

# 醫事人員

## 介紹



### 嚴愛文 醫師

#### 現職

- 臺大醫院內科部主治醫師

#### 專長

糖尿病、妊娠糖尿病、甲狀腺以及其他代謝疾病

#### 學歷

- 國立臺灣大學醫學院臨床醫學研究所博士班
- 國立臺灣大學醫學院臨床醫學研究所碩士
- 國立臺灣大學醫學院醫學系醫學士

#### 經歷

- 臺大醫院新竹臺大分院內科部主治醫師
- 臺大醫院內科部總醫師
- 臺大醫院內科部住院醫師

#### 門診時間



#### 嚴醫師貼心小叮嚀

臺灣糖尿病的發生率持續上升，已成為影響健康的重要問題，大家應該積極管理血糖，降低併發症的風險。糖尿病初期無明顯症狀，惟長期血糖過高會傷害血管與器官，導致心血管疾病、腎病變、視力受損及神經病變等後果。預防勝於治療，日常生活應保持健康飲食，避免高糖、高油食物，適量運動並維持良好作息，以幫助穩定血糖；有家族病史或其他危險因子者，應定期追蹤血糖變化。若已確診糖尿病，務必遵從醫囑控制病情，規律服藥並監測血糖。



# 醫事人員 介紹



## 董牧喬 醫師

### 現職

- 臺大醫院泌尿部主治醫師

### 專長

複雜性結石、攝護腺疾病及排尿障礙、  
內視鏡及微創手術、腎臟移植

### 學歷

- 國立陽明大學醫學系醫學士

### 經歷

- 義大醫院泌尿科主治醫師

### 門診時間



### 董醫師貼心小叮嚀

保持良好的水分攝取，每天至少喝 2,000 毫升的水，以促進腎臟健康和尿液排出。注意膀胱健康，避免憋尿過久，定期排尿有助於預防尿路感染。此外，飲食上應減少高鹽、高糖和辛辣食物的攝取，這些可能會刺激膀胱。若出現尿痛、頻尿或血尿等症狀，應儘早就醫，以便得到適當的診斷和治療。健康的生活習慣和定期檢查是維護泌尿系統健康的關鍵！

