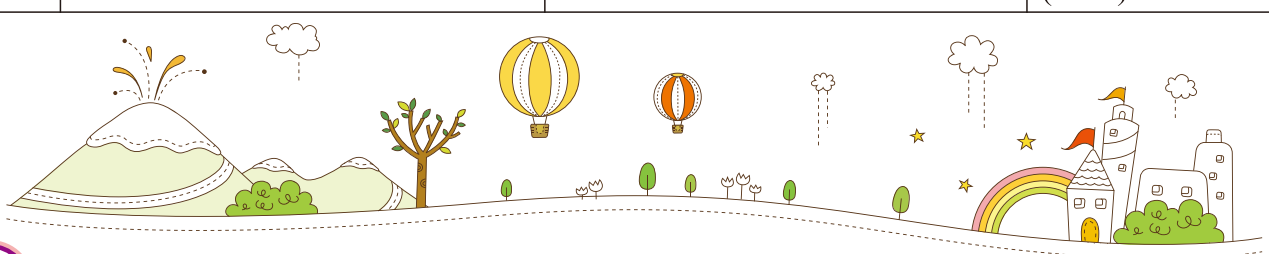
- 看到醫師們分享的一些文章，不管是醫學相關或美食旅遊，都深深感受到作者們的用心， 希望希望大家能夠繼續多多支持喔！ Angel 留
- 這次望年會的活動照片，看到許多外院的醫師出席參與，大家一同寒喧敘舊，氣氛十分的和諧融洽呢！ 元元 留
- 雜誌裡介紹的旅遊美食文章，好像真的很好吃及很好玩的樣子耶！ 蕙仁 留
- 感謝同馨會的努力，讓我們能夠看到一本〝不同凡響〞的雜誌。 燕子 留
- 這次的活動照片非常有活潑有趣，大家都玩得非常盡興及開心！ 美怡 留
- 看到這些活動照片，感受到大家輕鬆自在的一面，感覺相當不錯喔！ 小紅 留
- 希望大家繼續支持同馨會雜誌，讓每個人都能夠看到更多、更豐富的文章。 雨晨 留
- 要持續多拍一些漂亮、精彩的照片，讓活動照片更加生動有趣喔！ Sandy 留
- 編輯內容很好，讓我們吸收到許多知識，也看到很多好玩有趣的照片呢！ 小貞 留
- 加油！期待有更多不同的主題，繼續讓同馨會雜誌能夠長長久久喔！ 旗子 留
- 雜誌編輯的色彩很明亮，文章內容也很有深受，讓我們看了真是獲益良多啊！ 企鵝 留

102年度發表期刊論文

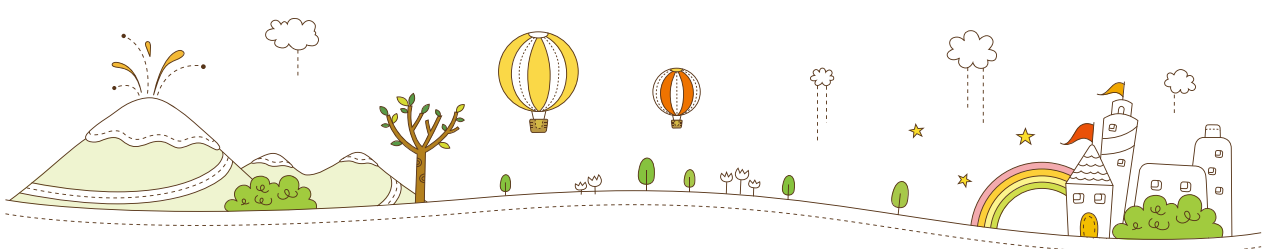
彙整/黃寶秀. 劉宛靈

編號	論文名稱	第__作者	發表之醫學雜誌／期刊之卷、期、頁
1	A dicentric Y chromosome resulting from pericentric inversion between the centromere and Yq heterochromatin.	Kuan LC, Su MT (蘇美慈), Chen M, Kuo PL (郭保麟), Kuo TC.	Taiwan J Obstet Gynecol. 2013 Sep;52(3):443-5.
2	A genetic association study of NLRP2 and NLRP7 genes in idiopathic recurrent miscarriage.	5. Huang JY, Su MT(蘇美慈), Lin SH, Kuo PL(郭保麟).	Hum Reprod. 2013 Apr;28(4):1127-34.
3	A non-mosaic isodicentric Y chromosome resulting from breakage and fusion at the Yq pseudo-autosomal region in a fetus.	Kuan LC, Su MT (蘇美慈), Chen M, Kuo PL (郭保麟), Kuo TC.	J Assist Reprod Genet 2013;30(12):1559-62.
4	An integrated microfluidic platform for rapid tumor cell isolation, counting and molecular diagnosis.	Hung LY, YH Chuang, HT Kuo, CH Wang, KF Hsu(許耿福), CY Chou(周振陽),Gwo-Bin Lee.	Biomedical Microdevices (BMMD) 2013 Apr;15(2):339-52.
5	Characterization of 3-hydroxyisobutyrate dehydrogenase, HIBADH, as a sperm-motility marker.	Yung-ChiehTasi&Hsin-Chih Albert Chao & Chia-Ling Chung &Xiu-Ying Liu & Ying-Ming Lin &Pao-Chi Liao &Hsien-An Pan & Han-Sun Chiang &Pao-Lin Kuo(郭保麟) C& Ying-Hung Lin.	Assist Reprod Genet (2013) 30:505 – 512
6	Circulating Insulin-like Growth Factor System and Treatment Outcome in Epithelial Ovarian Cancer.	16. Huang YF(黃于芳), WF Cheng, YP Wu(吳郁芃), Ya-M Cheng(鄭雅敏), KF Hsu(許耿福), and CY Chou(周振陽) (corresponding author).	Endocrine-Related Cancer 2013 Nov 22[Epub ahead of print]

編號	論文名稱	第__作者	發表之醫學雜誌／期刊之卷、期、頁
7	COL11A1 promotes tumor progression and predicts poor clinical outcome in ovarian cancer.	Wu Yi-Hui, Tzu-Hao Chang, Yu-Fang Huang(黃于芳), Hsien-Da Huang, and CY Chou(周振陽) (corresponding author).	Oncogene. 2013 Aug 12.[Epub ahead of print]
8	Direct duplication of the Y chromosome with normal phenotype - incidental finding in two cases.	Kuan LC, Su MT (蘇美慈), Kuo PL(郭保麟), Kuo TC.	Andrologia. 2013; 45(2):140-142.
9	FX Bosch on behalf of the HPV VVAP study group.Worldwide Human Papillomavirus Genotype Attribution in Over 2,000 Cases of Intraepithelial and Invasive Lesions of the Vulva.	SD Sanjos é , L Alemany, J Ordi, S Tous, M Alejo, SM Bigby, EA Joura, P Maldonado, J Laco, IG. Bravo, A Vidal, N Guimer à , P Cross, GV Wain, KU Petry, M Luciano, C Bergeron, V Mandys, AR Sica, A F é lix, A Usubutun, M Seoud, G Hern á ndez, AM Nowakowski, G Wilson, V Dalstein, M Hampl, ES Kasamatsu, LE Lombardi, L Tinoco, I Alvarado - Cabrero, M Perrotta, N Bhatla, T Agorastos, CF Lynch, MT Goodman, HR Shin, H Viarheichyk, RJ Eugenia, C MOL, J Velasco, C Molina, J Bornstein, A Ferrera, EJ Domingo, CY Chou(周振陽), AF Banjo, X Castellsagu é , M Pawlita,BLloveras, WGV Quint, N Muñoz,	European J Cancer2013 Nov;49(16):3450-3461.
10	Genetic association studies of ACE and PAI-1 genes in women with recurrent pregnancy loss: A Systematic Review and Meta-Analysis.	Su MT (蘇美慈), Lin SH, Chen YC, Kuo PL (郭保麟).	Thrombosis and Haemostasis 2013;109(1):8-15.
11	Glycosylation regulates the function and membrane localization of KCC4.	Weng TY, WT Chiu, HS Liu, HC Cheng, MR Shen, DB Mount, CY Chou(周振陽) (corresponding author).	Biochimica et BiophysicaActa - Molecular Cell Research1833 (2013) 1133 - 1146



編號	論文名稱	第__作者	發表之醫學雜誌／期刊之卷、期、頁
12	High prevalence of anal human papillomavirus infection and associated risky behaviors in men infected with human immunodeficiency virus in Taiwan.	Yu CT, Chao SC, Lee HC, Chou CY(周振陽), Ko WC, Liu HY, Lai YY, Lee NY, Chang CM, Ko NY.	AIDS and Behavior (AIBE) 2013 Mar;17(3):1211-8.
13	Lin28B is an oncofetal circulating cancer stem cell-like marker associated with recurrence of hepatocellular carcinoma.	Cheng SW, HW Tsai, YJ Lin, PN Cheng, YC Chang, CJ Yen, HP Huang, TT Chang, CT Lee, A Chao, CY Chou(周振陽), SH Chan, NH Chow. CL Ho.	PlosOne 2013 Nov 14;8(11):e80053.
14	Low Papanicolaou Smear Screening Rate of Women with HIV infection: A Nationwide Population-Based Study in Taiwan, 2000-2010.	Chen YC, Liu HY, Li CY, Lee NY, Ko WC, Chou CY(周振陽), Hsieh TH, Ko NY.	Journal of Women's Health 2013 Dec;22(12):1016-22.
15	Non-mosaic uniparental trisomy 16 presenting with asplenia syndrome and placental abruption: a case report and literature review.	Su MT (蘇美慈), Liang YL , Chen JC , Sun SH, Chang FM (張峰銘), Kuo PL (郭保麟).	European Journal of Medical Genetics. 2013;56(4):197-201.
16	Prenatal diagnosis of fetal gastroschisis using three-dimensional ultrasound:Comparison between the 20th and 21st centuries .	Hsing-Fen Tsai a (蔡幸芬), Yueh-Chin Cheng a (鄭月琴), Huei-Chen Kob,c, Lin Kang a (康琳), Pei-Yin Tsai a (蔡佩穎),Chen-Hsiang Yu a (游振祥), Chiung-Hsin Chang a,* (張炯心), Fong-Ming Chang a,* (張峰銘) (corresponding author).	Taiwanese Journal of Obstetrics & Gynecology xx (2013) 1e5.
17	Prokineticin receptor variants (PKR1-I379V and PKR2-V331M)are protective genotypes in human early pregnancy .	Mei-Tsz Su1,2 (蘇美慈), Sheng-Hsiang Lin2, Yi-Chi Chen3, Li-Wha Wu4 and Pao-Lin Kuo1 (郭保麟) (corresponding author).	Reproduction (2013) 146 63 – 73.



編號	論文名稱	第__作者	發表之醫學雜誌／期刊之卷、期、頁
18	SEPT12-Microtubule Complexes Are Required for Sperm Headand Tail Formation.	13. Pao-Lin Kuo 1, (郭保麟), Han-Sun Chiang 2, Ya-Yun Wang 1, Yung-CheKuo 3, Mei-Feng Chen 4,I-Shing Yu 5, Yen-Ni Teng 6, Shu-Wha Lin 7 and Ying-Hung Lin 2,* .	Int. J. Mol. Sci. 2013, 14, 22102-22116.
19	Suppression of annexin A2 by prostaglandin E-2 impairs phagocytic ability of peritoneal macrophages in women with endometriosis	Wu, MH (吳孟興) ,Chuang, PC, Lin, YJ , Tsai, SJ	HUMAN REPRODUCTION .2013 Apr;28(4):1045-53.
20	Surgical trends for benign ovarian tumors among hospitals of different accreditation levels in Taiwan: an eleven-year nationwide population-based descriptive study.	Wu MP, CJ Wu, CY Long, CH HO, KH Huang, CC Chu, CY Chou(周振陽)(corresponding author).	Taiwan J Obstet Gynecol. 2013 Dec;52(4):498-504.
21	The fertility quality of life (FertiQoL) questionnaire in Taiwanese infertile couples .	Pei-Yang Hsu (許沛揚), Ming-Wei Lin , Jiann-Loung Hwang , Maw-Sheng Lee, Meng-Hsing Wu (吳孟興)(corresponding author) .	Taiwanese Journal of Obstetrics & Gynecology 52 (2013) 204-209 .
22	Three- dimensional power Doppler ultrasound: therapy-related changes and impact on monitoring treatment response to radiotherapy in cervical carcinoma.	Huang YF(黃于芳), YM Cheng(鄭雅敏), YP Wu(吳郁芃), H HW Chen, KF Hsu(許耿福), YH Wu, CY Chou(周振陽) (corresponding author).	Ultrasound in Obstetrics and Gynecology, 2013 Jul;42(1):84-92.

＊依論文名稱之英文字母排序

