



2009-10年度國際扶輪主題  
扶輪的未來 在你的手中

## 台中南門扶輪社

社長：林廷謙 秘書：劉叔綱 財務：黃木村

### 理事會

林廷謙、湯富淳、陳榮鎧、劉叔綱、陳潤松、陳國昇、劉正忠  
賴文瑞、黃木村、李祐助、張國洋、陳慶榮、洪富金

- |             |            |
|-------------|------------|
| * 社務行政：陳榮鎧  | * 糾察：洪富金   |
| * 社員：陳潤松    | * 節目：張國洋   |
| * 服務計劃：賴文瑞  | * 出席：李祐助   |
| * 扶輪基金：陳國昇  | * 聯誼：陳慶榮   |
| * 公共關係：劉正忠  | * 高爾夫：賴文瑞  |
| * 金蘭社：吳瑞隆   | * 膳食：陳重光   |
| * 姐妹社：劉正忠   | * 扶輪家庭：陳向榮 |
| * 幸福委員會：林耀清 | * 社刊：戴廷聯   |



R.I.批准：1994年10月31日 投證日期：1995年元月4日 輔導社：台中南區扶輪社 金蘭社：新店碧潭扶輪社 雙子社：大阪大東中央扶輪社



今天第769次例會 2009民國九十八年八月四日【第十五卷·第五期】

節目 歡迎新社友邱啟成FAITH入社儀式、八月慶生會



上 週九十八年七月廿八日的第768次例會，邀請洪瑞松教授(中國醫藥大學·講座教授)，做「心臟冠狀動脈疾病之預防與治療」專題演講。

\* KAEPAL林廷謙社長報告，幸福委員會舉辦明湖之旅，參加的社友都有幸福滿溢的感覺，謝謝RICH用心籌辦。

\* KAEPAL社長報告，8月11日邀請美律公司廖祿立董事長來演講現代人的生活觀，有扶輪三結義社鹿港東區社會來一桌的社友

參加；8月18日安排聽障奧運相關的演講，扶輪三結義的石岡社會來參加，這兩場好演講又能進行聯誼，請各位社友一定要出席。

\* KAEPAL向社友請假要上山做七天的禪修。KAEPAL說原本想向師父請假繼續處理社務，但師父一番有相、無相的闡述，決定依原定時間上山禪修。

\* GARY劉叔綱秘書報告：台灣區社員名錄已經出版，有意購買可向秘書處登記，7-9月份懇談會，請依照分組儘速擇期召開。GARY秘書報告陪伴總監公式



訪問的行程神岡社、太平洋社、台美社、彰化中區社、大里中興社，請陪同社友準時參與。



\* 例會時間：每星期二下午06:30-08:00  
\* Mail：rotary.club17@msa.hinet.net

在永豐棧麗緻酒店3F哈佛廳  
www.south-gate.org.tw

\* 社館：403台中市台中港路1段133號12樓之10  
\* 電話：04-2329-4202 \* 傳真：04-2329-4203

第768次例會

主講人：洪瑞松 教授



# 心臟 冠狀動脈疾病

## 之預防與治療



▲洪瑞松 教授演講：心臟冠狀動脈疾病之預防與治療

上 週九十八年七月廿八日的第768次例會，邀請洪瑞松教授做「心臟冠狀動脈疾病之預防與治療」專題演講。

EMERSON介紹演講人洪瑞松教授，是台灣醫界的國寶級人物，出生草屯望族，十歲就赴日再返台，在東京上原小學、台中師範附小、台中一中、東京都立九段高校、日本東京大學醫學部，美國明尼蘇達梅約(Mayo)醫學中心內科、心臟內科醫師研究員。先被王永慶聘回長庚醫院擔任副院長、心臟內科主任，再被聘至台中中國醫藥大學內科教授、副校長。他是台灣介入性心臟血管學會創會理事長。



洪瑞松教授說，我的醫學工作就是這樣在世界好幾個地方跑來跑去。洪教授用圖示介紹冠狀動脈心臟病(冠心病)，因為冠狀動脈硬化而引發的心臟病，發生率日漸升高，罹患年齡越來越低。

動脈硬化是全身性疾病，因動脈硬化會導致嚴重的動脈阻塞，則各器官無法獲得足夠的血流及氧氣，如此可能導致腦中風、狹心症、心肌梗塞、猝死、高血壓、腎衰竭。在台灣，冠狀動脈疾病已經成為成人的主要致死原因。台灣十大死因，惡性腫瘤居首、其次心臟疾病、腦血管疾病，都和心血管有關。



動脈硬化有不可控制的因子(如：年齡、性別、遺傳)，也有可控制的因子(如高血壓、糖尿病、高血脂、抽菸、肥胖、生活型態)，代謝症候群是指有血壓高、血糖高、血脂高、腰圍高的症狀。

冠心病之臨床表現有狹心症、心肌梗塞、心衰竭、不整脈、猝死。典型的狹心症會胸悶、胸痛、投射在上肢內側、肩、下顎、頸部。非典型不會胸悶、胸痛，但有呼吸困難、胃汗、噁心嘔吐、無力感。

心肌梗塞是指血流阻斷而造成之心肌壞死。冠心病之診斷可用心電圖(靜態心電圖、動態心電圖)、核子醫學掃描檢查、多切面電腦斷層攝影、冠狀動脈攝影心導管檢查。冠心病之治療可用藥物、或控制危險因子，也可採取心導管介入治療的方法，或外科治療繞導手術。

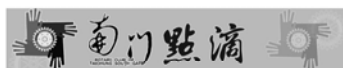
高血脂治療總膽固醇<160mg/dl，低密度膽固醇低於100mg/dl，高密度膽固醇高於40，中性脂肪小於150。血管狹窄可採氣球擴展術、支架、藥物塗層支架。李登輝前總統的支架醫療就是由洪教授執行。

動脈硬化預防，一級預防為

發病前之預防，二級預防為發病後之預防，如心肌梗塞，腦中風發病。定期健康檢查可以早期發現造成動脈硬化之危險因子。飲食忌暴飲暴食，要嚴格控制熱量，宜清淡、低鹽、易消化之食物，多吃富含蛋白質、纖維質的食物。少吃動物脂肪，多吃新鮮蔬果及豆類製品，少甜食、少喝濃茶、咖啡等刺激性飲料。

居家生活宜規律，睡眠要充足，保持大便暢通，切忌用力解便，便秘時要請醫師用藥。保持心情穩定。做有效的有氧運動，例如散步、體操、太極拳、慢跑、騎腳車，不要提重物趕路。

洪瑞松教授介紹梅約醫學中心，雜誌稱他為御醫的報導，也介紹草屯他的祖居之敷榮堂。演講後，由社友請教他心臟疾病的問題。



### 陳國昇談馬拉松練習

\*EMERSON上週報告，馬拉松東海大學的暖身練習完成，從本週開始10公里水準的增強訓練，距離10月11日的正式比賽很快就會來到。EMERSON還報告日月潭國際馬拉松賽的啦啦隊募集，目前有40隊報名，目標是80隊。報名啦啦隊最少需6人，必需有制服、有隊呼口號，希望南門社的社友企業能組10隊參加。



### 【七月內輪會】 題目-西餐禮儀 講師-蔡育念經理

時間-7月11日 中午12:00 地點-長榮桂冠酒店2樓西餐廳



### 台中南門扶輪社 2009~10年度 7月份理事會

時間：中華民國九十八年七月

十四日（星期二）下午8:20

地點：永豐棧麗緻酒店3F牛津廳

主席：林廷謙

出席：劉叔綱、黃木村、陳榮鏗、陳潤松、賴文瑞、陳國昇、劉正忠、張國洋、李祐助、陳慶榮、洪富金

列席：陳向榮、廖俊榮、林耀清

#### 議題：

一、08-09財務結算報告。

說明：請財務 KNEADER 報告。

決議：通過08-09年度財務結算。

二、南門社財產清冊移交。

說明：請直前社長ART報告。

決議：秘書處已將南門社財產編列成冊，並於這次會議中完成財產移交。並由現任社長、直

前社長、現任財務、直前財務完成移交。

三、社友洪榮德Yoke入社申請。

說明：請社長KAEPA報告。

決議：通過申請恢復社籍。

四、輔導新社說明報告。

說明：請社長KAEPA報告。

決議：敦請Spindle P.P成立9人輔導小組，直接輔導新社。

五、年度幸福之旅推廣籌備進度

(7月24日苗粟-明湖水漾會館)

說明：請幸福主委RICH報告。

決議：請幸福主委RICH行程規劃安排、並統計參加人數。

六、10月25-26日秋遊籌備報告。

說明：請聯誼主委PETER報告。

決議：行程前往武陵農場並請聯誼主委 PETER規劃3天2夜行程。

七、09-10年度保羅哈里斯基金、中華扶輪基金社友捐款選定辦



法報告。保羅哈里斯之友-Brains、Child、Rich中華扶輪基金-Emerson、Frank、Ben、King、Biotek、Space、Rambo、Model-house

說明：請扶輪基金主委EMERSON報告。

決議：

- 1、因09-10年度為總監社，為達到保羅哈里斯之友100%捐款。故選定5位尚未捐款之社友(Brains、Child、Rich、Faith、Onsen)
- 2、中華扶輪基金選定以捐款次數少為優先捐款，並已選定10位社友捐款。(Spindle、Emerson、Frank、Ben、King、Biotek、Space、Rambo、Kaepa、Model-house)

八、臨時動議。

- 1、南門15週年社史貳拾萬元整由南門基金支出，不另收取社史費用。
- 2、每位社友繳交10,000元成立總監捐款戶基金，並分四期於社費一起繳交。



### 幸福委員會舉辦 明湖之旅 98.7.24



▲幸福主委Rich與Kaepa社長向大家敬酒



▲啦啦隊



▲ILLIG音樂演奏



▼蜈蚣舞

會館合照



婚前與婚後

以前提到結婚，想到「天長地久」；  
 現在提到結婚，想到「能撐多久」。  
 當初會結婚，說是「看上眼」；  
 後來會離婚，說是「看走眼」。

婚前，愛情是神話；  
 婚後，愛情是笑話。  
 男人花錢，是為了讓女人高興；  
 女人花錢，是因為男人讓她不高興。



### 下週例會

98.8.11. 廖祿立先生演講 全面觀照生活