

## 104.03.16婦產科部年度大合照



同馨會會刊第十五期

# 同馨會

## 第15期 會刊



國立成功大學醫學院附設醫院婦產部同馨會

2015.06

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：吳宛珊 劉宛靈 田惠文  
協助撰文：張峰銘 張令瑋 王培中 蔡幸芬 吳孟興 陳達生  
林立展 蕭夙娟 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

國立成功大學醫學院附設醫院婦產部



104.02.08婦產部望年會



104.03.28~29 科部自強活動-日月潭



1040209~10 Symposium for Obstetrics and Gynecology



台江紅樹林-遊四草



赤崁樓



品嚐珍珠奶茶！





# Contents 目錄

## 新境界論壇

3	高齡懷孕停看聽	陳達生醫師
6	懷孕中期的無情殺手——子宮頸閉鎖不全	王培中醫師

## 散文雜記

12	德歐點滴系列(四)	張令瑋醫師
24	書道系列-辛棄疾	張峰銘醫師
31	台南美食周遊趣	蔡幸芬醫師
36	遊記-日本京都	蕭夙娟醫師
39	南德一遊	林立展醫師

## 活動相片

55	104.02.08婦產部望年會	吳宛珊、劉宛靈/田惠文
65	104.02.09~10 Symposium for Obstetrics and Gynecology	吳宛珊、劉宛靈/田惠文
70	104.03.28~29科部自強活動—日月潭	吳宛珊、劉宛靈/田惠文
75	104.03~04月兼任醫師回院授課	吳宛珊、劉宛靈/田惠文

## 賀喜

77	104.03.01鄭安蕾專科護理師新婚	吳宛珊、劉宛靈/田惠文
79	104.03.18陳柏帆、梁玉玲醫師弄瓦之喜	吳宛珊、劉宛靈/田惠文

## 總編語

80		吳孟興主任
----	--	-------

## 讀者回響

81		田惠文
----	--	-----





近來醫療新聞最被熱烈討論的莫過於台北榮總孕婦的死胎案。這次特別的是：以往醫療不幸事件鬧上新聞，輿論往往一面倒向病患，不論醫師提再多「不可預期或阻擋的風險」或「自然病程」等概念，往往淹沒在討「誠意」的民粹聲之中。結果只是醫界嘩然，民眾旁觀，健保局卻背後繼續核刪。還好陳志堯醫師從事高危險妊娠救回的病患無數，病家感念在心，又適逢醫糾法激起基層醫療人員的危機意識，這兩股力量一起在社群網路上集結起來，竟能逼民代再開記者會道歉，醫糾法審查也因此暫緩。

在新聞沸沸揚揚同時，民眾或許也更加認知到「胎動的重要性」與「高齡懷孕的風險」。其實隨著社會形態改變，高齡懷孕目前已不少見，但高齡懷孕的風險卻不是每個滿懷期待的孕婦都能充分了解，在今年二月份Fertility and Sterility雜誌，資深婦產科醫師Dr. Sauer發表了同樣的感慨，小弟摘譯其中內容圖表，希望能讓各位讀者便於講解高齡懷孕的困難與風險

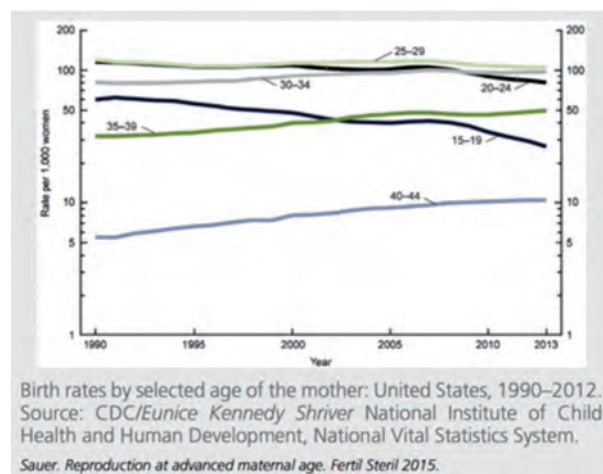
## 高齡懷孕是社會型態改變的結果

男性與女性因生理差異，生育後代在身體所需付出的代價差距很大。相較於男性只要付出精子，女性一旦懷孕，不只十月懷胎生活的不便，生產過程還可能大量出血甚至承受死亡的風險。在傳統社會，女性教育與工作機會較少，結婚生子也較早，即使有發展機會，生理差異也讓懷孕女性必須中斷工作與學業。還好在1960年代後有避孕藥的發明，使得女性可以自己決定生育的時機，伴隨女性受教育的時間

拉長，結婚生子的年齡也慢慢延後。避孕措施的普及與女性教育、工作機會的大幅提升可說相輔相成，在台灣與美國，都可以看到女性初婚與生產年齡延後的趨勢（圖表一與圖表二）。另一方面，藉著生殖醫學的蓬勃發展，以往高齡等同於不孕的現實被克服了不少，甚至藉著他人的卵子，70歲的停經婦女也能懷孕（圖表三），這樣的進步讓人們抱著樂觀的心態，認為個人事業發展與懷孕生子可以兩者兼得，然而真是如此嗎？



圖表一 台灣女性平均初婚年齡不斷延後



圖表二 美國新生兒由35歲以上孕婦生產比例逐年增加





圖表三 創世界紀錄的高齡70歲產婦

## 社會改變，但生物特性沒有改變

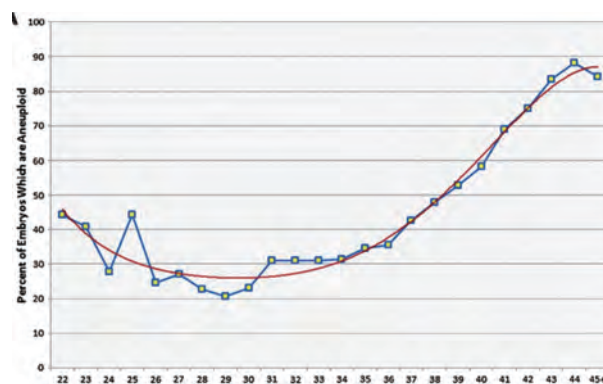
就生物學的觀點，女性生殖能力最佳的年紀在15到30歲，恰恰正好是受教育與工作的黃金時期，真正等到工作穩定，可能在35歲以後。然而此時成家，生育能力已近衰竭，剩餘正常的卵子已經不多，就數據來看，40歲女性的卵巢，其中卵子染色體異常的比例竟高達75%(圖表四)。即使接受試管嬰兒治療，取到正常卵子的機會也隨年齡驟然下降(圖表五)，沒有正常的卵子，使得高齡懷孕的流產率與唐氏症機率明顯較高(圖表六)，這是目前醫療科技仍然不能改變的生物特質。

從產科的觀點，任何懷孕都有風險，但高齡懷孕絕對是雪上加霜。首先隨著年齡增長，慢性疾病如肥胖、高血壓、糖尿病的機會即隨之攀升，造成生產的許多風險。即使沒有這些慢性疾病，高齡孕婦也容易併發心血管疾病（心肌梗塞與心跳停止）與其他器官疾病，使得高齡懷孕的死亡率明顯高於平均（圖表七），除了對母體造成威脅，高齡懷孕也容易胎死腹中或

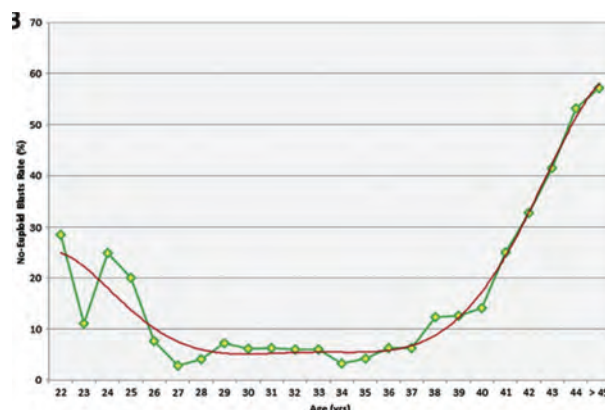
早產（圖表八），這種種問題都不是對醫療科技的樂觀可以馬上解決的。

## 營造使人願意提早生育的環境

強調高齡懷孕的風險，並不是用來嚇唬願意生育下一代的女性，尤其是在少子化的今日。在科技尚未能完全突破高齡懷孕的困難時，我們應該從衛生教育層次讓所有婦女充分了解這些風險，幫助婦女做出更週全的職涯與人生規劃，而若真的高齡懷孕，婦女遇到不孕、流產、高風險妊娠時，更能務實地與醫師一同面對這些風險，攜手度過難關。另一方面，政府若認識到這些風險，應該投入更多資源推動公共托育或育嬰補貼等政策，鼓勵願意生育的婦女，畢竟每多一個新生兒，國家未來



圖表四 染色體異常的比例隨年齡迅速攀高



圖表五 在每個週期中(可能有多顆卵)完全沒有正常胚胎的機率隨年齡上升



就多一份稅收可能。

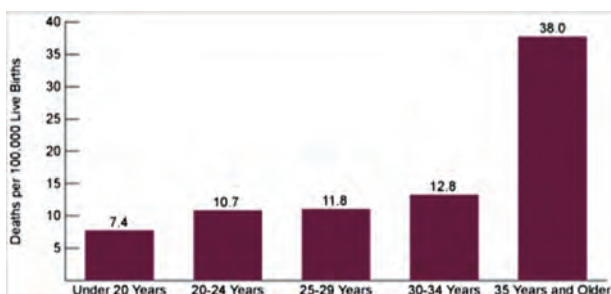
## Reference:

Mark V. Sauer, Reproduction at an advanced maternal age and maternal health, Fertility and Sterility Vol. 103, No. 5, May 2015 0015-0282

<http://www.dailymail.co.uk/news/article-1031722/Worlds-oldest-mother-gives-birth-twins-70.html>

	流產機率 (大多因染色體異常所致)	唐氏症機率
30歲以下	10~15%	1/1000
40歲左右	25%	
45歲左右	50%	1/30

圖表六 年齡與流產率、唐氏症發生率的關係



圖表七 美國2005年每十萬名孕婦死亡機率，以孕婦年齡做分組

併發症	35~44歲	45歲以上
母體死亡	2.07倍	9.9倍
需要輸血	1.21倍	2.46倍
心肌梗塞	4.05倍	21.38倍
心跳停止	2.07倍	10.84倍
肺栓塞	1.83倍	5.01倍
靜脈栓塞	2.02倍	4.38倍
急性腎衰竭	1.86倍	6.38倍
需要剖腹產機	1.62倍	2.51倍
妊娠糖尿病	2.42倍	3.5倍
妊娠高血壓	1.11倍	2.17倍
早產	1.16倍	1.91倍
胎內生長遲滯	0.92倍	2.53倍
死胎	1.30倍	2.53倍
提早破水	1.10倍	1.38倍

圖表八 產科併發症風險隨年齡明顯增加 (以30歲以下為比較基準)



## 作者簡介

陳達生醫師

現任：

衛生福利部屏東醫院 婦產科醫師



# 無痛的早產？

## 懷孕中期的無情殺手——子宮頸閉鎖不全

王培中醫師

新境界之二

### 前言

「子宮頸閉鎖不全」是一種發生在懷孕中期，往往沒有徵兆突然地來、卻又預後很差、令人心碎的特殊早產型式。發生時該怎麼辦？安胎安得住嗎？下一胎又該如何預防呢？

### 筆者的臨床感言

擔任婦產科主治醫師15年以來，筆者在門診發現一個頗令人憂心的趨勢，就是每個婦產科醫師都有超音波可以使用，也都不吝於為孕婦們檢查，反而導致許多孕婦或家屬產生一個錯誤的印象：「產檢就是去做一個超音波！」全然忽略了其實超音波只是產檢時的一個工具，只是一個可以提供訊息的環節罷了，並不是產檢的全部！

在許多醫療水準不亞於臺灣的地區和國家，十幾次的產檢，一般只做兩、三次的超音波，而其孕婦和新生兒的預後，和幾乎每次產檢都做超音波的我們並無差異。

孕期的健康規劃，包括：既有疾病的控制、營養和運動狀態、體能的維持、尿液及血液檢驗的結果、血壓和體重的變化，甚至是身體的特殊情況等不需要超音波就能得到的資訊，這些往往才是影響孕婦或胎兒健康最重要的部份。

然而筆者在診間經常遇到的困擾是，患者多半只在乎「今天醫師超音波做了多久？」「照得清不清楚？」「有沒有相片送我？」卻往往對於筆者針對孕期健康上的盲點所提出的忠告充耳不聞，還有人嫌筆者很囉嗦、很煩，其實是種「買櫝還珠」的取捨失當行為，實不足取。或許是

「產檢去做超音波」在某些人的眼中，已經淪落為「去美容院個頭」一般的服務了，才會有這樣子的抱怨吧！

而且因為照了許多次的超音波，而對於出生嬰兒若出現了產前沒有告知的結構異常，往往都直覺的認為醫師有疏失，這或許是當初只是想服務病人，而提供多次「免費」超音波服務的同業們所始料未及的吧！

感慨歸感慨，無論如何，超音波是近代婦產科在診斷上不可或缺的利器，特別在產檢方面的運用更是廣泛。筆者之前為大家介紹了這麼多診斷胎兒異常的情況，各位可不要認為產檢超音波只是在看胎兒喔！接連兩期就要和大家分享超音波在預防及診斷早產方面的運用。這期先為大家介紹一種發生在懷孕中期，往往是沒有徵兆突然地來、卻又預後很差、令人心碎的特殊早產型式「子宮頸閉鎖不全」。讓我們由個案看起。

### 「子宮頸閉鎖不全」臨床案例

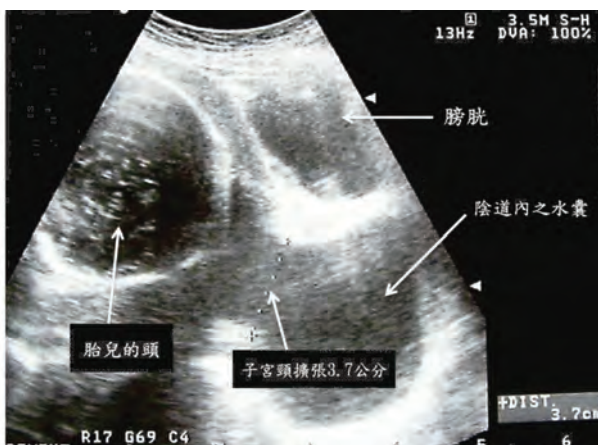
A小姐懷孕22週，第一胎，曾有過3次人工流產的病史，原先在開業醫處規則產檢，沒有異常，平時也只有一些孕婦常見的不適而已。這天工作比較忙，下班的時候有點不舒服，覺得下腹有點緊緊痛痛的，比較特殊的是白帶（陰道分泌物）增加蠻多，不過她並沒有很在意；幾小時後上廁所，突然發現白帶增加非常多而且有血絲，同時也覺得腹痛更明顯，於是才來本院急診就醫。

聽到這個病情，筆者的第一個懷疑是「早期破水」，於是先進行內診，發現羊水囊並沒有破，但是卻膨出在陰道中，是



為「子宮頸閉鎖不全」的診斷，經腹部的超音波也看到了典型的「沙漏型」影像（見圖一），於是緊急收入院安胎，並以抗生素施打。不幸由於水囊膨出太過嚴重，第二天即自行破水，羊水幾乎完全流盡，同時母體的感染指數上升且持續有子宮收縮，和家屬詳細解釋胎兒的預後以及母體的危險性之後，雖然不捨，但家屬決定放棄安胎，數小時後，生產出一個350公克的寶寶，隨即死亡。

經過筆者詳細解說此病的特色並予以開導，病人的心情逐漸平復，產後調養平順，同時經過一年的避孕，在失去胎兒一年半後順利再受孕，筆者於A小姐懷孕16週之時，施行「子宮頸環紮術」（又稱為麥當勞縫合McDonald's suture，就是把子宮頸像布袋口一樣地環狀縫合起來），術後穩定產檢，於懷孕36週時予以拆除縫線，並於37週時經陰道順產，母子均安。



圖一：「子宮頸閉鎖不全」的特殊「沙漏型」超音波影像。羊水囊由於重力的作用，經過並未完全擴張的子宮頸（多半只有3~5公分，本例為3.7公分），掉到陰道中而成為另一個羊水囊（此圖中之陰道羊水囊直徑超過6公分），若僅以陰道指診或視診而沒有做超音波時，經常會誤以為子宮頸已經完全打開（10公分）。

## 「子宮頸閉鎖不全」有3大特點

所謂「早產」，是指腹中胎兒在還沒有足月（懷孕滿37週）的情況下來到這個世上（有關早產的詳情，下期會為讀者詳細說明）。而「子宮頸閉鎖不全」之所以和一般情況的早產不同，主要是有以下幾個特點：

### A、發生在懷孕中期或是懷孕後期的剛開始，新生兒的預後非常差：

在此要先為各位介紹懷孕的分期。一般我們把懷孕分成3期，每一期是3個月（大約13個星期）。懷孕的前3個月（懷孕前期或初期）是「胚胎期」，胎兒的細胞在分化，從最初的單一受精卵，分化成為構成人體各個器官組織的數千數萬種不同細胞，因此有可能受到外界影響而導致畸形，流產或是死亡也多半發生在這個時期。

接下來的三個月（懷孕4~6個月）是懷孕中期，整個胎兒已經分化完畢，看起來已經是個縮小版的成人了，正要進行細胞的增生，把每個器官該有的細胞數目分裂出來，這時候的胎兒還無法在母體外存活。

最後的三個月是懷孕後期，細胞的數目仍然持續有部份的增生，但最主要的是細胞體積的變大，以及各組織器官之結構和功能的產生，胎兒其實各個器官都已經齊備，理論上是可以存活了，但是一直要到約33週以後，早產兒不靠呼吸輔助來存活的機會才比較高，因為人類胎兒最晚成熟的器官——肺部，要到這時候才能分泌出可以讓肺泡擴張進行氣體交換的「肺泡張力素」，寶寶才能夠自行呼吸。

「子宮頸閉鎖不全」型式的早產，多半都是發生在懷孕中期或是懷孕後期的剛開始，也就是懷孕十幾週到24、25週之間，這種週數的寶寶，生出來已經是完整



的人型了，有時候還會動，還會發出一些呻吟聲，但是存活的機率非常低，就算存活也都有不少的後遺症，它讓您放棄又捨不得，想救又救不到，發生這樣的事情怎不令人心碎呢？

## B、往往沒有明顯的症狀、突然的來，令人措手不及！

一般情況下的早產，是因為子宮規則地收縮，壓力增大使子宮頸變薄、擴張，因而引起早產，常見的成因有感染、外力、不明原因等等，因此腹痛（或說規則的子宮收縮）是一開始會有的抱怨，這種現象會持續一段時間，而且症狀加劇之後才會導致真正早產的結果，於是乎臨床上我們有機會去治療它、阻斷它，達到安胎的目的。

然而「子宮頸閉鎖不全」發生的原理並不相同，臨床上我們常常看到子宮頸已經打開3、4公分，甚至羊水囊已經膨出到陰道中的患者，腹痛的情況並不會很明顯，主要的不適只是分泌物突然變多、帶有血絲而已；肚子痛或是子宮收縮，往往都是子宮頸擴張後的牽扯、陰道有水囊造成的擴張，甚至是已經造成了破水而引起的宮縮。因此當患者就醫的時候，常常已經是一個水囊在陰道中或是水囊暴露過久，已經破水了，安胎的難度極高，常常都是以流產或早產收場。

## C、有危險因子，但「病史」是最為重要

說到這裡，各位準媽媽們一定想要知道，什麼樣的人會比較容易發生「子宮頸閉鎖不全」呢？絕對的危險因子就是「曾經有過子宮頸閉鎖不全所導致流產或早產的經驗」，也就是說「有病史」！只要當時下的診斷是正確的，下一胎如果沒有防範，可以說是一定會發生！

## 患者最想問的問題

### ◎為何要等到發生過後去保下一胎？這次懷孕救不救得到呢？

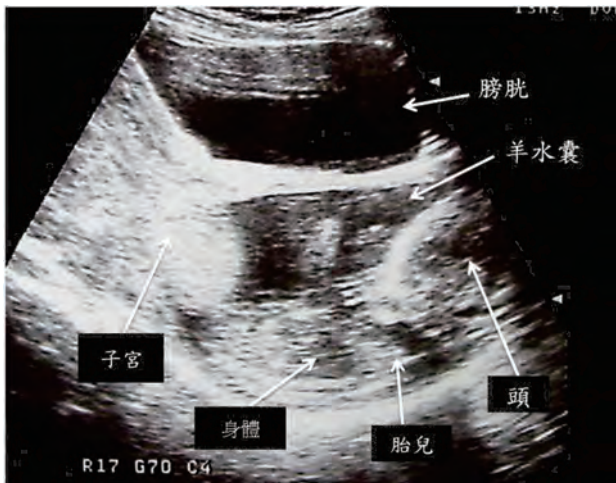
答案是「可以嘗試」，但是「機會很渺茫」！

事實上，臨床所遇到過的案例，除了病情非常明確、非常嚴重的情形之外（見圖二及案例），幾乎是沒有人可以輕易接受「放棄這一胎，期待下一胎」的建議。病人和家屬都會說：「醫師請您盡力救救看……。」然而大家要知道這情況的險惡：水囊暴露在外，隨時有感染或破水的風險（或者是已經感染或破水了）；需要持續臥床加上水囊卡在陰道之中，往往使得病人解尿、解便都有困難（見圖三及案例）；子宮頸的擴張更是讓病人隨時都在腰酸及腹痛的情況下。

有時安胎了數日，情況並沒有更惡化，反而是病人提出放棄的要求，因為這實在是太痛苦了！而且這痛苦要持續多久您知道嗎？不是三、五天，或一、兩週，就算是安一個月也不見得夠！從22週安胎到26週，寶寶不一定能存活。若是把不能存活的情況，安胎到能存活卻是重度殘障，只怕這結果更不是大家所樂見（見圖四及案例）。

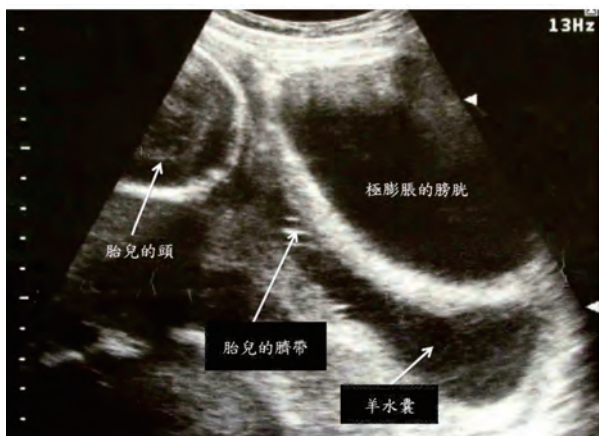






圖二

案例：39歲婦人，懷孕17週，第三胎，前兩個小孩已經分別17、15歲了，是再婚且曾經結紮絕育，這胎是用試管嬰兒的方式，花費二、三十萬元才懷孕。她因為下腹痛及陰道血水樣分泌物到本院急診就醫，在急診室的超音波即發現圖二的情況，整個胎兒幾乎都已經在陰道中了（尚未破水），緊急住進產房，還沒有安頓好即已整個排出流產，完全沒有安胎的機會。附帶一提，孕婦原本和醫師約定明日要進行羊膜穿刺，假使事件的發生時序稍有改變，可以想見一場醫療糾紛的腥風血雨就在眼前。

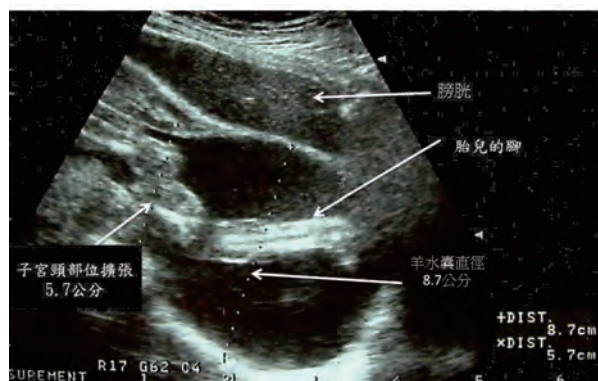


圖三

案例：33歲婦人，懷孕23週，第一胎，產檢時抱怨分泌物增加很多（無腹痛），內診時發現子宮頸已擴張3公分，然而水囊並未膨出也未破水，因此住院安胎，預計若穩定可以考慮行拯救式的子宮頸環紮術。臥床兩日後，病人抱怨有持續性下腹劇痛，同時有陰道血水流出，本以為是發

生了「胎盤早期剝離」的情況，緊急以超音波診察發現胎盤接觸面完整，但在下腹卻呈現了圖三的情況，膀胱非常地膨脹，且水囊膨出到陰道中。經導尿後排出1100cc的尿液，病人腹痛即改善；然而導完尿後，整個水囊都突出到陰道中，還可以看到最接近陰道的部份竟是胎兒的臍帶！數小時後經陰道產出330公克重的寶寶，數小時後即死亡。

此案例還有後續發展，雖經過筆者開導及告知，最好要隔久一點再懷孕，但因為患者夫妻年齡較高、思子心切，還有一些其他的壓力（可能是家中長輩的因素），竟然在早產後三個月即再受孕！雖然知道情況不妙，筆者仍在該名婦女懷孕16週時進行「子宮頸環紮術」，然而在術中即發現子宮頸很薄、很軟，手術很容易進行，但是強度很弱。果然在懷孕20週之時，縫線即切割鬆脫，最終仍然以失敗收場。



圖四

案例：30歲婦人，第二胎，懷孕22週時因「子宮頸閉鎖不全」入院安胎，病人非常配合治療，運氣也不錯，安胎持續了3週，病人突然覺得分泌物增加且腹痛加劇，超音波發現子宮頸擴張到5.7公分，陰道的水囊直徑達8.7公分，更糟的是胎兒變成橫位，在陰道中的水囊裡面是胎兒的腳和臍帶！經討論後，病人堅持要搶救小孩，因此進行緊急之剖腹生產手術。產出一名750公克之早產兒，經小兒科搶救後，於小兒科加護病房救治4個月後出院，後續證實為重度腦性麻痺患童。



### ◎難道沒有拯救的方法嗎？

臨床上我們嘗試安胎，往往只是盡人事罷了，或許是爭取幾天的時間，讓大家能夠接受這令人心碎的事實。當然，有時情況沒有那麼糟，水囊突出不嚴重，病人沒有感染的現象，子宮也沒有明顯的收縮，確實也可以嘗試一下，用特殊的手法（使用導尿管前端的水球或是大隻的棉棒），把水囊硬推回去，把子宮頸硬綁起來，這時候就稱之為「拯救式的環紮術」。不過這種術式真的是「死馬當活馬醫」，因為很有可能在縫合的過程中就發生破水，所以一定要和病人及家屬分析清楚利弊得失，確實得到同意才能進行。即使是能夠完成，由於已經撐開的子宮頸是變薄且脆弱的，往往也不能支持很久，足月一般是沒指望的，但至少可以維持個幾週，爭取胎兒存活，甚至於完全「健康存活」的機會。

### ◎哪些孕婦特別容易發生「子宮頸閉鎖不全」？

臨床上的危險因子有：子宮頸手術病史（子宮頸肌瘤或大顆的瘰肉切除、子宮頸癌前病變的圓錐狀切除、子宮頸內膜異位症切除等等）、子宮頸外力/過度擴張之病史（多次之人工流產手術、中期的引產、前胎胎兒過大或第二產程過久等等），有這些情形的準媽媽們要多多留意。

然而有危險因子並不表示會發生，事實上子宮頸閉鎖不全發生的機率非常低，大約只有1/200～1/500而已，而且更進一步去探討，實際上的發生率應該更低，因為許多進展極快的早產或是感染引起的破水流產，常常會被臨床醫師誤會而歸類到這裡，因此各位準媽媽們千萬別做無謂的擔心，只要注意自己的身體狀況，配合醫師規則產檢就好。

### ◎沒有危險因子就安心了嗎？

如果硬要說能做些什麼檢查，測量子宮頸的長度可能會有幫助（詳情下回分解）。不過，反過來說，沒有危險因子也並不表示安全，根據臨床的資料顯示，約有一半的病人是追溯不出危險因子的！也就是說，除了已知的危險因子之外，至少有一半的孕婦發生這種現象是一種「體質」因素！我們在臨床上常常看到病人子宮頸擴張了3、4公分，有的人會形成水囊跑出來，有的人卻不會；就好像產婦最怕的夢魘「羊水栓塞」一樣，是無法預知的！萬一發生「羊水栓塞」，產婦的死亡率相當高；萬一發生「子宮頸閉鎖不全」，這胎寶寶也是幾乎保不住，多半是只能收拾起悲傷的心情，把身體養好，希望下一個寶寶會比較有緣份。

### ◎「子宮頸閉鎖不全」流產過後多久才能再懷孕？

在此要特別要提醒一下，「子宮頸閉鎖不全」的發生，純粹是和子宮頸的結構強度有關（先天或後天因素），雖然一旦發生，大家都會覺得非常錯愕、非常惋惜，但是一定要收拾悲傷的情緒，好好等待子宮頸復原再嘗試懷孕，最少6個月，最好能等1年再懷孕。

倘若太快再受孕，子宮頸沒有足夠的組織強度可以做環紮縫合，即使是綁起來也可能會在中期又鬆開（即圖三之案例）。此外，這種環紮手術是針對子宮頸閉鎖不全的特殊案例所行的特殊手術，對於一般情況的早產是沒有幫助的，反而有可能會有不良的影響。

### ◎下次懷孕要如何預防「子宮頸閉鎖不全」再次發生？

要預防「子宮頸閉鎖不全」再次發



生，在下次懷孕大約4個月左右，做「子宮頸環紮術」，如果能夠支撐到足月是最理想；即使不能維持到足月，至少可以延後寶寶出生的時間，讓小兒科醫師有介入的餘地，讓寶貝能存活，更有機會健康地抱回家。

「子宮頸閉鎖不全」的腹痛情況並不明顯，主要是分泌物突然變多、帶有血絲，孕婦要特別注意！有過「子宮頸閉鎖不全」的婦女，下次懷孕要做好產檢，約4個月左右施行「子宮頸環紮術」可預防再次發生。



### 作者簡介

王培中

學歷

台大醫學院醫學系畢

現任

嘉義基督教醫院產科 主任

成大醫院兼任婦產科主治醫師

國民健康局母乳哺育種子講師

中華民國婦產科、周產期、超音波專科醫師

中華民國母胎醫學會理事





以下為轉載自發表於張令瑋醫師部落格文章

夢幻後花園國王湖



不曉得能不能叫「後花園」，不過她真的位在群山環繞，德國最東南邊陲、隔一座山與奧地利臨界之地。她是『國王湖』，Koenigsee。oe是德文ö的英文寫法，發音就如嘔吐音。屬於Bechtesgarten國家公園裡的最重要據點。

第一次賞遊國王湖是在02年的秋天，車子一進入Bechtesgarten內，就如同進入夢境，大地是多彩的、視野是豐富的，真令人忘了身處何處、忘了我是誰。第二次造訪是三月末冬之際，雖是蕭條，但雪國所帶來的新鮮玩味，仍是印象極為深刻的，尤其在在與記憶中秋天的圖像有著強烈對比…！



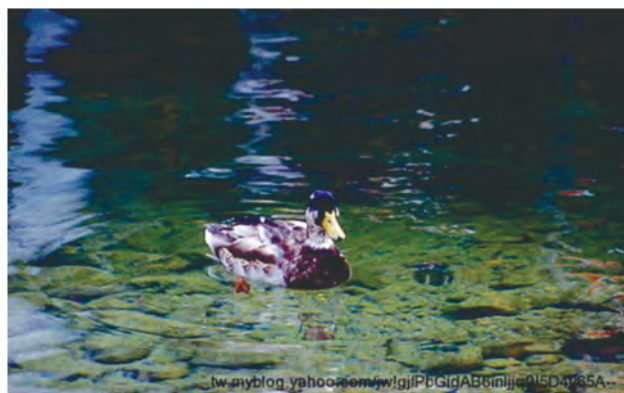
美景，不管是壯闊或細膩到感動人心，有時候，反而是難以用相機捕捉下來的…

行到路的盡頭，過了麥當勞，再前行就是國王湖區了。（別說麥當勞在此出現是煞風景，有一次抵達時已入深夜，還真是找不到吃的，所幸這家麥當勞營業到半夜一點 – 這樣的營業時間在德國已是少見，更稀奇的是她位在風景區內哩！）





這是冰河走過所刻鑿出的淡水湖，一如其他相同成因的內陸湖：V字型的兩側山峰、溶雪來的清澈湖水。聽說水裡面「臥虎藏龍」，有很多大魚，以前有一群人住在中央的那塊平地上，捕魚為生，現存的餐廳裡展示著記錄裡最長的那隻魚...標本。



九月是適合到此一遊的季節，所以遊客如織：



到此一遊呢，絕不能錯過坐船遊湖，到那塊「空前絕後」的平地上走走（聽說有陸路，但可能要上上下下越過幾個山峰才到得了）。這裡所有的船都是用電池驅動的，因為講求環保。這些人真的很可愛，他們想賺錢，但絕不會急功近利地不顧後果、破壞了美好的大自然資產。

船行至湖中央，船老大會停下船，然後拿出小喇叭，以他破破的技術，對著山壁吹奏德國民謠，為的是讓我們聽聽美妙的山谷回音（真的，吹得不好，但回音聽來卻是美好。）

再次啟動引擎，目標物就清晰可見了：那特殊的紅頂洋蔥頭建築物，現在是一家餐廳和一間小教堂的連體嬰。





這是船的名字，但其實就是以這座小教堂的名字命名的。

現在只有一戶（或者兩戶）住在這塊遺世孤立的平地上，他們似乎是需要自行備足乾木材以過冬，這儼然成為一處景觀。





聽說德國政府單位已下令這裡的居民只能減少不能增加，同樣是為了長久經營國家公園，達到不破壞自然資源的目的，不因是熱門旅遊區就開放增建獲利。

湖，在這片平地之後更深處，有個隘口，末冬時分，我照到了這幅很具意象的景象：



船，可以再往內行，便又是另一番景象了：



湖水既清澈，又平靜，到了一種有點「怵目驚心」的地步，甚至分不出界線：哪裡是真，哪裡是幻。遊湖完畢，再次回到碼頭，是該上廁所的時候了。噢...





別懷疑，廁所就在這兩位女士座位旁邊的門後方。在德國上公共廁所一定是要給小費的。這兩位女士正是「收費員」，沒錯，她們正在用餐... 嗯，這表示他們真的把廁所打掃得非常乾淨... Bechergarten區域是二戰時期，Hitler的「秘密基地」、蓋世太保的隱形據點...。現在那些偉大工程留下來的設備，正好方便遊客/登山客，容易到達峰頂一覽群山遍野。對了，這裡有不少難易程度不一的健行路線，喜歡健行的老外也很喜歡這裡喔。

另外，又要「附贈」景點了。因為幾乎所有在德國時收集的旅遊資料，全都還留在德國，手邊沒有德國地圖或旅遊書籍，所以不記得以下景點的所在地名，也沒的查，但印象好像是「Raunchau...」之類的。會附贈此景點有兩個理由：1. 圖中這座教堂傳聞是「silent night（平安夜）」這首曲子做出來的地方。2. 這樣的景緻，其實就是典型的阿爾卑斯山區小鎮風光（冬）。



## 回味 在這小鎮的日子【一】

Martinsried，在慕尼黑南邊的衛星城鎮。很難用台灣的哪個鄉鎮打比喻，以地理位置關係來說，有點像台北的中永和，但以規模來說。。。大概比台灣任何一個平地村莊都小吧，因為雖然占地頗廣，但

住家、商店密度很低，「比較」熱鬧一點的街道就兩條而已囉。。。。

從沒想過自己會懷念在這小鎮過活的日子。

今天騎著腳踏車繞了一圈，心裡湧起好強烈而溫暖的懷念情感。每個轉角、每家商店，一扇門、一片花園。。。。

牛可以輕易地喚醒每個季節不同的氣溫、濕度與五官記憶，想起哪一家在秋天楓紅的牆壁漂亮，哪一家在隆冬積雪的白天減少掃自家門前雪，哪家少爺有高級跑車開。離開一年半，小鎮的種種大致不變，但也有幾家商店易主了。不變的，是這小鎮悠閒的氛圍。

OK，照片的介紹，就由巴伐利亞每個鄉鎮都有，點明各自特色的「五月柱」開始。



五月柱後方就是Martinsried的教堂，旁邊是小墓園。

目前在德租的住所就在照片左下，最遠的那幢房子中。

提到目前的租屋，就更要介紹和在德一起住了一年多的公寓〈更早之前是住在慕尼黑北邊...〉：這是前門觀。此面 臨馬路，看不到我們家，由後院觀，才看得到。





德國公寓的設計大抵就是「一戶一陽台」，這樣買屋租屋時，可輕易地由外觀估量房子大小。

就算臨大馬路，車流不多也不吵雜，就更不用說我們是住背離馬路這一邊的住房。非常非常寧靜的起居環境。由窗戶往外望，就是偌大的後院庭園，有樹有草皮，有微風吹動葉子的稀簌聲，有三五老人輕聲聊天、與小朋友午休時間嬉戲的歡笑聲。

腳踏車擺在地下室，每天，就由此石頭小徑出發上班去，即使冬天積雪亦是。這是同一系列的公寓。



老外喜歡在陽台種上漂亮的花卉盆栽。美化了呆版的公寓建築。

再來要介紹「垃圾收集場」。

相信大家一定收過「德國一個垃圾袋要五百台幣」之類的網路文章。這頭牛回答過一些朋友的來信詢問。

重點在於「地區不同」。牛在此就說說慕尼黑這邊的狀況。

每一小區住宅（大概是五到十棟房子左右的密度）附近，就會設一個垃圾收集點。有些是露天的點，像牛夫婦住的這種「公司貨」（公寓產權歸建設公司或租屋公司所有），就會有個簡單的建築物。裡面擺好幾個附有滾輪的鐵皮大垃圾桶。其中幾個是裝一般垃圾的、有一個裝紙類回收物、一兩個塑膠桶專收生物性垃圾（廚餘、園藝廢物...等等）。基本上沒有特別一個叫垃圾處理費之類的收費名目，但「羊毛出在羊身上」，這些費用已經包括在房租的「公共處理費用」之類的名目裡了。不過怎麼算，都還不至於一個垃圾袋500台幣這麼貴就是了。







鐵門是鎖上的，住戶才有鑰匙。上面還有規定倒垃圾時間。

這頭牛一直到離開了，還是沒搞懂設這個倒垃圾時間有什麼意義，因為垃圾收集桶隨時都在那，門是鎖著的，也只有住戶才有鑰匙...。



然後每隔一段距離，可能是以「區」為單位吧，就有這樣的資源回收站。由左而右，依序是：衣物回收桶、塑膠製品回收桶、白玻璃瓶回收桶、咖啡色玻璃瓶回收桶、綠色玻璃瓶回收桶、洗碗精清潔劑等等P什麼材質的塑膠罐子回收桶，最右邊那個忘了，也許是金屬製品回收桶...。

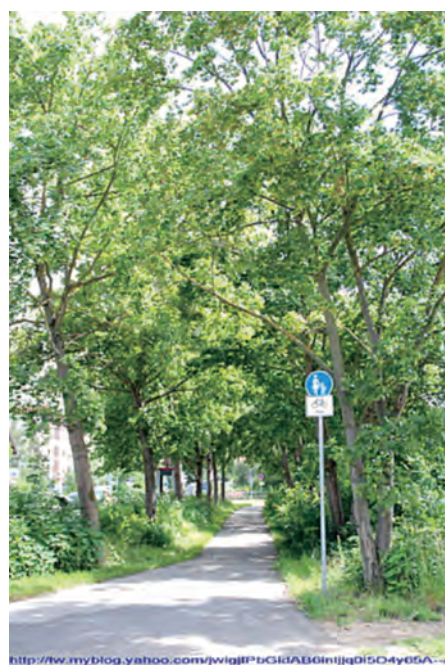


離家最近的巴士站。

若要進城或遠行，這裡是接駁點。或者，騎腳踏車，甚至是走路到U6地鐵終點站，距離也不算太遠。

在這裡，走路或騎腳踏車是很舒服的事，無論是氣溫方面、交通路況與規劃上。比如說，車道旁邊，幾乎都有為行人與腳踏車設計的邊道。

所以在德國，牛夫婦常常走路。曾經把一雙休閒鞋穿到鞋底磨薄、破洞！







這是常常光顧的超市（招牌），AEZ比較像頂好，或小規模的家樂福分店，生鮮與日常用品在此購買。OBI就比較像台灣的B&Q，買DIY工具、裝備或五金商品來此。



圖中的中國餐館，這頭牛還在時是一家柬埔寨移民開的中國餐館，曾經在特殊日子裡，跟老闆下special order，吃到不少老闆的「手路菜」，甚至是在台灣吃不到的老闆家鄉菜喔。

可惜在這頭牛離開後的半年內，老闆就關店退休去了。

最近新開了一家，老闆應該是中國人。。。

今晚MPI一堆華人聚餐便在此吃buffet。

旁邊的penny market是另外一家超市，規模小一點點，專賣便宜貨。

## 回味 在這小鎮的日子【二】

Martinsried，是農田、住家、「無煙工業」（主要是生技公司）、MPI for biochemistry（就是牛夫婦進修的學術機構），還有一個「育成中心」以及慕尼黑



AEZ旁邊有家運動中心。牛夫婦沒進過運動中心，但它附設的義大利餐廳倒是去過好幾次。廚師與幾位waiters都是義大利人，所以義大利麵很簡單，但是很好吃；其pizza更是用石炕烤的（如招牌中的圖示），『超』好吃！這是牛夫婦存錢的銀行。規模不大，我們總是笑稱是信用合作社，或是農會型的銀行。不過利率還不低呢！



大學生物系所校園所在地，交錯組成的小鎮。

也許很難想像，離慕尼黑這個國際大城這麼近，就有這麼廣闊的田地！這一片是在城鎮之中。



主人會把農田規劃成好幾區，種植短期收成作物。每一季都不同。一旦到了收成時期，主人就會插上下圖之類的招牌，公告週知：已經可以採收了！



然後放上一個汽油桶當收錢櫃台，加個小投幣筒，標示算錢的方法，就這麼開起「自助農田」囉。



這是這一季的花。呵呵，這頭牛沒細看是什麼花（就算細看了，大概還是不知道是什麼花吧）。

夏季有太陽花（向日葵）、秋冬有南瓜。。。這陣子，在institute前面不遠處的那片田，有草莓園進入收成季。聽說這些草莓很好吃，本來今天大家約好要去自助採草莓的，不過因故取消了。

希望這幾天還有機會去。。。。





在住宅區與institute中間，就有一大片麥田，被一條公路切分為二。這條路，正是牛夫婦每天上下班必經之路。

左下角這輛腳踏車就是陪伴這頭牛多時，要價199歐元的腳踏車。199 EURO是多少錢呢？當時買的匯率大概1 EURO = 40~42 NTD。

8000台幣一台的腳踏車有多高級？

答案是：一點也不高級。。。可簡易變七速的淑女車，還常常「落輪」！

以上班的方向為準，道路右手邊的麥田：



左手邊。

右前方的建築物，應該就是慕尼黑大學生物系所的校園所在地。



麥田近觀：



Max Planck Institute for Biochemistry的園區邊界，當然是不會有什麼圍牆的，所以立個牌昭告一

下「領地」範圍。

02年來這當「觀光客」時，照的像，還是舊的告示牌，這頭牛覺得之前的比較純樸，現在的就比較酷...黑色系嘛，字又故意寫得小小的，總覺得裝飾意味遠大於明示意圖。。。

回國後如果還記得，把舊版立牌的照片找出來PO上。。。



Institute入口。



大片青草地。

大家把這裡當足球場用。前年所裡辦了個足球比賽，套用大學生的辭彙，就是「系砂鍋」啦。

一點都不會踢足球的在德也嘎了一腳，牛則負責在旁照相、當啦啦隊。。。





春天時，牛夫婦和張氏夫婦在MENSA吃完午餐，有時就會沿著足球場邊緣散步，尋找新發芽的松果！

細細看，可以找到很多呢（通常是張博士的眼睛最利）。

聽說大部分的新芽都無法真的長到土裡面，就更甭說長成大樹了。

在整片的松樹林裡，偶爾會發現低矮的松樹→可是幼年小松喔。

現在想想啊！那些好不愜意的日子哪好像每個campus都要有個湖，才算有完整的「配備」！？

沒有天然的，就人造一個吧。裡面有長蓮花，有養鴨子（或許也有鴛鴦？）



進到研究所裡面。

這算是德國的最高研究單位，所以設備跟經費都是異常充裕的。牛跟「圈內人」聊起來，這真是一個「天堂」呀！

就不一把各「室」各設備介紹上來，只提幾個對這頭牛而言，頗具意義者。。。這是之前這頭牛的座位，現在當然是換主人了啦。



這是之前這頭牛的座位，現在當然是換主人了啦。

下圖則是這頭牛使用的bench，好巧不巧，現在是在德在使用。



相信在台灣做bench work的大部分人，看了這樣的bench長度，一定超羨慕。不過，理論上這樣的長度在這裡應是for 1.5~2人使用（還是蠻奢侈的...），只因為有好一陣子，這頭牛所在的這一間實驗室，人員有點稀疏，就賺到使用一整長條bench的機會啦，哈哈。





這是chemical room。很可觀吧。。。。

但就因為如此可觀，有時要找個不是那麼常用的什麼鈉鹽（「鈉」開頭的化學物質最多了...）就要找好久！！



這是專門的一室四房isotope room。不像在台灣，很多實驗室是用膠帶貼出一個「比較偏遠」的bench區域就做起來了(!?)。

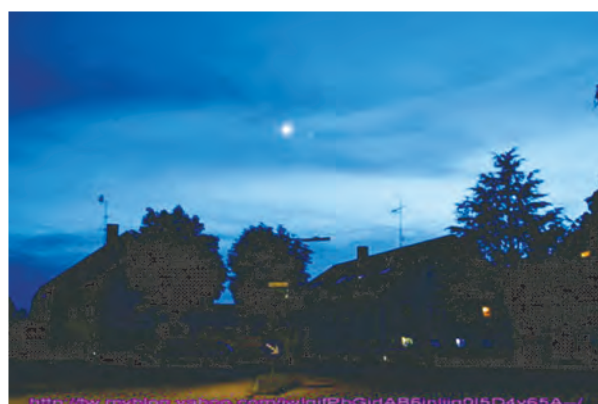
這是需要特別的識別證刷卡進入，而識別証要跟特定的管制單位申請，更要定期送回去測量放射線暴露量，過高者會被禁止進入for a period。。。這頭牛當然已經沒有進入這房間的資格了，所以只好由門外的窗戶照進去：



晚餐，和其他八位在此的華人聚餐。有台灣來的、香港來的，和內地來的。有「老人」，也有新人，和這頭牛這個回訪的人。

因為時差，將近十點，這頭牛累了，提議結束這次聚餐。

走回institute的路上，天色微暗，太陽才下山不久。看到這抹上弦月，拿出相機照下來。沒腳架...，但因為蠻喜歡這照片的，還是PO了上來。晚安，各位；晚安，Martinsried。



## 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



宋史辛棄疾傳記載：辛棄疾，字幼安，齊之曆城人。亦即公元1140年5月28日（金天眷三年，南宋紹興十年五月十一日），生於山東東路濟南府歷城縣，其時距靖康之變已有十三年。祖父辛贊，是金朝亳州譙縣的縣令，卻經常灌輸他抗金復宋的教育，「紆君父所不共戴天之憤」。少師蔡伯堅，與黨懷英同學，號「辛黨」。始筮仕，決以著，黨懷英遇《坎》，因留事金，辛棄疾得《離》，遂決意南歸。

1161年（紹興三十一年）夏，金國大元帥完顏亮入侵南宋，北方空虛，宋朝遺民抗金四起。金主完顏亮死，中原豪傑趁機爭雄。耿京聚兵山東，稱天平節度使，節制山東、河北忠義軍馬，棄疾為掌書記，即勸耿京決策南向。有僧義端，喜談兵，棄疾間與之遊。及在耿京軍中，義端亦聚眾千餘，說下之，使隸耿京。義端一夕竊印以逃，耿京大怒，欲殺棄疾。棄疾曰：「丐我三日期，不獲，就死未晚。」揣僧必以虛實奔告金帥，急追獲之。棄疾斬義端歸報，耿京益壯之。

1162年（紹興三十二年），耿京令棄疾奉表歸宋，高宗勞師建康，召見，嘉納之，授承務郎、天平節度掌書記，並以節使印告召京。會張安國、邵進已殺耿京降金，棄疾還至海州，與眾謀曰：「我緣主帥來歸，不期事變，何以覆命？」乃約統制王世隆及忠義人馬全福等直攻金營，張安國方與金將酣飲，即眾中縛之以歸，金將追之不及。獻俘行在，斬張安國於市。仍授前官，改差江陰僉判。棄疾時年二十三。自此，辛棄疾一直居住在南宋，不再北歸。

南歸之後，辛棄疾40餘年間，沒有受到南宋的重用，或閒居，或沉淪，不得盡用其才。乾道四年，通判建康府。六年，孝宗召對延和殿。時虞允文當國，帝銳意恢復，棄疾因論南北形勢及三國、晉、漢人才，持論勁直，不為迎合。作《九議》、《美芹十論》獻於朝，言逆順之理，消長之勢，技之長短，地之要害，甚備。以講和方定，議不行。其中，《美芹十論》和《九議》是其政論文代表作，展現經世的才華。但是，辛棄疾的策略沒有被朝廷採納。

遷司農寺主簿，出知滁州。州罹兵燹，井邑凋殘，棄疾寬征薄賦，招流散，教民兵，議屯田，乃創奠枕樓、繁雄館。辟江東安撫司參議官。留守葉衡雅重之，衡入相，力薦棄疾慷慨有大略。召見，遷倉部郎官、提點江西刑獄。平劇盜賴文政有功，加秘閣修撰。調京西轉運判官，差知江陵府兼湖北安撫。

遷知隆興府兼江西安撫，以大理少卿召，出為湖北轉運副使，改湖南，尋知潭州兼湖南安撫。盜連起湖湘，棄疾悉討平之。

遂奏疏曰：「今朝廷清明，比年李金、賴文政、陳子明、陳峒相繼竊發，皆能一呼嘯聚千百，殺掠吏民，死且不顧，至煩大兵翦滅。良由州以趣辦財賦為急，吏有殘民害物之狀，而州不敢問，縣以並緣科斂為急，吏有殘民害物之狀，而縣不敢問。田野之民，郡以聚斂害之，縣以科率害之，吏以乞取害之，豪民以兼并害之，盜賊以剽奪害之，民不為盜，去將安之？夫民為國本，而貪吏迫使為盜，今年剷除，明年剷蕩，譬之木焉，日刻月削，



不損則折。欲望陛下深思致盜之由，講求弭盜之術，無徒恃平盜之兵。申飭州縣，以惠養元元為意，有違法貪冒者，使諸司各揚其職，無徒按舉小吏以應故事，自為文過之地。」詔獎諭之。

又以湖南控帶二廣，與溪峒蠻獠接連，草竊間作，豈惟風俗頑悍，抑武備空虛所致。乃複奏曰：「軍政之敝，統率不一，差出占破，略無已時。軍人則利於優閑窠坐，奔走公門，苟圖衣食，以故教閱廢弛，逃亡者不追，冒名者不舉。平居則奸民無所忌憚，緩急則卒伍不堪征行。至調大軍，千里討捕，勝負未決，傷威損重，為害非細。乞依廣東摧鋒、荊南神勁、福建左翼例，別創一軍，以『湖南飛虎』為名，止撥屬三牙、密院，專聽帥臣節制調度，庶使夷獠知有軍威，望風懾服。」

詔委以規畫，乃度馬殷營壘故基，起蓋砦柵，招步軍二千人，馬軍五百人，僉人在外，戰馬鐵甲皆備。先以緡錢五萬于廣西買馬五百匹，詔廣西安撫司歲帶買三十匹。時樞府有不樂之者，數沮撓之，棄疾行愈力，卒不能奪。經度費萬計，棄疾善斡旋，事皆立辦。議者以聚斂聞，降御前金字牌，俾日下住罷。棄疾受而藏之，出責監辦者，期一月飛虎營柵成，違坐軍制。如期落成，開陳本末，繪圖繳進，上遂釋然，時秋霖幾月，所司言造瓦不易，問：「須瓦幾何？」曰：「二十萬。」棄疾曰：「勿憂。」令廂官自官舍、神祠外，應居民家取溝敢瓦二，不二日皆具，僚屬歎伏。軍成，雄鎮一方，為江上諸軍之冠。

加右文殿修撰，差知隆興府兼江西安撫。時江右大饑，詔任責荒政。始至，榜通衢曰：「閉糴者配，強糴者斬。」次令盡出公家官錢、銀器，召官吏、儒生、商賈、市民各舉有幹實者，量借錢物，逮其

責領運糴，不取子錢，期終月至城下發糴，於是連檣而至，其直自減，民賴以濟。時信守謝源明乞米救助，幕屬不從，棄疾曰：「均為赤子，皆王民也。」即以米舟十之三予信。帝嘉之，進一秩，以言者落職，久之，主管沖佑觀。

紹熙二年，起福建提點刑獄。召見，遷大理少卿，加集英殿修撰、知福州兼福建安撫使。棄疾為憲時，嘗攝帥，每歎曰：「福州前枕大海，為賊之淵，上四郡民頑獷易亂，帥臣空竭，急緩奈何！」至是務為鎮靜，未期歲，積餽至五十萬緡，榜曰：「備安庫」。謂閩中土狹民稠，歲儉則糴於廣，今幸連稔，宗室及軍人入倉請米，出即糴之，候秋賈賤，以備安錢糴二萬石，則有備無患矣。又欲造萬鎧，招強壯補軍額，嚴訓練，則盜賊可以無虞。事未行，台臣王藺劾其用錢如泥沙，殺人如草芥，旦夕望端坐「閩王殿」。遂丐祠歸。

慶元元年落職，四年，主管沖佑觀。久之，起知紹興府兼浙東安撫使，四年，甯宗召見，言鹽法，加寶謨閣待制、提舉佑神觀，奉朝請。尋差知鎮江府，賜金帶。坐繆舉，降朝散大夫、提舉沖佑觀，差知紹興府、兩浙東路安撫使，辭免。進寶文閣待制，又進龍圖閣、知江陵府。令赴行在奏事，試兵部侍郎，辭免。進樞密都承旨，未受命而卒。賜對衣、金帶，守龍圖閣待制致仕，特贈四官。

棄疾豪爽尚氣節，識拔英俊，所交多海內知名士。嘗跋紹興間詔書曰：「使此詔出於紹興之前，可以無事仇之大恥；使此詔行於隆興之後，可以卒不世之大功。今此詔與仇敵俱存也，悲夫！」人服其警切。

嘗謂：「人生在勤，當以力田為先。北方之人，養生之具不求於人，是以無甚富甚貧之家。南方多末作以病農，而兼併

之患興，貧富斯不侔矣。」故以「稼」名軒。

棄疾嘗同朱熹遊武夷山，賦《九曲棹歌》，熹書「克己復禮」、「夙興夜寐」，題其二齋室。1200年（慶元六年），朱熹去世。當時由於慶元黨禁，禁朱熹偽學，其舊友、門生無一送葬。辛棄疾親自前往，為文哭之曰：「所不朽者，垂萬世名。孰謂公死，凜凜猶生！」1207年，金國要求南宋把韓侂胄的人頭送到金國才答應議和，韓侂胄大怒再次用兵，召集辛棄疾出山，但是詔命到達鉛山的日子，辛棄疾已經病重，九月十日，辛棄疾「抱恨入地，賫志以歿」，終年68歲。

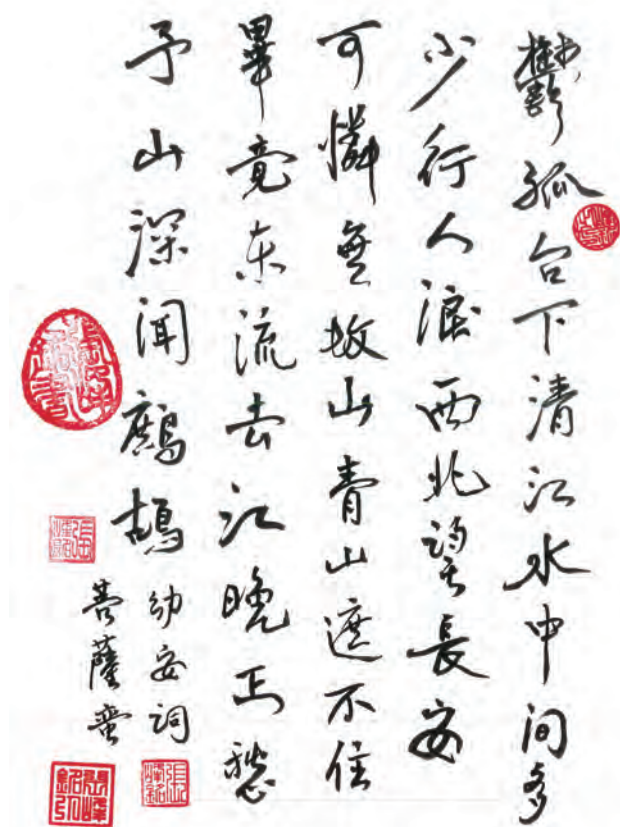
棄疾雅善長短句，悲壯激烈，有《稼軒集》行世。紹定六年，贈光祿大夫。德祐初加贈少師，諡忠敏。

茲撿數例與同好共賞：

### 菩薩蠻 書江西造口壁

鬱孤台下清江水，中間多少行人淚。  
西北望長安，可憐無數山。  
青山遮不住，畢竟東流去。  
江晚正愁予，山深聞鷓鴣。

淳熙二年(1175)春末夏初，辛棄疾由建康再調京師臨安，任倉部郎官。是年七月，出為江西提點刑獄使。此詞約作于淳熙三年(1176)春。造口，在今江西萬安縣西南。當時辛棄疾駐節贛州，常經造口。他撫今追昔，心潮難平，在造口石壁上寫下了這首詞。



### 賀新郎 甚矣吾衰矣

邑中國亭，僕皆為賦此詞。一日，獨坐停雲，水聲山色，競來相娛。意溪山欲援例者，遂作數語，庶幾彷彿淵明思親友之意云。

甚矣吾衰矣。 悵平生、交遊零落，只今餘幾！

白髮空垂三千丈，一笑人間萬事。

問何物、能令公喜？

我見青山多嫵媚，料青山見我應如是。情與貌，略相似。

一尊搔首東窗裡。想淵明停雲詩就，此時風味。

江左沉酣求名者，豈識濁醪妙理。

回首叫雲飛風起。

不恨古人吾不見，恨古人不見吾狂耳。

知我者，二三子。



《賀新郎·甚矣吾衰矣》作於宋寧宗慶元四年（公元1198年）左右。此時辛棄疾被免官閒居已經四年。全詞在一個個典故的層疊中抒發了詞人昂揚激越的豪放情懷，表達了罷職閒居時的寂寞與苦悶的心情。

甚矣吾衰矣。恨平生、交遊零落，只今餘幾。白髮空垂三千丈，一笑人間萬事。向何物、能令公喜。我見青山多嫵媚，料青山見我應如是。情與貌、相似一尊耳。回首東窗裏。想淵明、停雲詩就，此時風味。江左沈酣求名者，豈識濁醪妙理。回首叫、雲飛風起。不恨古人吾不見，恨古人不見吾狂耳。知我者，二三子。

辛幼安賀新郎

### 摸魚兒

淳熙己亥，自湖北漕移湖南，同官王正之置酒小山亭，為賦。

更能消幾番風雨，匆匆春又歸去。  
惜春長怕花開早，何況落紅無數。  
春且住，見說道、天涯芳草無歸路。  
怨春不語。算只有殷勤，畫簷蛛網，盡日惹飛絮。  
長門事，準擬佳期又誤。蛾眉曾有人妒。  
千金縱買相如賦，脈脈此情誰訴？  
君莫舞，君不見，玉環飛燕皆塵土！  
閒愁最苦。休去倚危樓，斜陽正在，煙柳斷腸處。

淳熙六年(1179)，辛棄疾南渡之後的第十七年，被朝廷支來支去的他再次由湖北轉運副使改調湖南轉運副使。他的同事王正之在小山亭為他設宴餞行，他感慨萬千，寫下了這首詞。

更能消幾番風雨，匆匆春又歸去。  
惜春長怕花開早，何況落紅無數。  
春且住，見說道、天涯芳草無歸路。  
怨春不語。算只有殷勤，畫簷蛛網，盡日惹飛絮。  
長門事，準擬佳期又誤。蛾眉曾有人妒。  
千金縱買相如賦，脈脈此情誰訴？  
君莫舞，君不見，玉環飛燕皆塵土！  
閒愁最苦。休去倚危樓，斜陽正在，煙柳斷腸處。

辛幼安

摸魚兒

辛幼安

### 念奴嬌

登建康賞心亭，呈史留守致道

我來弔古，上危樓贏得，閒愁千斛。  
虎踞龍蟠何處是？只有興亡滿目。  
柳外斜陽，水邊歸鳥，隴上吹喬木。  
片帆西去，一聲誰噴霜竹？  
卻憶安石風流，東山歲晚，淚落哀箏曲。  
兒輩功名都付與，長日惟消棋局。  
寶鏡難尋，碧雲將暮，誰勸杯中綠？  
江頭風怒，朝來波浪翻屋。

宋孝宗乾道五年(1169)，辛棄疾從被金人占領的北方投歸南宋朝廷已經七個年

頭了。盡管他有文韜武略，盡管他有敵後作戰的經驗，盡管他一直向朝廷請纓，但他也還只是一個小小的建康府通判。

他登上建康城西的賞心亭，寫下這首詞，送給時任建康留守兼沿江水軍制置使的史正志。史正志，字致道，此人在政治上實際是一個投機分子，早在孝宗即位之初就與主和派暗中往來。而辛棄疾寫這首詞時，他尚未暴露其真實面目，還是一幅主戰派架勢。留守，官名，古時國君遷都，以重臣代守稱留守。宋室南渡初，高宗曾一度駐蹕建康，後遷都臨安，故有留守之職。

這首詞作於公元1174年（南宋淳熙元年）。當時，強敵壓境，國勢日衰，而南宋統治階級卻不思恢復，偏安江左，沉湎於歌舞享樂，以粉飾太平。洞察形勢的辛棄疾，欲補天穹，卻恨無路請纓。他滿腹的激情、哀傷、怨恨，交織成了這幅元夕圖。

詞作從極力渲染元宵節絢麗多彩的熱鬧場面入手，反襯出一個孤高淡泊、超群拔俗、不同于金翠脂粉的女性形象，寄託著作者政治失意後，不願與世俗同流合污的孤高品格。然而作者的意圖不在寫景，而是為了反襯“燈火闌珊處”的那個人的與眾不同。梁啟超謂“自憐幽獨，傷心人別有懷抱。”認為本詞有寄託，美人形象便是寄託著作者理想人格的化身。眾裏尋他千百度，驀然回首，那人卻在，燈火闌珊處。王國維把這境界稱之為成大事業者，大學問者的第三種境界，確是真知灼見。

我來弔古上危樓，贏得閒愁千斛。  
虎踞龍蟠何處是，只有興亡滿目。  
柳外斜陽水迴，歸鳥隴上吹香木。  
片帆西去，一聲誰噴，霜竹卻憶安石。  
風流東山歲晚，淚落哀箏曲，兒輩功名都付與。  
長日惟消棋局，空鏡難尋，碧雲將暮。  
誰助杯中綠，江頭風怒。朝來波浪翻屋，辛幼安 念奴嬌

### 青玉案 元夕

東風夜放花千樹，更吹落、星如雨。

寶馬雕車香滿路。

鳳簫聲動，玉壺光轉，一夜魚龍舞。

蛾兒雪柳黃金縷，笑語盈盈暗香去。

眾裡尋他千百度。驀然回首，

那人卻在，燈火闌珊處。

青玉案 元夕 辛幼安  
東風夜放花千樹，更吹落、星如雨。  
寶馬雕車香滿路。  
鳳簫聲動，玉壺光轉，一夜魚龍舞。  
蛾兒雪柳黃金縷，笑語盈盈暗香去。  
眾裡尋他千百度。驀然回首，  
那人卻在燈火闌珊處。



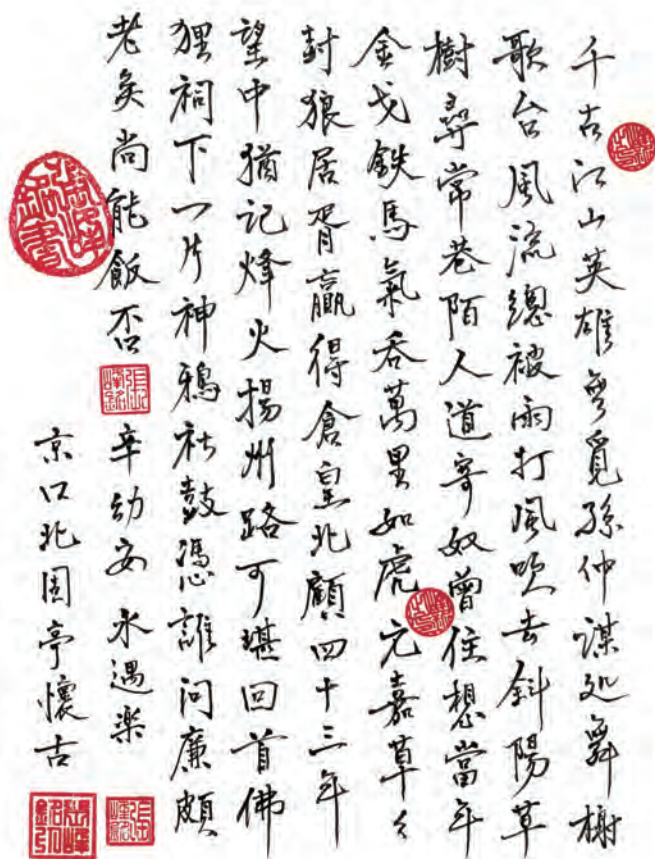
## 永遇樂 京口北固亭懷古

千古江山，英雄無覓，孫仲謀處。  
舞榭歌台，風流總被，雨打風吹去。  
斜陽草樹，尋常巷陌，人道寄奴曾住。  
想當年，金戈鐵馬，氣吞萬裏如虎。

元嘉草草，封狼居胥，贏得倉皇北顧。  
四十三年，望中猶記，烽火揚州路。  
可堪回首，佛狸祠下，一片神鴉社鼓。  
憑誰問，廉頗老矣，尚能飯否？

這首詞是辛棄疾六十五歲被韓侂胄起用為鎮江知府時作的。上片懷念劉裕。裕北伐，先滅山東的南燕，後滅陝西的後秦。稼軒乾道己酉（一一八九）進「美芹十論」，也主張先山東，曾說：「不得山東，則河北不可取。不得河北，則中原不可復」下片用王玄謨的故事，歎宋文帝沒有做好準備，冒險北伐，以致大敗，讓佛狸深入南方（這是為韓侂胄而發的，當時韓正要伐金以自立大功，但沒有充分準備，後來果然大敗，正如辛棄疾所料）。結句以廉頗自比，歎宋室不能進用人才。這時辛棄疾雖任鎮江知府，但韓侂胄並不尊重他的意見，次年就被劾落職了。

楊慎云：辛詞當以京口北固亭懷古永遇樂為第一。



## 賀新郎 別茂嘉十二弟

綠樹聽鶉鴂，更那堪，鷓鴣聲住，杜鵑聲切！

啼到春歸無尋處，苦恨芳菲都歇。  
算未抵人間離別：馬上琵琶關塞黑，  
更長門，翠輦辭金闕。看燕燕，送歸妾。

將軍百戰聲名裂，向河梁，回頭萬里，故人長絕。

易水蕭蕭西風冷，滿座衣冠似雪，正壯士悲歌未徹。

啼鳥還知如許恨，料不啼清淚長啼血。  
誰共我，醉明月！

樹上傳來鶉鴂叫聲，更何況鷓鴣聲止時，杜鵑叫得更加淒厲。當啼到春末無法再啼，可恨所有的花朵都已謝了。應比不上人間的分離；王昭君馬上彈奏琵琶，邊關一片黑暗，更有長門宮的香車辭別帝殿。只見一隻隻的燕子飛過，正是衛莊姜

送著妾婦回去。

將軍經過多次轉戰，身名俱裂，向著河梁送別的地方，回頭遙看，朋友們永別了。易水一蕭颯，西風冷勁，滿座服飾似白雪一般，此番壯士悲歌，永遠無法唱完。啼鳥假如明白這感慨，相信不會啼淚，而要啼血了。誰能伴我一起，在明月中醉飲？

「啼鳥」二句用意是說，鳥兒倘若知道我與你分別時抱恨，也當為之而泣血了。「長啼血」，正好回應了前面「杜鵑聲切」。別弟之情，直至最後六字方點醒，返照全篇，申明題意，此亦章法之奇特處。王國維云：「章法絕妙，且語語有境界，此能品而幾於神者。然非有意為之，故後人不能學也。」《人間詞話》可謂推崇備至。

綠樹聽鶉鴉更那堪鴉鴉聲住杜鵑  
聲切啼到春歸無尋處苦恨芳菲都歇  
算未抵人間離別馬上琵琶關塞黑更  
長門翠輦辭金闕看燕燕送歸妾  
將軍百戰身名裂向河梁回頭萬里  
故人長絕易水蕭蕭西風冷滿座衣冠似雪  
正壯士悲歌未徹啼鳥還知如許恨料  
不啼清淚長啼血誰共我醉明月

賀新郎 別茂嘉十二弟 辛稼軒

## 結語

詞至幼安，登峰造極。山人書法，行筆之間，猶可感受千古文氣，文武全才不能發揮的悠悠怨怨。南宋少了武將壹名。文學史上多了一位大師。也許是件好事。



## 作者簡介

張峰銘醫師  
美國耶魯大學博士  
成功大學兼任教授  
1988-2013年 成功大學婦產部服務  
現任張教授胎兒醫學中心負責人  
地址：台南市西華街十八號  
2015/-05-03



# 台南美食周遊趣

蔡幸芬醫師

台南縣市合併後，以往的台南縣美食也成了台南美食王國的金字招牌之一啦！而且因地利之便，往往料多味美又經濟實惠。廢話不多說，直接進入主題介紹店家囉！



和知名作家楊逵、葉陶夫婦頗有淵源的這家餐廳就位在新化高工校園裡，佔地雖然不大，室內外空間都十分用心佈置，用餐環境相當舒適有情調，餐點也很講究。除了一般中式餐廳的合菜外，也相當貼心的針對個人用餐者提供簡餐，或分時段供應輕食下午茶，選擇相當多樣。







特別值得一提的是店內的特製糕點——葉陶貴（粿），新化是知名的地瓜產地，店主以大切塊地瓜製成鬆軟的蛋糕，上桌前再加溫烤成外皮略微酥脆，香氣撲鼻，入口能吃到地瓜的原味和口感，搭配些許鮮奶油滋味更加出色，若有機會來訪，此道佳餚絕對不要忘記品嚐！



台南以美食聞名，朝食種類之多內容之豐富不在話下，麻豆就有這麼一家在早餐時段只販售鍋燒意麵的店家，鮮甜湯頭搭上豐盛配料，兼顧美味與飽足感，單賣這一味就足以招攬絡繹不絕的人潮。







與鍋燒麵位處同一市場的這家碗粿，是在地人推薦的口味，簡單的店面只供應兩樣餐點，足見店家對味道的堅持和自信，若大家有機會造訪以碗粿馳名遠近的麻豆，記得品嚐這純樸的好味道。

註：近期在市區看到麻豆碗粿助的店招，不知是否確為麻豆老店的分店，若有美食同好已造訪，也請不吝分享心得喔！

台南的著名美食一溫體牛肉吸引眾多饕客慕名而來，而供應牛肉的牛墟就位在善化，此外善化也是知名啤酒廠所在地，好個酒池肉林…不，是美食聚寶盆啊！



原價		現炒	
生菜沙拉	100	梅干扣肉	200
烤牛腩(原半斤)	500	客家燻肉	200
烤雞腿	200	客家小炒	200
炭烤翅(12支)	650	夏綠太陽	200
厚燒牛腩	200	洋蔥鹹豬肉	200
烤牛腩(條)	400	客家茄子	200
烤雞腿	150	客家豆腐	150
烤豬肋排	350	蔥爆豆腐	150
烤雞排	350	蒜泥白肉	250
烤豬排(雙)	350	酥炸排骨	200
烤白飯	350	苦瓜炒鹹蛋	200
烤魷魚(片)	400	蒜泥白肉	200
本店使用美國冷凍肉		九月塔炒蛋	100
飯類		菜飯	100
鹹豬肉炒飯	150	鴨蛋飯	200
香炒飯	100	炒高麗菜	100
白飯	10	酒類	
湯類		海菜飯 (大)	100
雞菜湯	150 300	金牌啤酒	70
蛤蜊湯	150 300	飲料	
牛肉湯	150 300	可樂/雪碧	30
本店使用美國冷凍肉		本店使用美國冷凍肉	

在這以牛肉自豪之地，要介紹的店家當然和肉脫不了關係。這家“奇妙的”阿根廷牛排館有著不起眼的門面，就位在不起眼的鄉間小路上，乍看完全和牛排館沾不上邊。店裡的陳設也相當奇妙的在中華料理飯館般的桌面上擺著刀叉，菜單上甚至詭異地出現熱炒料理一真的很奇妙。

看到這兒大家可能會開始好奇，這樣的餐廳能端出什麼好料理嗎？這才是店家真正奇妙之處啊！12盎司的厚切牛排要價不超過四位數，在台南東區知名的阿根廷烤肉餐廳用兩倍價錢還吃不到這樣的肉！也是屏除了昂貴店租、豪華店面、精緻擺盤和佔據胃容量的附餐的店家，才能讓熱愛肉食的饕客們以相對便宜價格盡情享用牛排。





除了價錢親民，美味和份量也是無可挑剔。富含碳烤香氣的五分熟牛排只簡單用鹽和胡椒調味，軟嫩多汁；烤蔬菜串以相同手法烹調，嘗的到食材的原味和甜味，店家推薦的牛肉湯也是料多味美。而不食牛的朋友們也別失望，店家提供不輸牛排料理的烤雞、羊排餐，尤其雞腿排烤得外皮香酥，一口咬下肉汁四溢，不讓大家都入寶山空手而回的遺憾。

Contented Garden		滿足花園	
咖啡		點心	
美式咖啡	冰 熱 60	布丁	50
卡布奇諾	冰 熱 80	千層派	80
拿鐵咖啡	冰 熱 80	比利時鬆餅	40
杏仁咖啡	冰 熱 100		
Tea		Thick Toast	
鮮奶茶	冰 熱 80	花生	50
可可亞	冰 熱 80	蜜桃	50
英式紅茶	冰 熱 60	草莓	50
膨風極品紅茶	熱 150	義式香草	50
日本綠茶	冰 熱 70	夏威夷	70
花園紅茶	冰 熱 120	紫蘇	120
薄荷柚子茶	冰 熱 120		
檸檬洋菊茶	冰 熱 120		

千層蛋糕界的LV—深藍咖啡館就位在台南，而接下來介紹的店家，店裡的千層蛋糕個人覺得品質和美味度都足以和深藍比美，卻僅需深藍二分之一的價格，也因此是網路上極具人氣及知名的店家，若大家有意造訪，建議先打電話詢問以免蛋糕售罄敗興而歸。此外，位在歸仁的店家地處偏僻（四周都是田地），請大家備妥耐心和方向感才能順利到達喔！





既名為滿足花園，庭園當然整理得相當美觀有情調，店內也相稱地以鄉村風裝潢，在此用餐十分舒適愜意。除了千層蛋糕，店內還提供比利時鬆餅等甜點及各類飲品，若當真與蛋糕無緣時，也不失為美味的好選擇。

以上店家介紹給大家！

2015.04.27 蔡幸芬



### 作者簡介

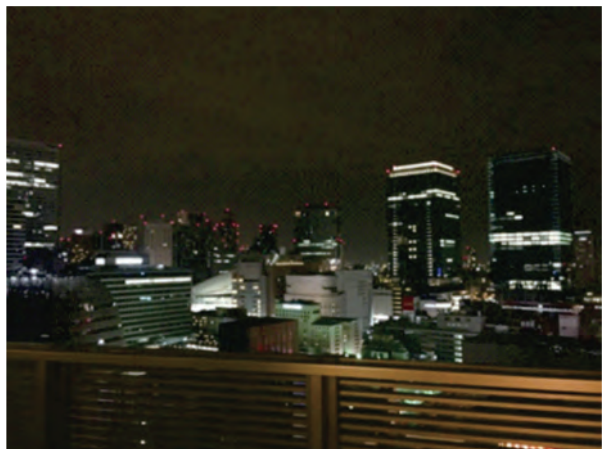
蔡幸芬醫師

現任：

台南醫院新化分院婦產科醫師

2015/4 沐於櫻花雨

所有的美好就從這夜景開始吧....



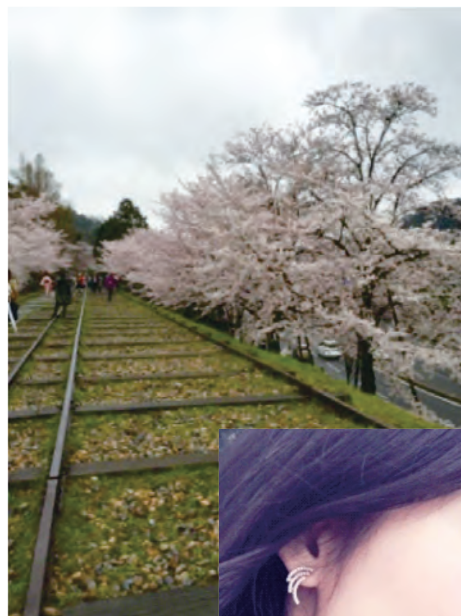
難得的京都大雪後接著回暖，奇怪的氣候造就了今年櫻花的大大綻放，似乎想一股腦兒的展現所有的生命力，不用刻意去造訪，就連通勤的電車也是穿梭在雪白的花海隧道裡。



山科疏水:

細雨飄落著，歷史的河道旁還未完全盛開的櫻花樹，倒是油菜花熱情的全開了，挺有趣的組合：雪白色的櫻花+鵝黃色的油菜花+繽紛色的浴衣少女，而我正努力褪去淡淡的藍色。

而這蹴上鐵道更不客氣了，滿滿的櫻花，滿滿的人潮，滿滿的讚嘆聲，溫度剛剛好，暫歇的小雨讓拍婚紗的新人在花下重複的跳著也不嫌累，如果能來些藍天襯托櫻花辦的雪白就更令人激動了，但能站在這櫻花林下已經是種奢侈，我必須承認這真是難得的幸福。







醍醐寺，著名的賞櫻處，感謝上天賜我一日藍天與微微的風，有天的藍才見得櫻花白，有風的流動才見櫻吹雪的浪漫，櫻花林下歇著來份厥餅和熱茶，這份滿足靜靜的，這份感動滿滿的，這份思緒緩緩的



二条城：

這的櫻花腳步就慢了些了，零散的花苞才剛開始，來早了卻也無妨，換來的是相對的寧靜和一大片綠地，就算非櫻花盛開期，還是很推薦來，歷史的味道似乎稍稍喚醒我少數還存活的文學歷史細胞，課本上的文字好像跳回來了一些呢！豐臣秀吉、織田信長和德川家康等不同時空的人物不斷的從我的小腦袋瓜跳出來想導覽這城呢！



平野神社：

少見無料的神社喔！可惜一場雨落下了遺憾，望著虔誠的人們專心的膜拜祈福，我也默默許下小小心願，祈求紛紛擾擾隨著雨聲離我遠去吧！





京都木屋町通旁的白川怎麼能錯過呢?!穿梭在熱鬧的街道中的小河一點都不遜色於有名的賞櫻點，垂向河道的花團不管是日還是夜都不吝惜展現春天的氣息，不管是像我一樣走走停停的旅客或是趕著商務應酬的上班族，在見到這景象時都不禁驚呼”思勾衣”，沿著這河道可以步行很久，河邊有很多可愛的咖啡店、日式餐廳、居酒屋…。眼花撩亂也不足以形容這有趣的情景，過個小橋每個小弄又是另一個冒險，心裡偷偷竊喜著說不定轉角會發現好玩的事哩！



京都，如同代表性的藝妓舞妓一般獨特又令人讚嘆不已，春櫻，抑或秋楓，各有風情，能再讀妳一遍嗎？只因妳的百變風情著實讓人著迷，預約下一次與妳的邂逅，再見。



### 作者簡介

蕭夙娟醫師

現任：

成大附設醫院婦產科住院醫師



哈哈各位觀眾，燒燙燙的南德遊記來拉，請各位繼續看下去~

2015/04/25

黑森林探索：咕咕鐘(Kuckucksuhr)、吃黑森林櫻桃蛋糕(Schwarzwälder Kirschtorte)及溫泉

法蘭克福機場→法蘭克福市區(Frankfurt(Main)Hbf)→弗萊堡(Freiburg)→蒂蒂湖(Titisee)→法蘭克福

弗萊堡(Freiburg)~清流環繞的迷人黑森林大學城

Münster大教堂~塔樓可一覽舊城區及黑森林風光、舊城區街道旁有著名的Bächle小河流過、Historisches Kaufhaus建築商館~紅褐色哥德式建築，一樓是拱門長廊

蒂蒂湖(Titisee)~黑森林最大的湖泊

## ※美食或名物

1. 法蘭克福：Sachsenhausen薩克森豪森區  
品嚐特產店家自製Apfelwein蘋果酒、Frankfurter Rippchen法蘭克福豬肋排。
2. 特里堡(Triberg)或蒂蒂湖(Titisee)：咕咕鐘、品嚐鱒魚料理及黑森林蛋糕。



都來到德國了怎能不先來一杯沁涼的beer呢!這家是弗萊堡(Freiburg)當地酒廠自家釀的新鮮啤酒，有蜂蜜、花香和極順的口感，好喝!



此時正是白蘆筍的產季，一定要來嚐嚐它的美味!



國外到處都是即興表演的樂團，這群歐基桑完的可開心的!



這是一個樸實石板路襯托著美麗河景的迷人大學城，有著貫穿城市的河流及很多小水溝，許多小孩會在小河中玩耍

蒂蒂湖(Titisee)~黑森林區最大的湖泊，也是著名的療養聖地，當然更有名的就是它的咕咕鐘！

可惜當天天氣不配合，無法遊湖



道地的黑森林櫻桃蛋糕，有很清爽的櫻桃酒襯托出濃郁的奶油香，好吃！

當然不可以錯過的就是咕咕鐘！

一定要買一個的啦！台灣的售價你一定買不下手，要買就要快！正所謂過了這村沒了那店。



晚上就以這杯法蘭克福市區(Frankfurt)當地有名的蘋果酒做結尾吧！



2015/04/26

## 萊茵河之旅

法蘭克福(△)→呂德斯海姆(Rüdesheim(Rhein))→聖高爾(St Goarshausen)→Boppard→科布倫次(Koblenz)→法蘭克福



悠遠綿長的萊茵河流經德國西南境，其中精華的遊船路線莫過於梅茵茲(Mainz)到柯布林茲(Koblenz)，船程約五個小時，天晴時不妨在甲板上或坐或臥享受嬌陽，這段河道兩岸絕壁，高聳的岩石上矗立著許多古堡。



最有名的當屬名為 Loreley的巨岩。相傳Loreley這個女妖常在巨岩上梳理金髮，悅耳的歌聲總令漁人迷失了方向，在險峻的河區慘遭滅頂



Boppard~萊茵河彎度最大之處，建議可以搭纜車至Gedeonseck瞭望台可一覽萊茵河蜿蜒風光



當然!也可以在這裡野餐喔!

**2015/04/27**

~探訪古堡大道起點~下午移動至科隆  
法蘭克福(△)→海德堡(Heidelberg)  
→法蘭克福→科隆(Köln)

海德堡(Heidelberg)~如詩如畫的美麗大學城

美麗的海德堡搭乘纜車至山上的城堡參觀，城堡中有世界上最大的酒桶，大約三層樓高! 還有德國醫藥博物館，展示著中世紀到現代的醫藥歷史。





離開海德堡前往科隆參觀有名的科隆大教堂



淡色科隆啤酒Kölsch~高度發酵的淡啤酒，味道極為細緻以及難以捉摸，有點像香檳~科隆大教堂旁的Früh am Dom

來德國當然要啃他的豬腳啊!這家豬腳是我在德國嗑到最好吃的豬腳了，皮脆肉嫩，加上香甜爽口的酸菜，perfect!!還有，這家的啤酒也是一絕，一上座waiter就會送上來，不用另外點，因為沒有人不喝的啦!當然是一杯一杯計價，直到你喝爽了，將杯墊放在杯口，他就會知道你不續杯了。

2015/04/28

### 荷蘭的綠色威尼斯-羊角村

科隆(△)→阿姆斯特丹(Amsterdam)  
→羊角村(Giethoorn)→阿姆斯特丹(Amsterdam)

羊角村(Giethoorn)~"荷蘭威尼斯"或"綠色威尼斯"

房子的屋頂是由蘆葦編成，使用年數少說40年以上，且冬暖夏涼、防雨耐曬。有「綠色威尼斯」之稱〈也有人稱「荷蘭威尼斯」〉，因為水面映射的都是一幢幢綠色小屋的倒影。據說從前蘆葦是窮苦人家買不起磚瓦而用來的替代品，現在的價格蘆葦可是有錢人家才買得起的建材，價格為磚瓦的幾十倍。而這裡的地價也早已水漲船高，所以大部分的居民大多是醫生、律師等高收入的職業，這與從前苦哈哈的困苦情況似乎形成一種對比的時空交錯。體驗羊角村最好的方式當然是來趟運河巡禮，乘坐平底木船穿梭寧謐的村落，一面聆聽船夫兼嚮導娓娓細說各個房子的歷史與特色，除了欣賞美景外，文化收穫也不少。







2015/04/29

### 荷蘭的春天~世界上最美麗的春天

阿姆斯特丹(Amsterdam) → 萊登車站(Leiden) → 庫肯霍夫花園(Keukenhof) → 鹿特丹(Rotterdam) → 小孩堤防(Kinderdijk) → 阿姆斯特丹

在這個季節來到荷蘭怎能錯過庫肯花園呢!超美麗的花園，裡面有超過三千種的鬱金香，美不勝收，一言難盡，難怪有人會說它是世界上最美麗的春天花園





2015/04/30

## 漫遊阿姆斯特丹

### 阿姆斯特丹(Amsterdam)

位於鑄幣塔 (Muntplein)到國王廣場 (Koningsplein)的一段路，就是阿姆斯特丹 (Amsterdam)著名的Bloemenmarkt Singel辛格水上花市~約20間船屋組成，是阿姆斯特丹最老的市集，也是世界唯一的水上花市

荷蘭人口中的Brown Café 指的是歷史悠久或是營造出老舊氣息的咖啡館，因為這些咖啡館的內部多半燈光昏暗但愜意舒適，木質的裝潢、沾點著菸漬的牆壁，往日的歲月痕跡，散發出老荷蘭的人文氣質。但除了Brown Café外，荷蘭還有另一種有名的咖啡館—Coffee Shop，那裡的氣氛與Brown Café截然不同，多的是年輕嬉皮與次文化愛好者，大麻咖啡廳(-> coffee shop), 真的想喝咖啡，請找Café。荷蘭政府將大麻合法化，採用公開管理的方式，提供固定的場所(只於在「Coffee Shop」裡)、固定的劑量，希望將毒品對

人的危害降到最低。在荷蘭吸食大麻有許多相關規定，包括使用年齡必須年滿十八歲，購買需限量，不得在大麻咖啡館外吸食或交易，如果在馬路上被查獲，仍屬違法。

但是！走在Amsterdam的大街上，不時就會飄來一股特殊的味道，很像青草味，藥草？不知該如何形容，但就是會不時出現，一開始還好，一但在餐廳吃飯坐下來就會開始暈眩，天地開始搖晃，就像在船艙裡搖晃著，很怪，不舒服，想吐，而且久久不退…(PS:我沒主動去吸喔！)





2015/05/01

## 起司拍賣盛會~Alkmaar起司市集

阿姆斯特丹(△)→Alkmaar(起司拍賣)→桑斯安斯風車村(Zaanse Schans)→法蘭克福

Alkmaar~參與哈克馬起司拍賣市場活動

p.s.荷蘭起司種類並不多，但憑艾登起司(Edam Cheese)和高達起司(Gouda Cheese)，就足以奠定荷蘭起司王國的地位。



## 桑斯安斯風車村(Zaanse Schans)~荷蘭的風車博物館

Zann特有的綠屋白窗櫺房舍、風車 Wooden Shoe Workshop荷蘭木屐鞋廠、Cheese farm Catharina Hoeve乳酪工廠、蕾絲手工藝品店、Albert Heijn Museum Shop~荷蘭知名連鎖超市Albert Heijn初始的樣貌、沿岸六台風車的功能如下：De Huisman香料風車、De Gekroonde Poelenburg鋸木風車、De Kat染房風車、De Zoeker榨油風車、Het Jonge Schaap鋸木風車、De Bonte Hen榨油風車



2015/05/02

## Romantische Straße羅曼蒂克大道 & Burgenstraße古城街道

法蘭克福(△)→符茲堡(Würzburg)→班堡(Bamberg)→紐倫堡(Nürnberg)

從今天開始要自己開車啦!從sixt公司訂了一台車，但是…遲到了!哭哭，所以只好拿不一樣的車，雖然是升等，但卻是一台敞篷車，挖哩!我不要敞篷車啊……，另外，手排車真的超難開的阿，上一次開手排車大概是在16年前考駕照的考場吧!連發動都不會，八固怎麼排都不會…有夠問的阿……





不過老實說，開車的方便性真的很不錯！很自由，很有機動性，不需要一直趕火車，注意時間，想停就停想彎就彎，有時不想停也會停喔(熄火)…超抖的~~~~

符茲堡(Würzburg)~美茵河上的墳墓  
~二戰結束前城內近90%建築物遭到摧毀

Residenz主教宮殿~世界遺產，裏頭具有世界最大天頂濕壁畫，巴洛克裝潢風格的宮廷~是南德巴洛克代表建築、Dom St. Kilian大教堂~羅馬樣式、還有許多如Neumünster新教堂、Augustyiner教堂、Falkenhaus獵鷹之家、Marktplatz市集廣場、Marienkapelle瑪麗亞聖母教堂、Rathaus市政廳、Alte Mainbrücke舊美茵橋、Festung Marienberg瑪莉恩堡要塞都很美麗



就在橋上的市集喝起來了！秉持著每天都要一直喝酒的精神來給他繼續喝下去！

這個酒是法蘭根葡萄酒，其實還好，只是很有趣的在大街上站著品酒，就像喝飲料一樣，配上美味的烏茲堡香腸堡，超喇嘴的

班堡(Bamberg)~南德的小威尼斯(Klein Venedig)，位在美茵河與多瑙河交匯處~未受戰爭毀壞的最大古城區





有酒必喝，有美食必吃！這個酒是班堡的特有煙燻麥芽啤酒，它有很重的煙燻味，不難喝，但不會喝第二杯，右圖的肉超好吃的，不會點是不是？直接指別桌的說我要那個就好啦！圖中的女孩是穿著中世紀服裝的導覽員。

2015/05/03

## Burgenstraße 古城街道

紐倫堡 (Nürnberg) → 羅騰堡 (Rothenburg o.d. Tauber)

紐倫堡 (Nürnberg) ~ 紅磚童話城 ~ 胡桃鉗及老鼠王的背景

基於雙門敞篷車實在太不好載東西，今天打算去碰碰運氣，看他們會不會給我們換車，去到租車公司就跟他說我們的訂單是小掀背車，怎會給我們這種車，真的很不方便耶！結果他就看了一下我們的車型，覺得實在差太多，就很阿莎力地說：好！給我們換，但是他只有Tiguan，沒別的了！挖哩，當然好啊，價位是我們當初訂的車型的兩倍耶！不加價，why not！



羅騰堡 (Rothenburg o.d. Tauber) ~ 保存最完整的中世紀古城，"浪漫大道"的起點

Rödertor城牆東門雷達門、Marktplatz市集廣場、St. Jakobkirche聖雅各教堂 ~ 5500根風管的管風琴及Altarpiece of the Holy Blood聖血祭壇木雕、Rathaus市政廳 ~ Rathausrurm高塔塔頂可鳥瞰橘紅色屋頂的舊城城景、Ratstrinkstube市議會飲酒廳 ~ 人字形牆面上的Meisterunk人偶時鐘，每整點會上演「一飲而盡」的故事、St. Georgsbrunnen聖喬治屠龍雕像噴水池、Marien-Apotheke瑪麗恩藥房博物館、Herrngasse海倫大街 ~ 富人大道，手工藝品商店街()、城牆西側Burgtor城堡門外的Burggarten城堡公園、人偶與玩具博物館、Plönlein普雷萊茵廣場 ~ 木造建築及塔樓，如詩如畫的景致、Stadtmauer古城牆 ~ 由北側的Klingenbastel克林根門至南側稜堡的Spitalbastel修彼特門，可供人通行



2015/05/04

## 羅騰堡→京根(Giengen)~泰迪熊的故鄉烏姆爾→(Ulm)→司徒加特(Stuttgart)

京根(Giengen)，就是泰迪熊的故鄉，當初第一隻泰迪熊就是由Steiff女士手工縫製而成，因為手工精巧細膩，深得當地人喜愛，名氣也因此越來越大；一天，當泰迪熊第一次出走到紐約，旋即獲得大眾的回響，因此一炮而紅，也才有我們今天熟知的泰迪熊布偶。

其實經典收藏用的泰迪熊跟小朋友玩得布娃娃不太一樣喔，真正的泰迪熊硬硬的，手腳跟頭都可以旋轉，看起來真的像棕熊一樣！



接著我們前往Ulm，有著世界第高塔的大教堂，及許多麻雀造型裝飾地城市，象徵著平民的樸實精神



接下來我們就驅車前往司徒加特(Stuttgart)，即將參觀賓士博物館

2015/05/05

## 司徒加特(Stuttgart)→菲森(Füssen)→郝恩修瓦高(Hohenschwangau)

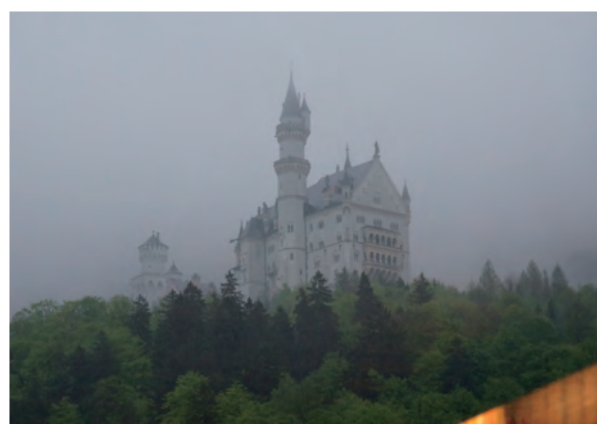
賓士博物館真的很大很有誠意，動線良好、內容又豐富，從他開始發明內燃機，裝到馬車，一路的演進到現在的高級轎車、超跑、巴士、工程車...琳瑯滿目，相當精彩！比起慕尼黑的BMW博物館，簡直就是差了十萬八千里，BMW博物館就像看到鬼一樣，一直鬼打牆從以前到現在都一個樣，而且幾乎路上就看得見，騙錢！千萬不要去！





結束汽車大城司圖加特之旅後，我們繼續前往夢幻的城堡，新天鵝堡(Schloss Neuschwanstein)!

新天鵝堡是由Ludwig II建造，這個國王終生未娶，又孤獨又狂妄，一心嚮往法國的宮廷建築，所以在他短短41年的人生中蓋了有十多個城堡、行館，有很多都甚至沒住過就掛了，裏頭的裝潢極其華麗複雜，他又特愛天鵝，所以就取名為新天鵝堡，我的天鵝啊!一個國王終身未娶又愛天鵝，實在怪怪的；但是這個堡真的好夢幻好美喔...



2015/05/06

郝恩修瓦高(Hohenschwangau)  
→米登華德(Mittenwald)→國王湖(Königssee)

今天一大早就離開這美麗的新天鵝堡，天氣也跟著陰霾了起來，一路上就是不斷地下雨下雨下雨，因為很多雨所以說三次! 所以路上就不多作停留，直接前往我最愛的國王湖(Königssee)

國王湖(Königssee)~世界最美22秘境之一~德國境內最乾淨的湖，達飲用水標準~是冰蝕湖

Jenner Peak~可於國王湖邊 JennerBahn搭乘雙人纜車抵達，沿途可將 Berchtesgaden National Park美景竟收眼底，亦可在山頂觀景台將國王湖一眼望盡、可搭船到St. Bartholomä聖巴爾多祿茂教堂~紅洋蔥頭造型的巴洛克教堂、Salet

(Salet上方的Obersee「上湖」很美,約20分鐘腳程)

一路上我們走的是阿爾卑斯大道，真的非常的美麗浪漫的一條路，光是開車就讓你神清氣爽，通體舒暢!到了國王湖已經傍晚5、6點，但是太陽出來了!感動啊!而且太陽要9-10點才下山，所以check完趕緊出去走走。



接著來到Hintersee距Ramsau約15～20分鐘車程，壯觀的山脈、森林、綠草地和湖泊，幾無觀光客的寧靜湖泊小鎮。在這邊悠閒地散步起來，自然覺得無比的舒爽快樂。



路邊隨便拍就是這樣!

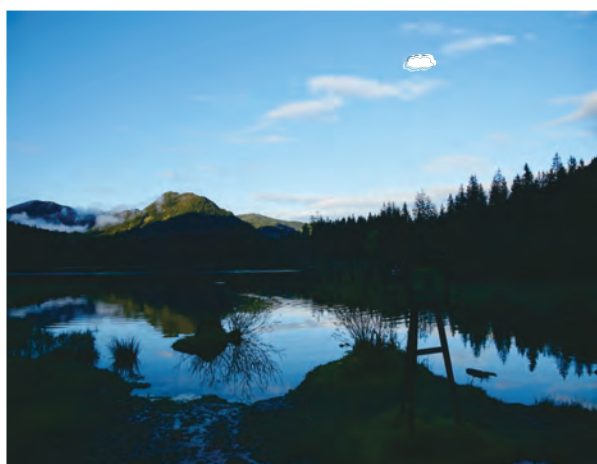
天氣一放晴我們就先去鄰近的一個小鎮，Ramsau藍紹，距離國王湖開車只有不到15分鐘，有如世外桃源般的美麗小鎮。







水清可見底！



2015/05/07

國王湖(Königssee)一日遊 →  
慕尼黑(München)



民宿窗戶一開就是大景啊！





國王湖有名的煙燻鱒魚和烤鱒魚，都非常好吃！



Jenner峰攻頂成功！

再來就要依依不捨地離開國王湖了，應該要多留幾天的，還有鹽洞、鷹巢(希特勒的行館)沒去到，在歐洲健行，登山真的很舒服

離開國王湖準備出發前往慕尼黑，途中經過薩爾斯堡(奧地利)，莫札特的故鄉，就去給他走一遭吧，兩小時的奧地利之旅就此成行！



非常有名的莫札特巧克力，純手工製作！據說這是第一家，而且得過金獎，從此聲名大噪。



離開薩爾斯堡，我們來到旅行的終點站，慕尼黑



26仔們剛興高采烈地買完RIMOWA，一行二三十個RIMOWA列車經過慕尼黑市政廳，蔚為奇觀！！

2015/05/08

慕尼黑(München)→München Flughafen→回家





Residenz王宮，裡面有蒐集了許多奇珍異寶，但是進去要有心理準備，好大，要走好久，走出來他還會跟你說恭喜！結束了！



BMW博物館



英國花園，今天天氣超好，所以大家都出來曬太陽，大大小小或躺或坐，喝酒打牌、打球玩飛盤，好不悠閒



索性直接跳水，真男人！



在公園衝浪，沒見過了把！

離開了英國花園，我們就帶著依依不捨的心情開車前往慕尼黑機場，準備回家了，南德(難得)的旅行即將畫上句點，這趟旅行收穫滿滿，荷包慘慘，一切都是那麼的短暫，那樣的美好；休息過後，充飽電，重新再出發吧！



咕咕~咕咕~~我不是楊過~~咕咕~~咕咕...



### 作者簡介

林立展醫師

現任：

成大附設醫院婦產科住院醫師



# 104.02.08婦產部望年會

圖/吳宛珊、劉宛靈  
文/田惠文



最專業的開場主持人！



最帥氣的小虎隊！

活動照片之一



## 104.02.08婦產部望年會



時下最熱門—小蘋果



活力十足—小蘋果



## 104.02.08婦產部望年會



性感、火辣！



一級棒！



## 104.02.08婦產部望年會



年輕朝氣－Baby Boy



## 104.02.08婦產部望年會



頒獎一 教學優良主治醫師



頒獎二 績優人員～



## 104.02.08婦產部望年會



恭喜各位中獎幸運兒！

活動照片之一



## 104.02.08婦產部望年會



恭喜各位中獎幸運兒！



## 104.02.08婦產部望年會



品嚐豐盛美食佳餚～



大夥歡樂齊聚一堂～



## 104.02.08婦產部望年會



大家一起活動筋骨～



勁歌！熱舞！



## 104.02.08婦產部望年會



姿勢100！



圓滿落幕～開心合影！



# 1040209~10 Symposium for Obstetrics and Gynecology

圖/吳宛珊、劉宛靈  
文/田惠文

## 活動照片之二



國際學術交流～



## 1040209~10 Symposium for Obstetrics and Gynecology

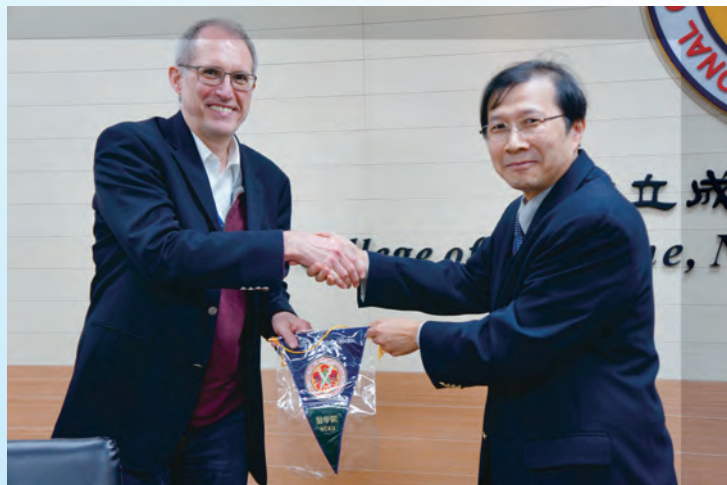


國際學術交流～

活動照片之二



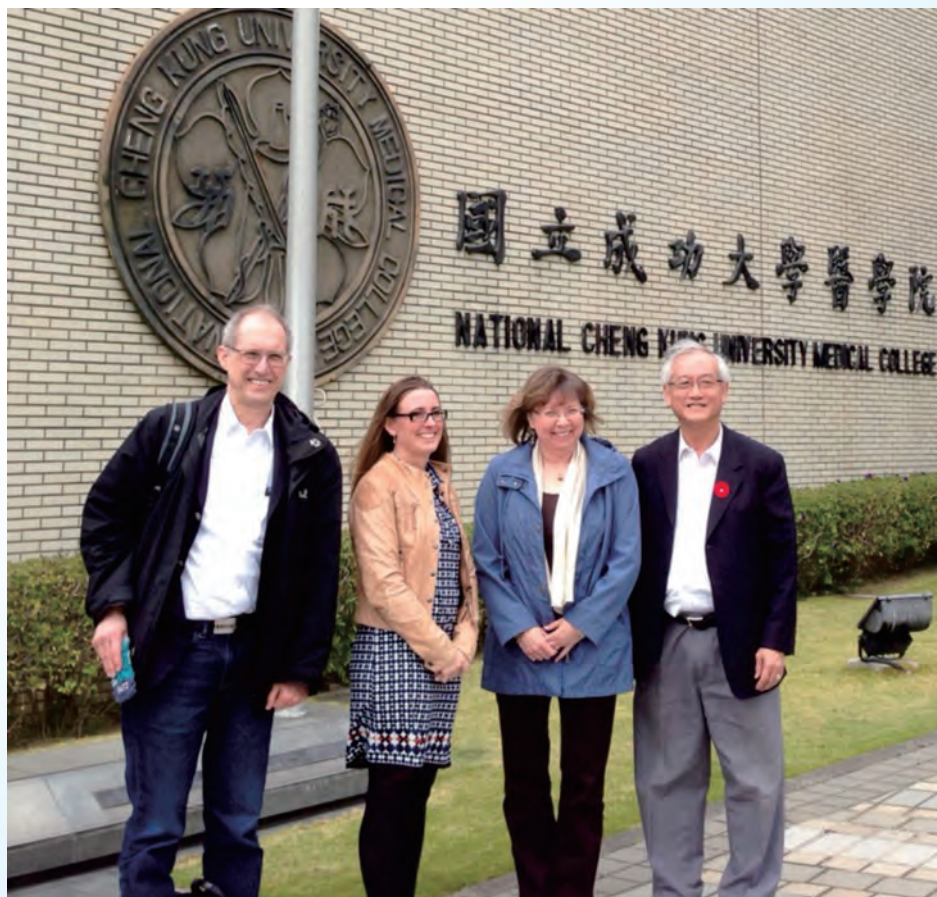
## 1040209~10 Symposium for Obstetrics and Gynecology



致贈校部紀念品～



## 1040209~10 Symposium for Obstetrics and Gynecology



感謝各位國外學者蒞臨參訪～



## 1040209~10 Symposium for Obstetrics and Gynecology



餐敘合影！



# 104.03.28~29科部自強活動-日月潭

圖/吳宛珊、劉宛靈  
文/田惠文



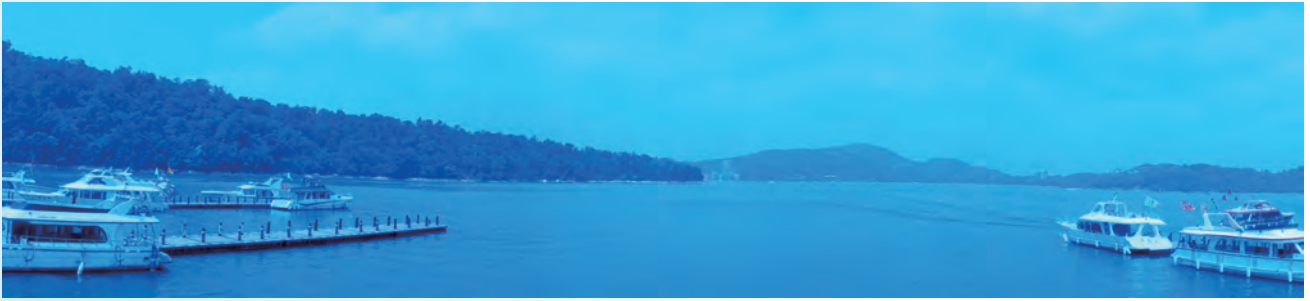
大家一起開心出遊去～



天氣晴朗，是個適合遊玩的好日子～



104.03.28~29科部自強活動-日月潭



美麗的湖邊景色



日月潭九蛙



104.03.28~29科部自強活動-日月潭



開心幸福的一家人～



來一張大合照！



104.03.28~29科部自強活動-日月潭



認真地聆聽導遊的介紹～





104.03.28~29科部自強活動-日月潭



全體大合照！耶～



# 104.03~04兼任醫師回院授課

圖/吳宛珊、劉宛靈  
文/田惠文



104.03.02許朝欽醫師



104.03.16林錦義醫師



## 104.03~04 兼任醫師回院授課



104.03.25 張令瑋 醫師



104.03.27 吳銘斌 醫師





# 新婚誌喜篇

圖/吳宛珊、劉宛靈  
文/田惠文

104.03.01鄭安蕾專科護理師-台南商務會館



～美麗的新嫁娘～



104.03.01鄭安蕾專科護理師-台南商務會館



要永遠幸福美滿甜蜜喔！！





## 104.03.18陳柏帆、梁玉玲醫師-弄瓦之喜

圖/吳宛珊、劉宛靈  
文/田惠文



恭喜！！新手爸媽～喜獲千金！



轉眼之間，同馨會刊已經出版至第十五期了，從百年同馨成立至今，也渡過四個年頭了，在各位醫師的大力支持下，同馨會雜誌得以如期出刊，儘管在邀稿過程總有波折，但仍是秉持著同馨會的初衷，持續收集彙整醫師們的相關文章，分享給所有婦產科同仁，並透過會刊的發行，以便得知目前科部最新動態及訊息，提供更多相關醫訊並做為散文雜記之抒發平台。

本期內容：王培中醫師以案例分析方式探討「懷孕中期的無情殺手——子宮頸閉鎖不全」，內文詳盡的敘述及分享超音波在預防與診斷早產方面的運用，在目前少子化的社會，每一位準媽媽都希望小孩是健康而且生產過程是順利的，但往往還是有很多未知的變數，怎麼去避免及預防，便是現今醫師及準父母們關注的重點。張令瑋醫師「德/歐點滴系列（四）」仍接續著分享德國許多別具特色的景物，美麗的照片配合著文字生動的描述，令人彷彿身歷其境，有股心曠神怡之舒暢感！此外蔡幸芬醫師的台南美食系列，這期介紹版圖拓展至台南縣，雖然台南市區美食不斷，但台南縣鄉鎮之間，也隱藏了不少獨特且道地料理，看著這一系列美味佳餚，不得不讚嘆台南真是個美食天堂呢！「日本京都」應該是許多人已經走訪過的地點之一，但欣賞蕭夙娟醫師的遊記後，依然可感受到櫻花綻放的迷人魅力，就算多次造訪也有不同的體驗。張峰銘醫師—書道系列辛棄疾，除了對歷史文學了解透徹外，寫書法的功夫更是了得，欣賞張教授書道系列下來，除了讚嘆其文筆非凡外，書法更是出類拔萃，實在是令人由衷欽佩不已呀！

這次望年會不同往年的是特地重金聘請樂團蒞臨表演，高亢激昂的曲風，帶動現場愉悅沸騰氣氛，頓時也消除了整年的疲憊與辛勞，在這輕鬆歡樂的氛圍裡，激發大家更多往前進步的動力，相信往後婦產科前景必定是一片美好！今年度科部旅遊—日月潭，

大家也是參與踴躍，攜家帶眷、親子共遊，更是舉辦旅遊的日的之一，平時匆促忙碌於工作，必是無暇陪伴親密家人，故藉由一起與同仁及親屬出遊之機會，大家互相交流分享，彼此也更能增進情感，更有向心力。

感謝各位協助撰文的醫師撥冗撰寫文章，讓同馨會雜誌能夠持續順利出刊，於此獻上萬分的謝意！也希望各位讀者們對於會刊有任何建議，可以提供相關的意見，畢竟同馨會刊仍還是有許多待改進的空間，唯有大家的指導與修正，相信同馨會刊下一期一定會更好！



## 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



親愛的會員同仁大家好：同馨會創刊至今，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！

## 留言版

- ♥ 蔡幸芬醫師的美食專欄，感覺很豐富精彩，真是感謝蔡醫師提供了許多台南美味，讓大家可以認識更多美食，也可以實地品嚐更多不同風味的料理。  
小魚兒 留
- ♥ 看到許多新進人員的加入，相信婦產科未來一定會有更美好的前景。 喬治 留
- ♥ 活動照片非常精彩呢！有新婚也有喜獲麟兒，真是喜事連連呀！ 小新 留
- ♥ 看到這麼多精彩活動的相關照片，感覺大家的生活真是多彩多姿及有趣呢！  
松露 留
- ♥ 可以閱讀到醫師們的文章感覺很有收穫，似乎都會有不同的啟發耶！ 綠茶 留
- ♥ 感謝同馨會刊的用心，讓我們可以欣賞到很多精彩的照片及文章。 Andy 留
- ♥ 希望同馨會刊可以繼續編輯下去，讓大家可以一直閱讀更多好文章。 Baron 留
- ♥ 透過同馨會刊，讓我們follow到很多相關的訊息，感覺還相當不錯啦！ 珮珮 留
- ♥ 希望藉由同馨會刊的發行，能夠讓大家彼此互相交流及分享近期的相關動態。  
Angel 留
- ♥ 同馨會刊還不錯看，要繼續努力加油喔！ 小蘋果 留
- ♥ 每位醫師的文章都很有內容，非常有幫助。 大牙 留