



第
三十三
期

發行：財團法人楊丁文教基金會

地址：436-53 台中市清水區鎮北街五福巷 5 號

電話：(04)26222179 傳真：(04)26225979

郵撥：22091886 戶名：財團法人楊丁文教基金會

發行人：周春霖

編輯：「鼎」編輯委員會

民國 89 年 4 月 20 日創刊 105 年 05 月 20 日出版

網址：<http://www.yangding.org.tw/>



賀 楊丁文教基金會創立 20 周年

楊丁老師與清水中學

本會 104 年度蔡坤維主任醫師專題演講
『健康是事業的基礎』

感謝捐贈本會設立指定獎學金

本會 105 年度專題演講——廖一久院士
演講『我的學術生涯，併談對同學們的期許』預告

捐款功德徵信錄



蔡坤維主任醫師主講【健康是事業的基礎】

路不走最遠 事不為最難 願有多大 力就有多大 有志者 事必成

與鄉親共勉～

周春霖 105.04.20

楊丁文教基金會

宗旨：培植精英 造福社會

董事長	周春霖	
名譽董事長	李有福	
常務董事	王弘毅	林塗
	卓文川	陳瑤塘
	楊清華	蔡朝嘉
董 事	王烟超	王淑燕
	吳彥霖	高炳榮
	陳憲慶	梁富田
	楊金德	楊素芬
	楊宗明	蔡焜燦
	蔡慶儒	鄭富
	鄭國烟	賴宗良
執行長	楊素芬	
副執行長	楊宗明	
財務長	王淑燕	
顧問	吳金生	吳長鋹
	李金珠	洪增銓
	黃仲生	黃春生
	陳錦清	楊培塔
	楊金鐸	楊劉秀華
	楊百島	楊秋雲
	楊清隆	楊真治
	楊厚鏞	楊典忠
	楊本源	莊詩嘉
	蔡堆	蔡嘉藤
	蔡獻如	蔡添丁
	蔡維修	蔡天賜
	蔡圓月	廖榮輝
	鄭清塗	劉金華
	謝春貴	謝宜靜
	顏水滄	王正己
網頁志工	陳明民	

賀 楊丁文教基金會創立20周年

楊丁文教基金會創立已滿20周年，令人振奮，值得慶賀。本會之創立因緣，是於民國85年間，因為素有「清水孔子公」美譽之楊丁先生以九十二歲高齡仙逝，家人、地方賢達及其生前常隨之學生，為紀念楊先生一生為台中海線地方教育及政治之偉大貢獻，希望其教育家、政治家之精神，能永續長存，而創設之公益財團法人，宗旨在「培植菁英，造福社會」，以提升地方文化，養成地方人才，終達才為世用，創造社會幸福。

▼本會董事長 周春霖



本會經歷屆董事會及執行人員之努力，已進入成熟階段，越來越受地方賢達及莘莘學子的肯定與重視，前者認同本會之宗旨，與信任本會之機制，願將善款捐給本會，由本會統籌發放獎學金，或委由本會代為辦理特定意義之獎學金事務；後者則以獲得本會之獎學金及獎狀為榮，積極申請，作為肯定自己之方式，也為資助己身教育經費之財源，尤有甚者，本會亦為地方教育人士所認同，鼓勵所屬學校學生向本會申請獎學金，比如民國104年提出申請之學生數即達248名。由於各界對本會之肯定與協助，本會之會務始能順利推動，筆者忝為本會現任之代表人，於此亦代表本會深致誠摯

之謝意，本會有各界之關心、愛護、肯定、鼓勵之下，一定會更加茁壯，為社會付出更多，不致令大眾失望。

本會係文化教育基金會，顧名思義，其所營事務，除發給學生獎學金之外，當然包括地方文化教育事務，因此本會每年均有聘請各界菁英人物在獎學金頒獎會場作專業且精闢之講演，使與會大眾得以瞭解講師專業之內容，及讓學生得以知曉每位專家成功背後之努力，由崇拜而生效法之心，將來亦能成為社會菁英。本會近年來亦與其他地方公益團體，協辦兒童成長營，從社區小孩兒童時期即予以關懷其成長過程，灌溉其文化甘露，使小孩將來都能成為有文化水平的好公民。

文化教育包羅萬象，例如好書的介紹與推廣，好人好事的介紹，各種文化藝術之傳承，每一種都可能是本會將來在本會所設「鼎」雜誌上出現，或以其他方式參予，此亦是本會將來可以無限成長之希望。無可諱言，本會目前偏重於對清寒及優秀學生之獎學金發放，然吾等不可忘記本會所以成立之意義之一，是紀念一位令人景仰的偉大教育家楊丁先生，所以本會當不能無視現今教育界存有近如楊丁校長一樣好的、優秀的老師之事實，所以本人認為如何表揚對於教育有卓越貢獻的老師，亦應列入本會未來重要事務之一，使各個老師得以一起來效法楊丁先生精神，讓每個老師都是「孔子公」，都是優秀好老師，都能竭盡心力將我們的孩子教育好。有好老師當然就能教育出好學生，有好學生，家中就會有好子弟，國家就會有好公民，這個國家社會要不好也難。當然，我們也要讓獲得楊丁文教基金會所表揚的老師，能深感獲得此一獎項，是其一生最崇高的榮譽，樂受表揚。但願未久之將來，此一獎項得以辦理。

創辦及經營公益性財團法人基金會，財源自是基金會存在之所依，如同人體之血液，一個人體內之血液如果流盡，其生命必是早即不

保，基金會如果沒有充足財源，當然無法繼續存在。本會自創會以來，每年所發獎學金，有增無減，如民國 104 年所發放之獎學金即有新台幣一百零四萬九千元(得獎者 158 名)，此等款項多由社會賢達資助，及本會各個充滿愛心的董事與顧問所捐出。這些熱心公益之人士，不為名，不為利，每年都默默的省吃儉用，為這個社會無私的付出，令人欽敬，尤其董事與顧問等，不但出錢還須出力，常須擱置私人之事，出席董事會，參予會務，從無厭倦，此等愛心，難能可貴，本人亦利用此一機會，至誠拜謝。唯在此仍請諸位賢達、董事、顧問，不改初衷，愛心無限，繼續關心、參予、資助本會，使本會得以永續經營，利益社會大眾。

基金會事務性工作，幾乎全落在執行長所領導之工作人員身上，本會所有工作人員總數不過三、四個，從經費的勸募、管理，出納、帳務、文書工作，獎學金申請案之處理、發放獎學金典禮之安排、鼎雜誌的發行等等，非常多事務性工作，都落在包括執行長在內的三、四個工作人員肩上，而所有工作人員都是無給職，這種長期無私的奉獻，著實令人感動。他們是本基金會之中堅，本人在此向全體工作人員致最高的敬意與謝意---您等辛苦了。

最後，祝願任何參予本會事務之人士，包括為本會付出人力、物力之善心人士、曾經向本會提出獎學金申請之學生，與本會有過任何接觸之人，都能幸福快樂，也祝福本會業務蒸蒸日上，我們的國家社會安定，國人平安吉祥。

周春霖董事長簡介

- (1) 民國 105 年一月一日接任本會第七屆董事長
- (2) 曾任彰化地方法院檢察署檢察官
- (3) 曾任台中地方法院檢察署檢察官
- (4) 現任正群法律事務所律師

楊丁老師與清水中學

本會創會董事長 李有福 · 本會顧問 楊厚鏞



楊丁老師和李有福先生合影

與楊丁恩師合影

母校創校七十週年，教學成績始終亮麗輝煌，回憶創校艱辛，筆路藍縷，令人敬佩。

早年清水地方因有蔡惠如、楊肇嘉、楊丁、楊基銓、王甲乙等名人，在台灣地區被譽為文化鎮；民國34年二次世界大戰結束，台灣光復，地方人士認為教育重要，敦請楊肇嘉、楊丁先生極力爭取設立清水中學。民國35年初楊丁老師奉派籌辦縣立清水初級中學。同年四月奉准招生，尚未有校長，楊丁老師即擔任首任教務主任。開學面臨的問題是：(1)師生溝通的語言障礙：大陸籍老師講的是國語，甚至有少數鄉音較重的老師，學生根本聽不太懂。所幸時任教導主任的楊丁老師以他崇高德望、高風亮節、穿著簡樸、一言一行，皆是學生耳濡目染的最佳典範，由於受到各界敬重，就由他招攬幾位資優本土老師到清中執教。這些本土老師皆是接受日本教育，所以都不懂國語，一夕之間要用國語教學較難勝任，楊丁教導主任，透過他的關係找了一位隨國民政府遷台的台籍老師徐月玉在課後或假日義務指導台籍老師學習國語，到一定程度時再請大陸籍曹宏澤老師、趙相元老師進階教導台籍老師國語文，很快地語言障礙排除，每位台籍老師的國語發音皆音正腔圓，教學效率自然提高。此外，楊主任每天下班後，留在學校教大陸籍老師說台語，讓大

陸籍老師和台籍老師可以溝通並方便解決生活上的問題；(2)大陸籍老師初到清水的居住問題：大陸籍老師初到清水人生地不熟，楊主任幾乎都親自到火車站接他們，並先幫忙安排住的地方以能安定下來。另外，大陸籍老師遇到生活上的疑難雜症，也都找楊主任幫忙並解決；(3)校舍簡陋：清水初中校址係日人小學，校舍簡陋，設備破舊。創校初經費有限，楊主任於是帶領全校師生利用勞動服務和課餘時間，不辭勞苦，往鹿寮溪搬運石頭，拌合水泥，奠定地基，興建教室，發動全體學生不分男女，自帶鋤頭等工具，整修操場，採集樹苗，栽植花木，整理校園，美化環境。時常看到楊老師率先脫下上衣，捲起褲管，打著赤腳，汗流夾背，勞心勞力，辛勤的領導做工，及指導學生繪製歷史年代表、歷代疆域圖、各省地理掛圖，以及注音符號等教學圖表，真可謂發揮高度的克難精神，充實了部分的教學設備。

楊主任為了學生學習效果，特別加強教學，常常與全體老師互相研究，苦心學劃，並利用課餘或晚間聚集一堂、批改作業，互相交換教學心得及做課前準備工作等，俾期以最好的教學方法，全心全力，教導學生。尤其是在楊主任教地理課時，不用看課本，在黑板上信手繪畫地圖，並在教學過程中，將地理位置，地形分布，重要都市，交通情況，產物集散地等，隨時表明於圖上及與該地有關的特點等。在指定學生作業亦要求自繪地

圖，藉以加深記憶，提高學習效果，其教學方式透徹明瞭，使學生印象深刻，難於忘懷，學生對枯燥乏味的地理都產生了興趣。清水中學在楊主任的帶領下，老師熱心教學，學生認真學習，學生學業成績無不顯著進步，品德端正，精神煥發。清水中學參加第一屆大台中縣（包括台中、彰化、南投三縣）學業競賽時，演講、作文、注音、書法、美術、壁報、音樂、話劇等，榮獲總冠軍。次年又得到單項兩個第一總成績第二名之佳績。輔導升學更不遺餘力，每年考取師範學校者，有十幾名之多，其他考取台中一中、二中、女中、彰中、彰女、中工、中商、彰工、彰商各校者亦為數不少，凡志願升學者，均可如願以償。如第一屆畢業生陳秋江考取台大醫學系，第二屆楊培塔考取台大經濟系，那個年代初中升學率在中部地區以台中師範、台中一中為指標，第一屆初中畢業生考取台中師範、台中一中就有十幾位同學，清中的校譽大振。當時清水初中學生學成績遠勝於大台中內的其他縣立初中，校譽日隆，遐邇聞名。這是楊主任每天很早到校，很晚才回家，[鞠躬盡瘁，努力不懈]，所換取的豐碩成果。

楊老師是教導主任但卻又像校長，因為真正的校長時常在更換，只有他永遠留在學校處理校務。清水中學當時招收的學生，大部分是清水鎮到大肚鄉的鄉下子弟。凡學生有找楊主任的，他從不厭煩。不但傾聽，而

且立刻處理。學生只知道學校的一切活動都是楊主任在指揮，全校大大小小的事找楊丁老師就是沒有錯。楊老師是學生的教導主任，又是學生的任課老師，平常又是學生的保母，在校園裡他又勤奮的像工友。把清水初中這位靈魂人物比喻為[校長兼敲鐘者]雖不禮貌，但學生們覺得很恰當。此外，楊老師有過目不忘的超強記憶，全校六百多位學生名字不但熟記，而且對他們的素行和家庭背景也瞭如指掌；絕大多數被他教過的學生，在畢業幾年後，楊老師仍能直呼出他們的名字來。學生對楊老師的喊叫名字，亦喜亦憂，敬畏有加。

民國三十九年二月，學校招收高中部春季班，成為完全中學。同年教育廳列出計畫，將於清水中學和大甲中學中擇一改為省立。楊主任為了爭取清水中學改隸省立，親自往在地的熱心教育人士公館拜訪，請他們同心協力改進學校設備。各鄉鎮公所、農會和地方人士多被感動，主動樂捐興建二樓教室一棟六間、全套物理儀器、黑板或龍柏樹等，使學校的教學設備更完備。楊主任並到台中縣議會，宣傳清中優良校風及辦學成績之優異，極力爭取全體議員的支持。民國三十九年十一月初，地方名醫蔡垂灼博士突然駕臨楊主任公館，熱忱促請楊主任登記縣議員候選人，以參選理由(1)將來清水中學和大甲中學中何校會改為省立，縣議會之建議舉足輕重，(2)清水人士當選縣議員人數愈多，清水中學改為省立的力量越大，(3)當時登記縣議員候選人的清水人士，尚無教育界出身者，楊主任對清水中學的現況最瞭解，在縣議會席上之發言，爭取將縣立清水中學升格為省立清水中學的有力依據。自那天後每日都有地方人士勸楊主任早日辦好教育登記為候選人。楊主任卻因怕影響學校行政及學生課業而堅持[一位教育工作者必須專心辦好教育]的原則而無意參選。然而地方熱心教育人士、清中張世森校長及全體教職員非請楊主任競選不可，每天都一大批人湧進楊主任公館懇請他參加競選，在難以推辭的情況下，楊主任終於答應參加競選。這是楊老師參政的原因。

民國三十九年十二月，楊老師以第一票高票當選第一屆台中縣議員。民國四十年就任台中縣議員，積極爭取清水中學改隸省立，又得民政廳楊肇嘉廳長在省府從旁全力協助，終於民國四十一年八月，奉准正式改隸省立，功不可沒，又把清中推高一層。楊老師在校仍擔任教導主任，繼續加強教學、擴建校舍和充實設備。民國四十二年一月楊老師連任第二屆台中縣議員，在仍擔任清中教導主任下，八月奉派籌辦縣立沙鹿初工，擔任籌備主任，後代理校長，招收初級紡織科學生。等沙鹿初工招生完畢，楊校長以功成身退，因仍同時擔任清中教導主任，在不願身兼二職情況下，雖經李卿雲董事長挽留，仍舊辭職。楊校長以教育為職志之犧牲奉獻精神，令人由衷敬佩。

民國四十四年一月，楊老師又以第一票高票連任第參屆台中縣議員後，擔任副議長及繼任議長。由於擔任副議長不能再任教職，楊老師於是辭卸清中職務，但仍兼任地理教師。民國四十六年二月起，楊老師將清中兼課鐘點費全部捐給清中，分文不取，全部捐為獎學基金，交由學校設置[楊丁老師獎學金]專戶，按月存入生息，自民國四十七年起，每年核發獎學金，獎助清寒優秀學生，鼓勵向學，完成學業。楊老師平時雖然過的是最儉樸的生活，但是為了學生前途，發揮偉大的教育愛心，捐輸全部鐘點費，獎助需要照顧的學生，其仁風義舉，深獲全體師生的尊敬，社會人士的讚許。楊老師這種只盡義務，不享權利的工作，一直延續到民國五十九年被三顧茅廬禮受聘出掌嘉陽工商為止。

楊老師民國四十七年一月連任第四屆台中縣議員，民國四十八年十二月又在地方人士推舉下當選清水鎮長，民國五十三年一月連任清水鎮長，民國五十七年二月卸任清水鎮長，二任八年政績卓著。楊老師鎮長任期屆滿仍淡泊名利，辭退優厚的工作機會，回到清中，繼續其為國家培育人才的抱負，擔任教師工作，奉獻教育至民國五十九年八月光榮退休。退休後，受邀出掌嘉陽工商校長，但仍時時關心清中，於民國六十六年三月起擔任清中家長會長。楊老師自建校後為清中勞心勞力，不僅學生在校時以愛心和耐心，認真教導學生，即使畢業後，仍愛護有加，關懷追蹤，瞭解工作概況，更以學生的成就為榮，默默協助學生開創前途，並盡心竭力為學校的前途發展而努力，數十年如一日，為光大清中校譽為己任與全體師生、同心協力，創造清中優良校風，奠定清中光輝燦爛的前程。

楊丁老師被譽為清水孔聖，他一生的教育精神與清中連結在一起，他往生後多位校友認為他的軀體可以仙逝，但他的精神不能消失，即成立楊丁文教基金會，至今已廿週年。楊丁文教基金會在歷屆董事長，李有福先生、楊基銓先生和王甲乙先生，及今年接任董事長的周春霖先生的英明領導，歷屆董事和顧問們的全心投入，及許多社會熱心人士的肯定、相挺和贊助下持續茁壯，累積至去年計獎助清中在校生和台中港區學生數有一八八八人次，發出獎助學金八、四三六、六五〇元，並每年舉辦學術講座，激勵清中在校生和台中港區學子，績效斐然。今年欣逢楊丁文教基金會創立滿20週年，在慶賀基金會生日的同時也緬懷楊丁老師精神。期望楊丁文教基金會未來繼續成長與茁壯，獎助更多優秀清寒學子，培植更多優秀人才，發揚楊丁老師精神，造福社會和國家。

今年母校創校七十週年，隆重向母校表達敬賀之意，並祝母校教學成功、校運昌隆。

(本文作者楊厚鏞先生和李有福先生分別為清中第一屆和第八屆畢業生)

感恩本會創立滿 20 周年

執行長 楊素芬

欣逢本會創立滿 20 週年，這 20 年來楊丁文教基金會能穩定成長並持續辦理公益活動，全賴歷屆董事長，李有福先生、楊基銓先生和王甲乙先生，及今年接任董事長的周春霖先生的英明領導，歷屆董事（特別感謝卓文川、林塗、楊清華、蔡朝嘉、鄭國烟、廖榮輝、楊金德、陳憲慶、蔡慶儒、鄭富、王烟超、王弘毅、周春霖、陳瑤塘、吳彥霖、賴宗良、蔡焜燦、蔡圓月、吳金生、楊真治、楊培塔、楊百島、楊厚鏞、黃春生、鄭清塗、劉金華、梁富田、高炳榮、王淑燕和楊宗明等先生 / 女士對本會各項活動的鼎力協助和贊助）和顧問們的全心投入、熱心支持，及許多社會熱心人士的持續肯定、相挺和贊助。感謝有您們，才有今天的楊丁文教基金會。

這 20 年，本會舉辦之公益活動主要在邀請社會賢達人士與會專題演講和獎助清寒優秀高中職和大學學生以鼓勵學子了解社會動態，產業趨勢和國際問題，並鼓勵學子即時努力、勤奮上進、精益求精、把握現況、開創未來和追求卓越以期能回饋鄉土及社會。20 年來，本會在稀少的人力下已舉辦十八場教育系列專題演講，邀請的演講者有(1)本會楊基銓董事長、王甲乙董事長和蔡焜燦董事，(2)學術單位的學者：中央研究院曾志朗院士、朱經武院士、廖一久院士、台灣大學傅佩榮教授、清大李家同講座教授、清大陳文村校長和中教大楊思偉校長，(3)文史學者：白慈飄女士、張炎憲前國史館長和中研院許雪姬所長，(4)司法專家：賴英照大法官，(5)企業領導者：王品戴勝益董事長、巨大劉金標董事長及佳音英語創辦人黃玉珮博士，和(6)醫藥專家：大林慈濟醫院蔡坤維主任醫師。感謝這些演講者不辭路途遙遠願意來清水和大家分享知識和鼓勵學子，還有演講者將演講費再捐回給本會，甚至也有再多捐款的。他們的愛心和熱心都讓我們感動不已。我們也要特別感謝清水高中的歷任校長持續支援本會的活動場地和人力。此外，本會頒發的獎學金額截至今年會超過 900 萬元，且受獎學生會超過 1950 人次。這些受獎學生中有些已投入職場並能回饋和支持活動，讓本會欣慰又感動；此外，有些捐款者則是受獎學生的家長，這給本會莫大的鼓舞。近年，本會和台中港青商會每年協辦台中

港區國小五、六年級小天使夏令營，並在有餘額的預算下補助清水區國小五、六年級小天使校外教學活動。未來我們希望大家的認同、支持和贊助下持續營造豐富與精致的文教活動及獎助、扶持更多優秀且具潛力的品德兼優清寒和優秀子弟發揮潛能、追求頂尖以造福鄉梓、社會及國家。

去年底，永遠為本會盡心盡力的大家長王甲乙董事長不幸仙逝，令大家非常不捨。王董事長往生前還特別交代子女捐款本會 30 萬元和原來的 [王林東杏女士紀念獎學金] 合併為 [王甲乙先生和王林東杏女士紀念獎學金] 以持續獎勵清寒學子。本會今年開始頒發 [王甲乙先生和王林東杏女士紀念獎學金]。王董事長對本會的貢獻和遺愛家鄉學子，我們永遠衷心感念，不敢忘懷。本會下一期鼎雜誌規劃有紀念王甲乙先生的文章刊登。此外，謝謝李正堯老師為培育及鼓勵鋼琴音樂人才，今年特於本會設立 [鋼琴卓越獎學金]。[鋼琴卓越獎學金] 指定獎勵國立清水高中音樂班主修鋼琴之應屆畢業生，且於當年確定就讀台北市立大學、國立台北教育大學或國立台中教育大學之音樂學系主修鋼琴者，每校錄取一名，每名獎學金伍仟元；旅日華僑陳焜照先生是清水人和先祖父是很好的朋友，印象裡他每次回清水都會到家裡訪問先祖父。在家裡我也常聽到先祖父提到陳焜照先生的事情。陳焜照先生往生後，家屬拿一筆錢委託先祖父在清水頒發獎學金。先祖父於是成立 [陳焜照先生獎學金委員會]，每年由先祖父帶領的委員會頒發獎學金。先祖父往生後由他的學生陳瑤塘先生主持 [陳焜照先生獎學金委員會]。感謝陳焜照先生獎學金委員會委託本會今年開始頒發 [陳焜照先生紀念獎學金]，獎助設籍清水區之清寒優秀大學生三名，每名獎助學金一萬元。本會欣見各種獎學金在本會的設立，以獎勵更多的港區優秀學子。我們保證必將善款發揮到極善。

未來，本會一定要持續成長和茁壯，希望有熱心公益人士可以加入本會，提供更好的活動想法及支援各種活動。也冀望關心本會的人士不吝給予各種建言，並持續給予本會鼓勵和支持，使得公益業務足以年年推動且舉辦的各項文教活動可以更多元、豐富和邁向完善。

本會104年度專題演講

健康是事業的基礎

佛教大林慈濟醫院老人醫學科主任 蔡坤維醫師



▲104年7月31日國立清水高中樂學樓演講

王董事長、李董事長、賴校長、各位來賓、各位同學。我是蔡坤維醫師，現在擔任大林慈濟醫院老人醫學科主任，老人醫學科在台灣醫學是相當新的一科，通常在醫療資源較豐富的都會區才有。因為我覺得在雲嘉地區比較少這樣的科別，所以在大林慈濟醫院開設老人科。雖然各位現在都還年輕，不過想在老年時擁有健康的身體，就要趁年輕有健康知識，保養身體。

我從台大醫學院畢業以後就直接到美國，在美國一待就待了三十年，十二年前接受慈濟醫院的邀請回到台灣為鄉親服務。所以相當了解美國的醫療系統跟台灣的現況。就現代醫學而言，我覺得美國是仍然是世界上最先進的國家，所以它很多地方是值得我們學習的。

大家都知道健康是事業的基礎。所以每個人都想有健康的身體，首先舉幾個案例說明我們身體可能會發生哪些問題。第二、我要強調的就是現在的醫療其實相當進步，過去四十年來醫療技術進步神速，大家絕對要相信現在醫療是有辦法治療絕大多數的疾病。第三、我要強調如何預防

疾病的發生，即預防勝於治療。最後講關於公眾利益是大於個人利益的原則；雖然全世界都認為台灣的健保系統很好，但是還有改善的空間，這是因為大多數人使用健保時仍以個人利益為優先。

現在來談第一個主題：影響壽命的因素是什麼 健康是事業的基礎

請看第一張投影片，相信很多人認識這兩位明星，這位是李小龍，他活到三十幾歲，另一位叫Paul Walker，你們大都有看他演的電影吧，其中最具盛名的包括演出《玩命關頭系列》，他活到大概是四十歲左右。這兩位明星不是因為他健康不良過世。李小龍是因為他有藥物問題，Paul Walker是因為車禍喪身的。

請看第二張投影片，這三個歌星也大概都認識吧，鄧麗君小姐她已經過世大概有二十年了，她去世的時候是四十幾歲。這個外國人是木匠兄妹合唱團（The Carpenters）的妹妹 Karen Carpenter 她去世的時候是三十幾歲。另一位是惠妮·休斯頓（Whitney Houston），她去世的時候是四十八歲。他們都是比較早逝，三四十歲中年就往生，他們都有一些健康的問題。

請看第三張投影片，這兩位都是演員，這位是羅賓威廉斯（Robin Williams）大概是六十三歲死亡，他是自殺死亡的。這是克里斯多福·李維（Christopher Reeve），他意外受傷，全身癱瘓經過幾年就往生了，得年五十二歲。

請看第四張投影片，這位是史蒂芬·賈伯斯（Steve Jobs），蘋果公司的創始人之一，人們把他視作麥金塔電腦、iPod、iPhone、iPad 等知名數位產品的締造者。他罹患胰臟癌。賈伯斯接受了9個月的替代療法，但沒有得到預想的效果，才在2004年9月開始接受手術。手術後，檢查

發現癌細胞轉移至肝臟，於 2011 年辭世。享年五十六歲，也是還算年輕。這位是國父孫中山先生享年五十九歲，是因為肝癌，如果不是這個病症的話，還可為國家做很多事。

不健康 ≠ 不能成大業

請看第五張投影片，這個人很有名，他叫史蒂芬·威廉·霍金（Stephen William Hawking，1942 年 1 月 8 日－），英國著名物理學家，現任職劍橋大學理論宇宙學中心研究主任。霍金做出很多重要貢獻，最主要的是他與羅傑·潘洛斯共同合作提出在廣義相對論框架內的潘洛斯－霍金奇性定理，以及他關於黑洞會發射輻射的理論性預測（現稱為霍金輻射）。霍金患有一種不尋常的早發性、慢發性肌萎縮性脊髓側索硬化症，這種疾病俗稱漸凍症。還好有一個細心的太太照顧，他現在七十幾歲了，雖然生病但還是很有成就。

請看第六張投影片這兩個都影星，他們都有糖尿病，這個先生是湯姆漢克斯（Tom Hanks）主演搶救雷恩大兵，是第二型糖尿病患者，第二型糖尿病的身體雖能製造胰島素，但不是量不夠，就是無法被身體善加利用。通常是在 40 歲以後發病，這也是為何它亦稱「成年型糖尿病」。這位小姐是荷莉·貝瑞（Halle Berry）是一位美國黑白混血女演員。第 74 屆奧斯卡最佳女主角獎得主。她是第一型糖尿病患者，第一型糖尿病通常從童年或青少年時期即已開始有。以現代醫療還是可以控制這樣的糖尿病。

請看第七張投影片這幾個人大家都熟，這位是美國前總統柯林頓先生，另一位是娛樂界上的人物，美國脫口秀主持人、喜劇演員、電視節目製作人。大衛·萊特曼（David Letterman），他們都有冠狀動脈心臟病的問題，他們都是成年了以後才得病，由於現代醫學的進步所賜，至今他們還可以到處演講賺錢。

請看第八張投影片，這幾個都是有過癌症，有些是我們國內的有些是國外的。其中這位年輕人最近我有機會跟他見面，他叫黃士祐為台語歌曲創作歌手，並兼記者、小說作家等身份。台語

歌后江蕙唱過他創作的歌，像《炮仔聲》、《紅線》等歌曲。他在 2006 年發現罹患血癌，淋巴性的血癌，經過一系列放射線電療、注射超高濃度化療藥劑療，化療導致頭髮都掉光光，身體很疲倦，挺過烈火延燒般的煎熬，終於抗癌成功。他現在旅居日本，上次回台，還開了演唱會。像這些醫療成功的例子。這都是現代醫學的貢獻

看完以上案例接著來談第二主題：相信現代醫療

我是要大家相信現在醫療的進步及可靠。現在台灣還是有些民眾當罹患嚴重的病症時，會放棄正規的療法，而尋求自然療法、替代療法如素食、針灸、草藥治療、果汁排毒、清空腸道等，甚至還求助過通靈師，但是都沒有很好結果。

我們來看 1930 年及去年 2014 年平均壽命的數據，2014 年的統計結果，男性平均年齡是七十七歲，女性是八十二歲。而 1930 年時男性的平均壽命只有三十八歲左右，女性的平均壽命只有四十三歲，所以國父在那個時候活到五十九歲算是蠻不錯的。我們發現平均壽命持續延長主要原因是：醫療、衛生、營養、居住環境、工作條件的改善，然後大家財富的增加，生活品質改善。還有台灣在 1995 全民健保開辦後，有效降低各年齡別死亡機率，讓國民平均壽命每年男性以二個月在延長、女性以三個月在延長。所以每年平均壽命延長，就是因為我們的醫療進步。

但是國民平均壽命的延長也產生老人照顧的問題。像老人老到一個程度真的是需 24 小時要人照顧，這也造成一個困擾。生命延長也要有健康的生活，所以我們還是對這個問題來努力。

平均壽命持續延長，就如科技的持續進展。

我用現在科技的進步，來比較一下，用現在的科技進步來比較醫療進步，看差多少。我從 1977 開始看病，到現在經歷三四十年的時間。從科技看，現在有 iPhone，以前最早 1970 年代所謂的手機，國外叫 brick phone，這個 brick 就是磚頭，那時候的手機像磚頭一樣大，且只能用來通話。現在手機不但可以用來講話還可以用來打簡訊，可以玩電玩，還可以做很多事情。剛剛提及的賈伯斯 Steve Jobs，他創造的第一台電腦，

是他在的車房做出來的。Apple I在我開始當醫師就有，第一台電腦賣的特別貴，大家看一下那時候的電腦樣子。那時候剛開始就是這樣一個電腦，一個螢幕然後有個鍵盤還有儲存的硬碟。現在比較進步了。這是1990年的東西，這是麥金塔，那還是一樣用磁片來儲存資料。



那最近2010年這個第一代的iPad（下圖左），現在最新的是iPad air。

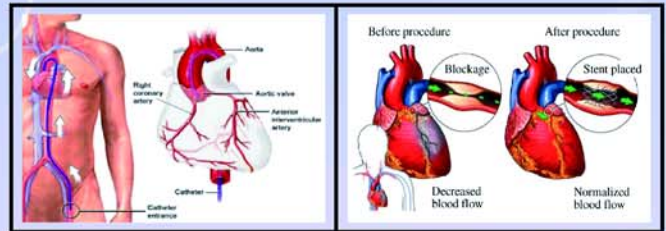


（上圖右）就是我剛剛講那個年代放進電腦儲存東西的，這個叫軟碟，一片軟碟儲存量只有1.2Mb或1.44Mb，要存資料的時候放進去，滿了然後換第二張，所以若要10Mb的話大概需要十幾張磁片。以前在看完病都要自己去備份，萬一電腦壞掉把備份拿出來還可以用。



（上圖左）這是第一代的硬碟，約在1979年，就是放在電腦裡的硬碟，它只有40Mb。而現在進步到隨身攜帶的儲存設備，（上圖右）這個是32Gb的隨身碟，它是40Mb的八百倍，現在我口袋放這個東西可以存八百個硬碟，那價錢呢？當時這個硬碟要900塊美金，那右邊這支呢只要500塊台幣就可以買到了（現在更便宜）。這個進步真的是我個人經歷過的，你們大家可能

沒有想像以前是這個樣子的。這是我兒子女兒小時候在玩電腦遊戲，是平面的，而現在大家玩的都是立體的什麼一大堆啊動畫的。不管電腦還是遊戲都進步很快。



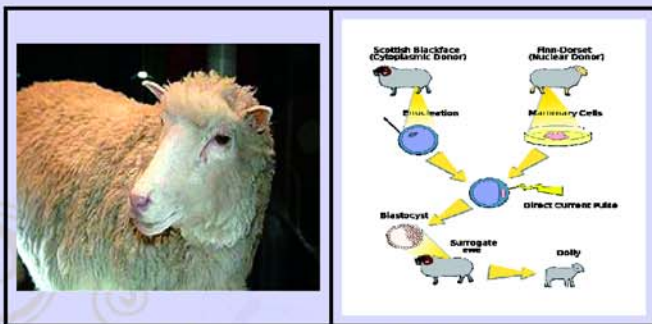
在我開始開業的時候，治療冠心病在那時候還沒開發手術，所以心臟病發作的話就是住院觀察約三個禮拜，因為沒什麼事情可以做啊，只是吃藥，不然緊急時就用電擊器。後來有了冠狀動脈繞道手術，因手術時醫師會切開病患的胸骨，會有一條長長的疤痕，而且術後胸骨的癒合則約需要三個月。我剛剛說的羅賓·威廉斯就是用這個冠狀動脈繞道手術來治療冠心病。現在技術更提昇，開發出經由心導管的各種手術。從這個地方（腿腹股溝的股動脈）插進去；有些心臟醫師是採用手部（手腕或手肘）的動脈，這個管道從動脈一直插到冠狀心動脈病變的地方，就可以從導管植入支架，撐開支架，通暢冠狀動脈。這種手術隔天就可以出院了。這種冠心病從以前只有吃藥等死，隨著現代醫療技術的進步，及醫療器材的研發，到現在只用門診手術就能治療。



我們再看另一種醫療技術的進展。這是最早胃鏡，是這麼硬而直的，整個管子插進去食道及胃然後去做檢查，在我們學生時代胃鏡時候是這麼做。右邊這個儀器就是可屈式大腸鏡，這個管子從肛門插入就可以看到整個大腸裡面的構造。現在不論胃鏡或大腸鏡都是一軟管，經由這個管子進去也可以做很多手術，不會讓你覺得可怕，也較不會有痛感。你看連馬都乖乖接受胃鏡導管

的治療。

早在 1967 年在南非就有第一個換心臟成功的例子，全世界都會覺得心臟病不是絕症，可以換心就有救了。過了這麼多年繼續發展，肝臟可以換，腎臟也可以換，甚至像第一型糖尿病病人胰島素不足，連胰島素小島也可以移植。現在醫學發展到這種程度，所以大家可以期待有些病症的治療會愈來愈簡易。其實現代醫學進步的神速，是我個人在工作上親身體會到的。



你們曉不曉得這隻羊有什麼特別嗎？這隻羊名字叫桃莉 Dolly 是複製的羊，這是牠複製的過程。利用這個技術，人也可以複製，但會擔心這樣複製會產生不可預知的問題。這種技術的進展程度真的是很快，有點驚人。

我們再看其他方面的醫療進展，做出哪些貢獻呢？

疫苗

大家在小時候都有接種過疫苗，疫苗真的是很重要，很多以前的流行病就幾乎沒有，尤其像天花，因為牛痘疫苗的接種，使天花幾乎絕跡了。以前很少說可以一種病在全世界絕跡，這個疫苗發明的當然是貢獻蠻大的。

抗生素

以前感染性疾病都沒辦法治療，抗生素被發現後，人類壽命延長的很快。雖然致病的病菌是越來越多，越來越精細，但還是有新抗生素來對抗，不過過度使用抗生素也是會遇到很多問題。

科技及網際網路

那剛剛我們講科技的進步，就是我們醫學如果沒有這些科技，沒有這些工程師去發明軟式的各種檢查鏡，就沒辦法做細部檢查手術，就是因為工程師發明這個東西，讓我們可以用軟鏡及各種導管做醫療的動作，這些技術都是工程師的貢

獻，另外一個就是 Internet，Internet 是我畢業以後才開始，以前我在大學醫學院的時候最新的美國雜誌，要去圖書館找，但是新出的雜誌，要等兩三個月圖書館才会有收到這個雜誌，因為要從海外送過來。現在不用，全世界最新的資料，Internet 就可以及時找到。所以最近我一個姪兒親戚問我說，他太太得乳癌治療要去哪家醫院治療，我說現在世界已經進步到這種程度，由於網路的發展，全世界治療哪些病症的方法幾乎都標準化了，除非是有一些個人因素，不然的話所有標準的治療方式是一樣的。所以只要美國最先進的最新技術，對我們台灣來講任何醫院就可以跟進。

RCT

造成我們這個醫療這麼快速進步。一個相當大的因素是一種實驗機制 RCT (Randomized Controlled Trial)，這個是醫學界發展出來的一個方法，譬如說有個新藥要治某病，要知道這個新藥的效果有多好，我們照 RCT 方法去找兩組人，比如說一組一百個人，另外一組一百個人，病況都是很類似，像譬如說體重啊什麼都很類似，然後用這個新藥，試驗看看這個藥有沒有效，所以在 A 組第一組的人給他這個藥，另一組 B 組的人給一種，我們說是安慰劑，樣子完全一樣，可是他們吃的藥裡面就沒有這個成分，然後我們後來看用藥結果會怎麼樣。當然如果這個結果出來，吃 A 藥的這組真的狀況很好，吃 B 藥的沒什麼用，你就可以說這個藥有效果。那大家會想到說這個方式是很有道理啦，但是要怎麼樣證明說沒有其他因素影響，有沒有針對這個方法去注意，第一個這兩組病人不曉得他們吃得是什麼藥，所以沒有受心理因素的影響。A 組吃的是這個藥，B 組吃的是安慰劑，但是他們自己吃的是什麼，他們自己並不清楚，甚至有更精確的，醫師也不曉得，所以醫師沒有辦法說去用別的方法左右病人讓他好一點，醫師也不曉得他們用什麼藥，到最後這個實驗結果證明這個藥有效果，我們中醫很少用這種嚴峻的試驗。所以我認為我們應該也用這種方法來檢驗中藥的療效。

分子生物

分子生物對我們醫療進步的幫助也是相當大，從前要測試這個藥到底是真的有效，還是能夠在人體身上使用，先要做動物實驗，現在由於分子生物的引進已較不需要去殺動物來做實驗。現在由於分子生物的進步很多新藥都直接從試管裡研發出來。

我們還可以從過去很多患病或者是因病死亡的這些病人的病歷或病理資料，讓我們去學習如何診斷及治療，所以沒有動物或病人，醫生也沒辦法學習得這麼多。所以我們還是要感謝這些為醫學而犧牲的動物及病人。

十大醫藥救星英雄 (Top 10 Medical Lifesavers)

為什麼醫療進步這麼快，也要歸功於非醫師的科學家。科學英雄網站 (www.scienceheroes.com) 列出救最多人的發明家是誰及其貢獻。第一名是奧地利人 Karl Landsteiner，他發現血型，知道血型才能輸血對嗎，現在輸血很普遍，因為血型的發現救了十億人口。

天花疫苗接種是第二名，發明人是英國人 Edward Jenner，我剛剛講了天花在全球是絕跡了，他救了大約五億三千萬人。

第三名是美國人 Bill Foege。他改善天花疫苗使用法，發揮疫苗最好的效果，他救了大約一億三千萬人。

第四名是美國人 John Enders, MD 他發現麻疹疫苗，救了大約一億二千萬人。

第五名是澳洲人 Howard Florey，他發明盤林西尼，救了大約八千二百萬人。

第六名是法國人 Gaston Ramon，他發明白喉及破傷風疫苗，救了大約六千萬人。我們這一代已經不知到什麼是白喉。

第七名是美國人 David Nalin，他是一位醫生在治療霍亂引起痢疾（腹瀉）導致病人脫水而死亡病症，因為腹瀉時喝一般的開水是無法吸收失去的電解質，只能用靜脈注射補充水份及電解質。這位醫生想用口服的方法補充水份，他發明了一種物美價廉取得容易的口服補充液配方，這種治療方法就是「口服補液療法」（Oral Rehydration

Therapy），救了大約五千四百萬人。

第八名是普魯士人 Paul Ehrlich，他利用免疫學研發治療白喉的方法，發明了白喉及破傷風的抗毒素，救了大約四千二百萬人。

第九名是加拿大人 Frederick Banting, MD，發現了第一個有效改善糖尿病症狀的胰島素，救了大約一千六百萬。

第十名是德國人 Andreas Gruentzig，他研發了血管形成術（Angioplasty），血管成形術成為治療冠狀動脈疾病的首選，救了大約一千五百萬人。

這裡還要介紹兩個人，都是十九世紀的人，一位是法國人 Louis Pasteur，是一個多方面的科學天才，舉凡細菌理論、研發疫苗、微生物學及巴氏滅菌法，都是他的貢獻。另一位是英國人 Joseph Lister，他提出無菌外科手術的消毒標準作法，確保外科手術不會因細菌感染而失敗。這兩個人的貢獻，他們救更多人，資料沒辦法計算救了多少人。

20 世紀最重要的公共健康推進

除了醫療以外，還有很多人發明很多東西，像發明化學肥料的這位是德國人弗里茨哈伯（Fritz Haber），發明了合成肥料以後，農作物豐收，讓人們免於饑餓，等於救人，他救多達二十七億人。另一位是對公共衛生做出偉大貢獻的人，他是美國人阿貝爾沃爾曼（Abel Wolman）先生，他設計了供應淨化水加氯消毒的方法，提供乾淨的飲用水，免於細菌引起的疾病，顯著延長平均壽命預期。他救多達一億七千三百萬人。這兩位的貢獻雖然不是在醫療方面，但是也救很多人。

知識就是力量

接下要告訴各位的是「知識就是力量」，這個是英國哲學家培根說的。知識是研究留下來給我們的，要好好運用，知識就是力量。像各位，各位現在是高中嘛，畢業後還要讀四年到七年，就要上職場。那求學時期就是盡量求越多越好，知識越多你的力量會越大。這是網路上一個中學生寫的，

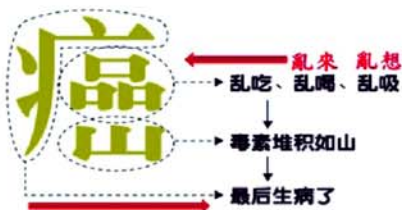
知識就是力量

社會能不斷前進，都有賴知識的力量。前人把所得的知識累積起來，成為我們今日文明的重要基礎。只要我們不斷學習新知識，循著知識的軌跡，這樣人類更大的幸福、更理想的生活、更美好的將來就會展現眼前。 吳國樂

在現代社會裡面知識蠻重要的，知識是創業的動力，有知識才有力量創業，沒有知識創業就很難，這個知識不只是在醫療，比如說經營管理的知識，企業要怎麼發展也是要管理技術。

有個英文字“entrepreneur”不曉得有多少人知道，在座的同學有人知道嗎？這是美國高中程度的字，美國大學生都應該知道，這是法語“entrepreneur”，但是在英語中他沒有相對的字直接用過來，entrepreneur就是企業家啦，我們請來演講過的王品的董事長是企業家，還有捷安特 Giant 自行車企業，他們除了自己獨特的經營管理知識以外，他們就有力量去造了很大的企業，所以各位還是以知識為主，再加 motivation 動機去研發各種東西，然後你就可以成為 entrepreneurs。

聞癌色變，癌是怎麼來？



癌是全身的問題，局部的表現！

請看這張投影片，大家最怕這個字，這個字三個「口」就是口亂吃、口亂喝、口亂吸，這個字「山」就是毒素堆積如山，最後就生病。癌症真的是這樣子嗎？大家最怕癌症，對我們的影響多大，在美國死亡率最高的是心血管疾病，在台灣是癌症，第一號殺手。根據衛生福利部公布民國 102 年國人十大死因統計結果顯示，癌症已經連續第三十二年蟬聯十大死因榜首，每天約有

123 人死於癌症。大概每十一分四十四秒就有一个人因為癌症而死亡。

十大癌症死因依序為肺癌、肝癌、直腸癌、女性乳癌、口腔癌、攝護腺癌、胃癌、胰臟癌、子宮頸癌。比較嚴重的問題是癌症醫療支出，去年（2014）癌症醫療支出約六百三十四億，台灣的健保總共五千七百二十一億，占百分之十一。去年統計台灣癌症的重大傷病卡有四十七萬張，是台灣百分之二的人口。百分之二的人用掉百分之十一的健保費用，這也是蠻嚴重的。

台灣十大癌症 96-100 年新發個案存活率（追蹤至 101 年）

部位別	觀察存活率										
	全癌症	女性乳癌	結直腸	肝	肺	攝護腺	口腔	胃	子宮體	子宮頸	皮膚
一年	72.8	97.0	81.8	54.6	49.2	91.9	79.9	60.5	93.0	88.0	92.0
二年	61.9	93.6	71.3	42.2	31.8	83.6	66.1	46.8	86.2	79.1	85.5
三年	55.5	89.9	63.8	34.4	23.1	76.2	60.3	40.4	85.2	73.4	80.2
四年	51.0	86.5	58.4	28.7	18.5	69.1	56.0	36.2	83.2	69.8	75.3
五年	47.6	83.4	54.1	24.5	15.5	63.1	52.4	33.3	81.4	67.6	71.8

部位別	相對存活率										
	全癌症	女性乳癌	結直腸	肝	肺	攝護腺	口腔	胃	子宮體	子宮頸	皮膚
一年	74.6	97.7	84.2	56.0	51.0	96.5	81.0	62.8	93.6	89.3	95.9
二年	64.8	94.9	75.5	44.3	33.8	92.4	67.7	50.1	89.2	81.2	93.0
三年	59.4	91.8	69.5	36.9	25.2	88.7	62.6	44.7	86.7	76.2	90.9
四年	55.8	89.0	65.6	31.5	20.7	85.1	58.8	41.3	85.3	73.3	89.1
五年	53.2	86.5	62.7	27.6	17.7	82.5	55.8	39.2	84.0	71.9	88.5

註：上述資料僅供參考

癌症 ≠ 絕症

癌症真的是絕症嗎？現在醫療進步，我希望大家要相信現代醫療，連治療癌症的方法都有進步。我們來看這個統計表「台灣十大癌症 96-100 年新發個案存活」。這個是全癌症（各種癌症不分部位）五年的「觀察存活率」為 47.8。相對的跟同年紀、同性別、沒有癌症的人來比的話稱為「相對存活率」是 53.2。（「觀察存活率」、「相對存活率」意義是什麼呢？舉例說明：100 個患癌症者經過治療後，過了五年有 47.8 人還活著，這樣就是「觀察存活率」為 47.8。100 個同年紀、同性別、沒有癌症的人，過了五年有 89.8 人還活著，那麼 47.8 人除以 89.8 人的百分比為 53.2，這個值就稱為「相對存活率」）。我們再來看不同癌症的相對存活率，發現像乳癌、攝護腺癌、子宮體癌、皮膚癌等五年相對存活率都超過百分之八十，而肝癌及肺癌的相對存活率未達百分之三十及二十，這因為前者的癌症比較容易早期發現，而後者的癌症不容易早期發現，越早發現治療當然是越好。這是馬來西亞的報導說

「醫藥進步，癌症兒童康復率達百分之九十」。因為診斷能力及醫藥進步，若得癌症不要悲觀，做正規的治療，其實很多是可以治癒的。最重要的還是要預防。

預防重於治療

很早就有人提出來預防有三階段，初段、次段、三段預防。初段預防就是在疾病還沒有開始但是你可能得到的時候，你就要馬上去做保護促進健康。次段預防就是說已經開始有症狀了，那就要趕快去診斷及治療。三段就是已經發病然後治療完以後，需要復健或限制殘障，這一段是醫師的責任。但是病患還是要靠自己的警覺心。

初段預防是要「促進健康」：衛生教育、注重營養、有氧運動、遺傳優生和定期體檢。除了生理以外，還有心理上的也要注意，剛剛前面提到那位羅賓威廉斯就是自殺死亡，大家可能想是因為生病，但很可能是因為心理上的問題。

初段預防另一重點是「特殊保護」：預防注射，如剛剛講的疫苗、培養個人衛生、改善環境衛生、避免職業傷害；騎車要小心，工地頭盔一定要戴，預防意外事件發生、預防過敏來源、消除致癌物質。勿殘害自己，有人會在自己的身體穿洞，你們應該沒有人想做這種事吧，但這種人比我們想像還蠻多的。

我們來看看一些日常生活中殘害自己的例子。**一、抽菸**，為什麼要抽菸我想不透，抽菸只是一時的快樂，但後患無窮。你看這是健康的肺，另外一個抽菸者的肺完全不一樣，整個都黑掉了。早期我們還不曉得吸菸的壞處的時候，這是美國一位醫師在做廣告，廣告什麼呢他說，我這牌的菸是烤過的啦所以比較沒有那麼嗆。不過香菸到現在來講，應該是絕對是有害的。



第二是喝酒，喝酒害人害己，你常常電視看到車禍報導，很多是因為酒駕。這張圖表是各種

毒物對人的影響，藍色的是對自己的影響，紅色的是影響他人，你看酒影響自己這麼多，但影響他人更多，香菸影響自己但是二手菸也會影響別人，其他毒物像是海洛因也是害自己也會害別人。從這張圖表看出：對社會危害的程度，酒是煙的三倍。

第三是嚼檳榔，這個在我們清水山上比較少看到這樣子，這些高高的樹，看起來很漂亮，大家知道是什麼嗎？對的！是檳榔樹。嚼檳榔我也不曉得有什麼好處，我沒吃過。看這張圖片，因嚼檳榔整個嘴都爛掉，實在可怕。

第四是吸毒，成龍他兒子吸毒的事件，也是因為 internet 很發達，所以鬧得很大，他在牢裡關了幾個月。另外這位是美國演員主演鋼鐵人，他因吸毒關了三年，還好就是關了三年戒毒之後，至少他現在還是繼續在拍電影。但是有些就沒那麼幸運，這個就是剛剛講的那個歌星，惠妮休士頓她的女兒二十二歲，因吸毒最近過世。貓王唱過一條歌叫 It's Now or Never，及時行樂。結果他 1977 就是 Never 了，他也是活到四十多歲而已。

次段預防：早期診斷、早期治療。剛剛講的癌症要怎麼辦呢？就是要篩檢，越早發現當然是越容易治療。第一次篩檢還是很重要，現在我們台灣主要四種篩檢，一個是大腸，一個是口腔，還有女性的子宮和乳癌。有這個篩檢大家一定要去做，如果早期發現的話你可以救回性命，甚至肺癌早期發現也都有救，所以一定要早期發現趕快去做癌症的篩檢。三段預防是限制殘障及復健，這是醫院及醫師要提供給病人的服務，這個我們不多講。

這是衛生福利部國民健康署建議：健康生活三不三要。三不是：不要菸檳酒、不要吃燒烤紅肉、不加重口味。很多口味加上什麼醃的啊滷的啊，吃多這種東西不健康。三要是：要多運動、要天然蔬果、要定期檢查，是避免癌症的方法。其他還有健康飲食，大家可以參考一下，包含避免含糖飲料，限制高熱量食物、高鹽醃漬的少吃，紅肉豬牛羊少吃，然後多吃蔬菜、全麥、豆

類，不加糖的茶、咖啡也可以，酒不要喝太多，我們台灣最喜歡吃營養保健食品，吃什麼善存可以怎樣預防，是沒有依據的。

公共利益大於個人利益

醫療問題，台灣的健保制度。我覺得要成爲一個大國有賴全民要有正確的概念。我們有時需要做一個選擇，到底是公共利益比較重要還是個人利益比較重要？大家應該想是公共利益比較重要，不過有一些人還是認爲私人利益才重要。比如說某某大廠要在清水鎮上建一個重工業的工廠，對台灣整體是有利的，大家會贊成，還是反對呢。這個是公益的，對全民是有利的，但是你要建在我家的後院就是不行，自己的利益當然重要，這種現象在國外叫做Nimby，Not in my backyard，你可以建東西但是不要在我的後院，到別的地方去建。像我們的核廢料，現在都放在都送到蘭嶼，不要放在我家。到底公眾利益重要還是私人利益重要，所以真的很難抉擇。再講一個例子，釘子戶，其他都拆光了我就是不搬，那公眾利益跟私人利益，哪個比較重要。



這是兩個禮拜前我看公視，看到屏東萬安溪，很多遊客去，當地居民就很困擾。這麼多人去了以後那邊就隨手丟垃圾，爲了個人利益沒想到公眾利益，就變這樣子。我回來的第一年，就碰到 SARS，SARS 的時候怎麼辦，那個地區發現有人發現得病，馬上把你圈起來隔離，限制各位的自由，甚至和平醫院都封閉起來，召喚醫護人員，個人自由大受影響，這時候就要想到公眾利益。

最近發生的事情（八仙樂園地獄火 12 命危 400 傷），這個當然是很悲痛，不過大家還是要追究這個問題，很多人都在想這些人一生都是要用健保的費用，但是想想只有這幾個人需要復健的費用，由全民來負擔嗎？有人就提出抱怨了，尤其就有醫生說這一下子好幾十億的費用，要動用到健保署專案墊付，所以說是挖東牆補西牆，健保又不是銀行不是國庫，沒有這麼多錢支付治療這麼多傷患的費用，所以還是全民買單。所以個人利益跟公眾利益要怎麼取得平衡，是很困難的事情。

醫療浪費

健保是每年在虧損，2013 年以後稍微好一點是因爲健保的費率提高，不過還有很多問題，所以就有二代健保，增加什麼所得都要先扣你的稅。但是其實增加保費還不夠解決，這個全民的行爲如果不控制的話，就沒有辦法把健保有效的支撐下去。這位醫師（滕西華）也是這樣講的：「在醫療支出部分，是一代健保最令人詬病的地方。像一般的小感冒，有些醫生要求病人回診三四次，造成醫療浪費。因此未來的二代健保，要求醫生不只是替病人看病，而是提升看病的品質」。

有些人像我附近有個鄰居喔，他自己好像有三間房屋，車子也不錯，他就很得意地跟我說他不繳稅，我就想說你不用繳稅我怎麼要繳那麼多稅，這種事情在美國會不敢講，不繳稅是丟臉的事，是公民應該要繳稅怎麼還很大聲好像很厲害可以各種方法少繳稅。

一般的小感冒，大家覺得醫師開的藥是治療

感冒，吃藥就會好。其實吃藥只是治療你的症狀而已，就是使咳嗽不會那麼嚴重、發燒不會那麼高…等等，但是感冒不會因為你用藥就好得快。有些病患會這樣，今天沒好明天就看第二家了，第一家沒好第二家沒好，就看第三家，這樣就是浪費健保。不少民眾沒有實際服藥需求，卻愛四處「逛醫院」掛號拿藥，耗用不少醫療資源。根據彰化縣衛生局統計，當地一年的藥品回收量高達一到兩公噸，表示這麼多藥丟掉，換算成健保藥價後超過新台幣兩億元。

照護資源的占用

長期照顧事業也是蠻花錢的，像有些要仰賴呼吸器治療的病患約佔百分之零點一，但它的健保費用非常高，佔健保總額百分之五。呼吸照護中心依照健保規定住滿四十二天就一定要轉出，在四十二天裡面健保全額給付。有位病人在呼吸照護中治療二十一天就可以呼吸下床了，醫師說可以出院，病人說不行啊，我還有二十一天可以住，都是由健保給付。這又是一個私利大於公利的問題。

醫病都有責任

醫界雖痛陳民眾浪費醫療資源的習慣，但主動或被動配合民眾的醫師也是助長濫用資源的幫兇之一，多花一些時間做好醫病溝通、堅持專業立場，雙管齊下才能真正遏止醫療資源浪費。

我看過一些末期病人就是經過手術也無法治療了，但他腎臟不好還去洗腎，我們老人學科的認為洗腎，只是延長生命沒錯，但沒有生活品質，但是有些醫生就照洗，反正也有錢拿，所以這個醫師也要負一點責任。雖然調漲健保費，還是要靠大家一起控制節省資源。

公平正義

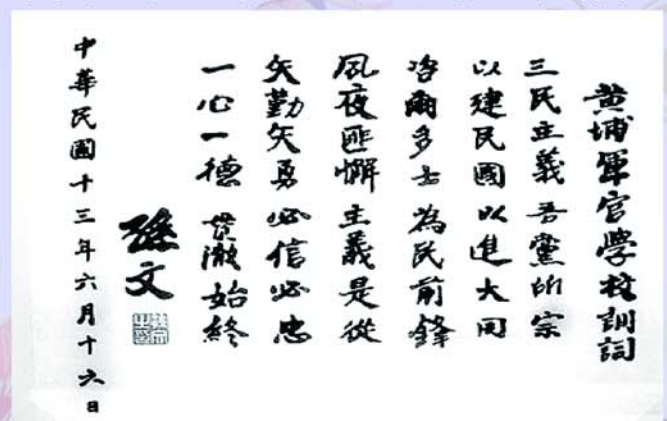
當然能保護自己的家人是最好，這個地方有沒有公平正義？公平正義這種事情大家認為是應當的，不管在醫界或其他的業界應該是要維持公平正義。這個秀出來就是因為我在美國待了三十年，基本上美國人對公平正義很注重而且很遵守，為什麼很遵守，因為他們覺得這是對的事情，美國學生在學校上課，都要舉手宣誓，那最

重要的事情就是“**And Justice For ALL**”，對所有人公平正義，每個人都要有他的公平正義。你們現在還有在唱國歌嗎？美國他們是在教室或比較正式的公家機構，或在只要有美國國旗的地方，他們都會宣誓說要效忠美國，這是它的文字，其實只有一個句子，它句子蠻長的，它意思是這樣子，那最主要是就是說是美國公民的話都要效忠美國，而美國的立國精神是“**liberty and justice for all**” **自由平等全民皆享**，

"I pledge allegiance to the Flag of the United States of America, and to the republic for which it stands, one nation under God, indivisible, with **liberty and justice for all.**"

我謹宣誓效忠美利堅合眾國國旗及效忠所代表之共和國，上帝之下，未可分裂之國度，自由平等全民皆享。

這是它最後的五個字，每一個公民都覺得這樣才對，所以他們會公正的繳稅，盡公民的義務。



這是我們國歌，你看我們的有這麼多句子，但幾乎沒有提到公平或正義。其實這是民國十三年黃埔軍官學校的時候的訓詞。

人人平等啦，平等是這樣（上圖左），正義是這樣（上圖右），大家看到一樣的，不是說立

平等は正義を意味するものではない

平等



正義



@肉便器

本，你們應該有去過日本韓國過吧，那個博愛座，怎麼樣就是沒有人坐。我是超過六十五但是我也不敢坐，車廂滿滿的乘客但那兩個位子就是空的。但是我們的地鐵就沒有這麼好了，大家想坐就坐，當然有老人家時還是會起來讓位。還有在道路上要禮讓

足點一樣就是平等。姚立明教授說，現在公平正義是聽得到但是摸不到，所以大家想享用公家的資源、公家的設備、公家的任何什麼的都是，都要想到一個字 TEAM。TEAM 就是 Together Everyone Achieves More，團隊合作以後每個人都可以得到更多，所以大家為社會努力的話，個人就會得到得更多。

最後要講的一個要點是禮貌，我回台灣所感受到的是：台灣在教育上就是禮貌教得不夠，我們還自稱禮儀之邦。禮貌是世界共通的語言，例如，遇見人要 Please 還有 Thank you，在乘坐公共交通工具的時候要讓老弱婦孺先坐。我去日

禮貌一點，在台灣開車比在美國開車恐怖太多了，因為沒有人想讓你。汽車讓腳踏車，腳踏車讓人，要這樣子才對。在跟美國比較之下，我想說台灣民眾要培養多一點的親善的觀念。

這是最後一張投影片，希望所有人要遵守這六條生活準則：Courtesy 要禮讓，Kindness 要親善，Modesty 要謙虛，Dignity 要尊嚴，Respect for the law 要遵守法律，最後一個是要尊重別人 Respect for the others。雖然最後面是完全跟醫療無關，但是我個人在美國住了三十年再回台灣生活的一些感觸。最後謝謝大家的聽講。



▲蔡坤維醫師和與會聽眾



▲蔡坤維醫師和與本會董事顧問及台中港青商會貴賓合影

感謝捐贈本會設立指定獎學金

1. 感謝王昱之、王聖惠和王家騏姐弟捐款參拾萬元設立【王甲乙先生和王林東杏女士紀念獎學金】獎勵清寒優秀學子。本會將由申請乙類清寒獎學金之學生中擇優錄取。
2. 李正堯老師為培育及鼓勵鋼琴音樂人才，特設立【鋼琴卓越獎學金】。
【鋼琴卓越獎學金】指定國立清水高中音樂班主修鋼琴之應屆畢業生，且於當年確定就讀台北市立大學、國立台北教育大學或國立台中教育大學之音樂學系主修鋼琴者。上述三所大學依大學入學成績擇鋼琴主修分數最高者，每校錄取一名，每名獎學金伍仟元及獎狀乙紙。
3. 陳焜照先生獎學金委員會今年開始於本會設立【陳焜照先生紀念獎學金】。獎助對象、名額及獎助學金：設籍清水區之清寒優秀大學生三名，每名獎助學金一萬元。本會將由申請乙類清寒獎學金之大學生中擇優錄取。

本會105年度工作計畫

- (1) 3月接受台中港區高中及大學清寒及優秀學生獎助學申請和清水高中入學績優獎學金及學生急難助學金申請(含楊基銓先生紀念獎學金、王甲乙先生和王林東杏女士紀念獎學金、蔡蘇金錢女士紀念獎學金、陳焜照先生紀念獎學金及楊劉秀華女士獎學金)，及清水高中入學績優獎學金。
- (2) 5月發行鼎會刊第33期。
- (3) 6月1日起6月20日接受【卓越鋼琴獎學金】申請。
- (4) 7月20日頒發台中港區高中、大學清寒及優秀學生獎助學金，和卓越鋼琴獎學金。
- (5) 7月20日舉辦「教育系列演講」活動，邀請廖一久院士主講【我的學術生涯，併談對同學們的期許】，並邀請台中港青商會及清水高中協辦。
- (6) 7月20日對捐款累積金額壹拾萬元以上者頒發感謝狀。
- (7) 7月初與台中港青商會協辦清水區國小五、六年級小天使夏令營。本會將於夏令營中安排活動。
- (8) 8月或9月頒發清水高中入學績優獎學金。

楊丁文教基金會需要您的支持

為感念楊丁校長為教育犧牲奉獻及服務社會的精神理念，由楊丁先生治喪委員會樽節喪葬費及熱心公益人士捐助，辦理有關文教公益活動為宗旨。

本會為了擴展業務，營造更豐富更精緻的文教系列活動，我們誠摯歡迎您的參與，讓楊丁校長的精神永遠散發光芒。如果您想資助這些有意義的活動，本會歡迎捐款，數目不在多寡只要您慈悲的心，就可影響一個人的未來，感恩！

98-04-43-04		郵	政	劃	撥		儲		金		存		款		單				
收	2	2	0	9	1	8	8	6	金	額	億	仟	萬	拾	萬	仟	佰	拾	元
帳	通訊欄(限與本次存款有關事項)																		
號	收戶名 財團法人楊丁文教基金會																		
寄 款 人 <input type="checkbox"/> 他人存款 <input type="checkbox"/> 本戶存款																			
姓 名 _____ 主 管 : _____																			
地 址 _____																			
電 話 _____ 經辦局收款戳																			
虛線內備供機器印錄用請勿填寫																			

◎寄款人請注意背面說明
◎本收據由電腦印錄請勿填寫
郵政劃撥儲金存款收據
收款帳號戶名
存款金額
電腦記錄
經辦局收款戳

捐款功德徵信錄

104.10.1~105.3.31 捐助累計數(單位:元)
(捐助芳名, 恕未尊稱)

捐助芳名	本期捐款	累計數	捐助芳名	本期捐款	累計數
陳 妤	3700	23,500	汪信平	2,000	33,000
李東儒	20,000	240,000	張國益	200	400
林晉諒	30,000	147,100	蔡坤維	50,000	55,000
紀仁澤	2,000	14,000	李兄弟事業股份有限公司	200,000	310,000
楊添壽	10,000	20,000	趙健治	10,000	10,000
楊千慧	1,000	2,200	陳惠津	3,000	59,000
蔡慶儒	30,000	240,000	黃添近	10,000	12,000
白吉雄	5,000	20,000	王聯啓	2,000	34,000
楊文豹	1,000	7,000	蔡朝嘉	200,000	1,330,000
周春霖	100,000	368,100	許吳瓊寶	3,000	57,000
廖榮輝	15,000	495,000	楊素芬	20,000	337,200
楊宗明	20,000	165,000	古早味紅豆餅	2,000	4,000
周金棟	1,000	4,000	蔡碧雲	6,000	40,000
王昱之	100,000	100,000	王聖惠	100,000	100,000
王家騏	100,000	100,000	陳淑質	2,000	34,000
吳彥霖	25,000	170,000	高秀鑾	3,000	27,100
許鳳嬌	30,000	240,000			

名譽董事 捐助累計數 10 萬以上

張瑞華、楊棠如、楊棠州 不動產等公告現值 2,474,853 元

蔡朝嘉	1,330,000	林塗	1,250,000	楊清華	1,019,667	李有福	1,009,500
鄭國烟	1,000,000	卓文川	983,000	高炳榮	705,790	王甲乙	553,000
楊劉秀華	510,000	廖榮輝	495,000	蔡錦銓	403,000	周春霖	368,100
楊素芬	337,200	李兄弟事業股份有限公司	310,000	楊雄傑	307,000	楊金德	277,000
陳憲慶	270,000	李東儒	240,000	許鳳嬌	240,000	蔡慶儒	240,000
林俊耀	234,500	鄭富	220,000	王烟超	220,000	王弘毅	210,000
楊昌文	200,000	黃春生	200,000	劉瑞金	182,000	陳瑤塘	174,500
吳彥霖	170,000	楊宗明	165,000	李子駿	155,000	蔡圓月	151,000
林晉諒	147,100	吳金生	140,600	蔡喬桂	105,400	楊天生	104,000
楊文欣	104,000	楊真治	103,000	楊培塔	101,000	董國恩	100,000
蔡家堆	100,000	郭煥民	100,000	陳明三	100,000	楊清隆	100,000
王溪村	100,000	星光社福基金會	100,000	王昱之	100,000	王聖惠	100,000
王家騏	100,000						

捐助累計數 2 萬元以上

賴宗良	92,100	陳錦清	77,000	楊基銓	74,000	顏水滄	73,000
劉金華	73,000	王文德	70,000	蔡焜燦	67,100	謝春貴	66,100
卓坤秀	62,300	躍華環保企業	60,000	李金珠	59,100	陳惠津	59,000
許吳瓊寶	57,000	楊基溉	55,000	清水高中第四屆畢業同學	55,000	蔡坤維	55,000
蔡添丁	53,100	李春輝	52,700	蔡天賜	50,000	丁素姿	50,000
林耀星	50,000	許登祥	47,100	黃添進	45,000	楊肇慶	45,000
劉興庚	44,500	嘉陽手球隊	42,000	蔡人豪	41,500	童瑞年	40,000
蔡碧雲	40,000	陳水順	38,000	鄭文賓	36,100	蔡文林	36,100
楊厚鏞	36,000	三三高爾夫	34,000	王聯啓	34,000	陳淑質	34,000
嘉陽教職員	33,600	顏煌甲	33,000	和順代書事務所	33,000	汪信平	33,000
吳秋華	30,000	李水圳	30,000	徐蔡柳雲	30,000	郭梓桂	30,000
陳國棟	30,000	楊金鐸	30,000	楊清欽	30,000	顏信雄	30,000
蔡堯堯	30,000	楊界華	29,000	楊清基	28,367	楊百島	27,600
高秀鑾	27,100	陳永欽	27,000	潘碧雲	27,000	洪啓榮	25,000
黃仲生	25,000	楊正雄	25,000	嘉陽董事會	25,000	林旭佳	23,800
陳 妤	23,500	蔡嘉藤	23,000	楊秋雲	22,000	李金澤	22,000
楊肇賢	22,000	韋德一	22,000	蔡獻如	21,500	李泉聲	21,300
黃吉雄	21,100	曾景輝	21,000	楊維明	20,500	峰強工程	20,000
黃鈴雄	20,000	盟大建設	20,000	鄭清塗	20,000	王聰富	20,000
懋榮建設	20,000	游添財	20,000	陳淑宏	20,000	楊添壽	20,000
白吉雄	20,000						

楊丁文教基金會 105 年專題演講預告

演講題目：我的學術生涯，併談對同學們的期許

演講日期：105 年 7 月 20 日 (星期三) 早上 10:00

演講地點：國立清水高中 大禮堂



演講者：廖一久院士

廖一久院士重要學經歷

中央研究院院士
第三世界科學院 院士
國立臺灣大學生命科學院動物研究所暨生命科學系
兼任教授
國立臺灣海洋大學暨國立屏東科技大學 講座教授
總統科學獎
行政院首屆傑出科技人才獎
第七屆全國十大傑出青年獎 教育部農科學術獎
美國洛克斐勒基金會水產養殖研究計畫研究員
台灣省水產試驗所東港分所研究員兼分所長
亞洲水產學會 (Asian Fisheries Society) 創始會員、
第一~三、六~七屆理事、總會會長
台灣水產學會理事長
台灣省水產試驗所所長
亞洲水產學會會長

學歷

國立臺灣大學動物學系理學士
日本東京大學農學修士
日本東京大學農學博士
國立台中第一高級中學
國立清水高中

竭誠歡迎參加