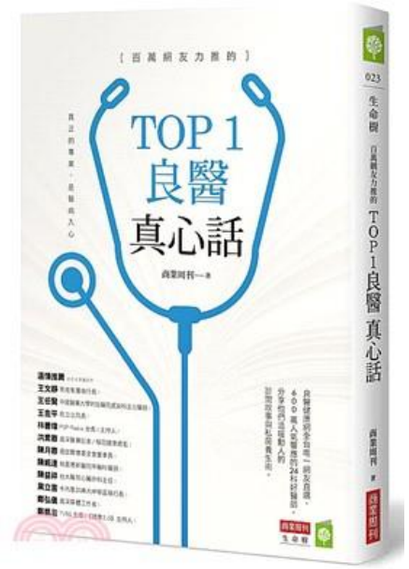
悅讀佈告欄

聖心女中圖書館製作 113.01.03



TOP 1 良醫真心話

作　者：商業周刊

出版社：商業周刊

真正的專業，是醫病入心
吸收再多醫學常識，不如
認識一位好醫師！

內容簡介

藉由各科良醫與病患間的醫病故事，告訴病患、家屬
和每一個面對生命課題的人：
即使在疾病裡，也可以不惶恐，更可以正面回應。
因為找到一位好醫師，就找回身心安定的力量。
「當年長子罹癌，周醫師不論小的注射、大的化療，一定親力親為……他教我『停在港口的船是最安全的，但那不是造船的目的』，他不僅救活了孩子，也撐住了我的家庭。」
——網友回饋　小兒科周獻堂醫師
「以往，小孩功課不好，用盡各種方法就是毫無起色，老師也建議去看醫生，說可能有自閉症。直到我們去看林醫師，沒想到意外治好小孩，他是視力問題，配了矯正眼鏡後，小孩一下子判若兩人，那表情讓我至今難忘，讓我們欣喜若狂！」
——網友回饋　眼科林逸民醫師
「先母罹癌晚期，苦於病情與治療引起的不適，連睡覺都只能趴在桌上，但各醫院都沒有好方法。直到遇到林醫生，他不疾不緩的態度和和善的表情，讓先母露出久違的笑容。先母過世前這段日子，林醫師真的讓她減輕心理和生理的痛苦。真的感激林醫師。」
——網友回饋　代謝分泌科林款帶醫師

資料來源：三民網路書店

我輩中人

作　者：張曼娟

出版社：天下文化

找回遺失的自己
沒有自己，便一無所有

內容簡介

人到中年，常發覺有許多的延宕：
那些要做的事、該說的話；想愛的人，都被延宕了……
已經來到下半場的我們，怎能不好好彌補？
中年，是歲月的累積；
大人，卻是人生的修為。
中年歲月，其實比想像中更為漫長，
我們將從哪裡出發？
將會抵達哪裡？
中年是家庭的承擔者；中年是老年的起點；
中年有覺醒的力量；中年之愛閃亮激昂；
中年可以通達、自由與自在；中年是走向渡口，尋找一條船——
那條船能穿越歲月的湍急洪流，
使我們成為真正的「大人」。
大人不必討好他人；不必與全世界和解；
不再等待成功；不再追求名利，
因為確實明白，真正重要的是什麼。
睿智、慈悲、雋永；
「大人」的存在，就應該要閃閃發亮。

資料來源：三民網路書店

以科學解讀咖啡的秘密

作　者：石脇智廣

譯　者：林謹瓊，黃薇嬪

出版社：積木文化

全世界喝掉多少咖啡！

內容簡介

你真的了解咖啡嗎？咖啡的香醇美味絕非憑空得來，
以科學為羅盤，在廣大深遠的咖啡世界中為你導航！
★從品種成分到烘焙萃取，解析 87 個關於咖啡的常見疑問！
★以科學觀點分析，明快精確的敘述方式讓你一點就通！
★不管是初學者還是從業者，全面而深入的內容適合所有咖啡愛好者！
適合從初學者到從業者的所有咖啡愛好者！
從科學知識中更懂得享受咖啡的香醇美好，
擺脫眾說紛紜的各家理論，就由石脇博士給你最精準明確的解答！
◆ 不含咖啡因的咖啡怎麼做成的？
→將生豆中咖啡因以外的水溶性成分溶入水中，再將另一批生豆浸泡在水中，咖啡因便會溶出。另外也可利用二氧化碳加壓方式。
◆ 用礦泉水煮咖啡會比較好喝嗎？
→水的選擇只是調整酸味強度的手段之一。與其如此，我比較建議更換烘焙豆，或是改變咖啡液萃取時的濃度。
◆ 咖啡液澄澈透明代表咖啡很美味嗎？
→咖啡液混濁是因為生豆溶出的成分所致。但並不代表原料差或不美味，也沒有醫學報告證明對健康有害。

資料來源：博客來