



长寿保健

流感季最怕病毒细菌齐上身，染上肺炎更致命！台大医院癌医分院综合内科部主治医师姚宗汉说，肺炎链球菌是造成肺炎的一大威胁，美国研究发现1，年长者年纪越长，罹患肺炎风险越增。若超过65岁又有慢性肺部疾病，感染肺炎链球菌肺炎风险比一般人增7.7倍，恶化成侵袭性肺炎的风险更增加6倍以上，是不可忽视的夺命危机。

每年冬季流感病毒流行期，同时也是肺炎链球菌感染高发时期。肺炎链球菌是造成肺炎的常见细菌，近年因推动肺炎链球菌疫苗预防接种，感染比例虽有下降，但根据2018年发布台湾肺炎诊治指引的统计，肺炎链球菌造成的威胁仍比其他细菌大。特别的是，人体鼻腔可

能就有肺炎链球菌寄居，免疫力好时，对人体无威胁；一旦免疫力下滑或身体先遭病毒感染攻陷，细菌大军就容易长驱直入，形成严重的二度伤害。

姚医师表示，若有糖尿病、慢性心脏病、免疫风湿疾病、慢性肝病、免疫功能不全、慢性肺病的人，罹患肺炎的风险较高。慢性肺病涵盖者，包含支气管扩张症、慢性阻塞性肺病、气喘等，也不乏有抽烟习惯者。这些风险族群不管在哪个年龄层，都比同龄的健康者更容易感染肺炎。

身为胸腔及肺癌专科医师的姚宗汉表示，肺癌患者也是罹患肺炎的高风险群，因肺部功能受损同时也会道致局部免疫力遭破坏，增加肺炎感染的机会；另

肺炎恐致肺部功能受损慢性肺病者接种疫苗应筑起肺炎的防护网

外，肺癌病人接受化疗也会让全身免疫力下降，亦要注意肺炎链球菌的威胁。

至于肺炎是否增加罹患肺癌风险，姚医师说，目前医学界研究结果尚无共识。但肺部曾遭严重破坏者，如肺纤维化、严重肺结核的病患，可能增加日后罹患肺癌的风险。肺炎若及早治疗，可痊愈且不留后遗症，但重症者则可能留下严重肺部损伤，民众应有防范意识，更应提高警觉。

除了肺炎高风险群应该接种疫苗，姚医师也提到过去曾接触一名年仅28岁的军人，因为感染流感后续又并发严重的肺炎，双侧肺都发白，必须住到加护病房还得插管。因此提醒大家，肺炎绝非年轻者的专利，年轻人也不要铁齿，若是身为感染高风险群，可评估接种流感疫苗和肺炎链球菌疫苗。而，部分自费肺炎链球菌疫苗农历年后费用将上升，各家医院费

華人健康網

肺炎恐損害肺功能
打疫苗築起防護網



用不一，民眾評估自身的狀況，並與醫師討論接種，以增強自身的保護力。

最後姚醫師也提醒，肺炎症狀有可能跟感冒

類似，民眾可能以為是感冒而輕忽治療導致延誤。感冒通常是全身性症狀，會倦怠、全身痠痛、有上呼吸道症狀、些微發燒；肺炎則是症狀

比較集中，咳嗽、有痰、且會高溫發燒。如果民眾發燒38.5度超過3天，就應盡速就醫，可能是感染流感或肺炎，必須進一步積極治療。



家庭论坛

爱就是不问值得不值得！

愛

就是不問值得不值得！

张爱玲的文笔犀利，写了许多著作刻画男女爱情的细腻情感，尤其许多精炼句子独树一绝，让人颇有深感，因而多位年轻学子印象深刻而喜爱。

其中这两句话相当流传：“我要你知道，在这个世界上总有一个人是等著你的，不管在什麼时候，不管在什麼地方，反正你知道，总有这个人”；“你问我爱你值不值得，其实你应该知道，爱就是不问值得不值得”。

如果这世界上，无论在外受到多少风雨，有这样不离不弃的爱，有一个这样永远不改变的人在等你，多好。如果爱还要讲究条件、讲究地位、讲究身分、讲究金钱，有没有价值，那还能说是“爱”吗？

她写得这麼好，形容得这样贴切，但看她的一生，我却不知道，她是否得到了一位那样的人跟那样的爱了？

这世界上，到底有没有这样“永远等候”作你避风港的人，跟这样的“不谈条件、不受时间改变”的真爱？看看周遭的人，真的有的吗？仿佛得到的人，都是少数幸运儿？其实，真的有的！

那个愿意“永远等候”

作你避风港的人，就是主耶稣。那种“不谈条件、不受时间改变”的真爱，就是主耶稣的爱。

圣经就说到，人要称主耶稣的名为，以马内利，就是神与我们同在。“看哪，必有童女怀孕生子，人要称他的名为以马内利。”（以马内利繙出来，就是神与我们同在。）”（太1:23）

再相爱的人，也没有办法保证陪到路终，非不愿，乃不能也，并不是不愿意，而是难以作到。“看哪，我天天与你们同在，直到这时代的终结。”（太28:20）

但主耶稣，祂不仅是与我们同在片刻而已，祂能永久的与我们同在，不受时空、不受地点的限制，祂能永远与我们同在。

人们总是企求真爱，但很少想过自己许多的不足、缺点，若我们有这么多的不堪，有谁愿意长久、无代价、永远的付出他的爱呢？

“为义人死，是少有的；为仁人死，或者有敢作的；惟有基督在我们还作罪人的时候，为我们死，神就在此将祂自己的爱向我们显明了”（罗5:7-8）

这世界上的人，或许有人愿意为有道德、公义、慈爱的人而死，但愿意为罪犯而死的人却少有。只

有主耶稣，在我们还是罪人时，我们甚至还未为祂付出过什麼前，祂已经先无怨无悔、无条件的爱了我们，还为我们的罪，死在十字架上，为我们将我们从神的忿怒救拔出来。

“谁能使我们与基督的爱隔绝？难道是患难麼？是困苦麼？是逼迫麼？是饥饿麼？是赤身麼？是危险麼？是刀剑麼？…”

因为我深信，无论是死，是生，是天使，是掌权的，是现今的事，是要来的事，是有能的，是高，是深，或是别的受造之物，都不能叫我们与神的爱隔绝，这爱是在我们的主基督耶稣里的。”（罗8:35-39）

祂不仅为我们而死，祂的爱还超越一切的限制，没有任何人事物能隔绝我们与主的爱，祂永远爱我们。

而今天最棒的，是祂的爱没有条件，祂的陪伴没有限制。只要我们愿意，祂就与我们同在。只要我们接受，祂的爱我们就能享受的。而且最重要的是，立即就能拥有，不用等待，不会变质，不会朽坏。想要获得永远的避风港，陪伴你一生，无论如何永不改变的爱吗？

我们可以对主说：“主耶稣，谢谢你爱我，原来你的爱是这麼不改变，是这样无条件，是这样不受限制。甚至在我作罪人的时候，就为我而死在十字架上。我现在愿意接受你，进到我的心深处，让我享受祢的陪伴，以及祢永远的爱。”

来源：水深之处

人生感言

《虎年说虎》

- 最聪明：调虎离山
- 最愚蠢：放虎归山
- 最滑稽：狼吞虎咽
- 最惊险：虎口拔牙
- 最可笑：虎头蛇尾
- 最可怜：谈虎色变
- 最可怕：虎视眈眈
- 最可悲：为虎作伥
- 最强壮：虎背熊腰
- 最可爱：虎头虎脑
- 最紧张：谈虎色变
- 最威风：虎虎生威
- 最危险：虎穴龙潭
- 最讽刺：画虎类犬
- 最幸运：虎口余生
- 最神秘：卧虎藏龙
- 最假冒：狐假虎威
- 最无奈：两虎相争
- 最美好：如虎添翼

“应当一无挂虑，只要凡事藉着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉上帝。上帝所赐出人意外的平安，必在基督耶稣里，保守你们的心怀意念。”

~腓利比书4章6-7节~