

偏鄉行~成長的養分

林秉澤 / 高雄醫學大學 學士後醫學系

偏鄉活動背景與動機

參與偏鄉活動隊是我在高雄醫學大學後醫系就讀最快樂與具有成就感的事情之一（圖一）！活動期間是2023年2月6號至9號。大部分組成人員是學生，其次是醫師，其中包括了目前任職於學士後醫學系校友會理事長的陳天文醫師。高雄醫學大學後醫系的偏鄉服務隊是每年都會執行的服務性活動，而每年的資金來源主要來自學校、醫師、教授、企業家，或基金會等贊助單位，例如國際扶輪社基金會等。我參與偏鄉服務隊的動機如下，由於我是北部人，尚未有到南部做自願性服務的經驗，所以透過這個活動，可以讓我更了解這邊的醫療現狀與民俗風情，是一個絕佳的學習機會，不僅能幫助他人，也讓自己成長。我們會進行醫藥用品和護手霜的科學手作課、家庭訪問伴隨著基本檢查，以及義診。訓練跟民眾互動的溝通技巧、基本檢查要怎麼運作，或是如何協助義診。以上種種都深深地吸引我想貢獻己力參與在其中。

圖一、於那瑪夏區之民生國小合影。





圖二、偏鄉服務隊之社區組。



圖三、完成蚊蟲軟膏之製作。

社區組的手作課

這次偏鄉服務隊選擇去位於高雄深山的那瑪夏區，我們分成兩大組，有國小組與社區組。國小組負責小朋友們的衛教與育樂，而社區組則負責社區的年長朋友。營期最後一天將會舉辦義診，於社區的教堂旁廣場，讓社區居民前來接受免費的健康檢查。我是屬於社區組（圖二），所以這次主要分享社區組的所見所聞。我們會帶社區長輩們進行手作課程（製作包含蚊蟲軟膏和精油護手霜）、一堂活動筋骨的帶動課，及另外一堂用藥安全觀念的衛教課。而我是蚊蟲軟膏課程的負責人，在上完課之後，有聽到長輩們開心地說沒想到可以靠自己雙手做出要在外面要價一兩百塊的蚊蟲軟膏，真的是賺到了。除了經濟上的收穫之外，他們也學到一些知識，可以帶回去分享給身邊的親朋好友（圖三）。我忽然覺得之前煩瑣的前置準備都值得了。製作蚊蟲軟膏需要冬青油、樟腦、尤加利葉油、凡士林、燒杯、陶瓷纖維網、酒精燈等器材，在搬運和分配上都不輕鬆。我很開心，我們沒有讓長輩們覺得浪費時間，並順利把這堂課的樂趣帶給他們，真的覺得很有成就感。

社區組的家訪活動

社區組的另外一個重頭戲就是家庭訪問。我們會去不同的家庭之中，對個案進行衛教、補給物資，和基本檢查，包括血壓、體溫、血糖、心肺功能、柔軟度，和四肢強度的肌力測試等（圖四）。最後我們也會陪伴個案或其家人，一起聊聊天。在身體健康方面，因為原住民朋友嗜酒，所以常常可以看到有些個案的手指、腳趾等關節處有很明顯的嚴重痛風表現。而他們行之有年的喝酒文化，豈是我們的一句勸導便足以撼動的？在心靈交談方面，大部分個案都很友善，我很感謝他們不忌諱我們的打擾，很自然地又很健談地分享自己親身的故事和目前所遇到的身體狀況。有時話匣子一打開，甚至會超過表定時間。家訪活動，除了會學到檢查的臨床技能，也會訓練到我們的軟實力，例如是否能從個案的話語或是家裡的陳設物品當中，去找出個案背後更深刻的故事；可以訓練觀察力、聯想力，和溝通力。當要離別之際，看到個案開心地跟我們揮著手說再見時，我內心也是滿五味雜陳，我不太敢輕易說再見，因為不曉得可以真正再見，還是就再也不見了。雖然後醫系的

偏鄉服務隊每年都有，但是否辦在同個地方，目前仍未知。另外，有時家訪完後，會有種心虛或難過的後座力。我們可能跟個案提醒要注意高血壓，但我們也只能簡單看到這個現象而已，當下我們無法實際上為他們現下狀況做什麼實質或大幅的改善。但怎麼說，都是個很難得的經驗！至少我相信，或許醫療的力量可以有辦法直接或間接地為個案身體或其家庭情況做出某種程度上的善，那這樣醫療體系的存在就變得格外有意義了。



圖四、幫家訪個案進行肌力測試。

偏鄉服務隊-義診

最後一個重頭戲就是義診了。我們服務隊有邀請很多來自不同科別的醫師，如感染科、復健科、家醫科、內科、小兒科、骨科，和眼科等等，醫學生們會被分到不同科協助（圖五）。我跟到的是眼科，並且是與防盲基金會合作的，這是我人生中第一次進行眼科相關的臨床活動（圖六）。剛好這個基金會先前已有跟那瑪夏區的社區居民有互動，所以來眼科的病人算滿多的，可以累積到許多經驗，包括病史與家族史詢問、驗光、跟診，與陪同配置眼鏡等（圖七）。其中一個令我印象深刻的案例是一個青光眼病人，他被醫師建議要開刀，但他卻說：「我不想轉診去開刀，就讓上天順其自然來接走我就好了。」主治醫師用一個冷靜沈穩的語氣回應：「你確定嗎？自己想好就好。」在一旁跟診的我，很想跟病人說，要不要再考慮看看，但當下並不知道手術成功率高不高，所以只能再度保持沈默，同時訝異著原來有人是以這樣豁達的價值觀來面對餘生，此次最深刻的體悟莫過於尊重病患的選擇了。其實義診這天，剛好也是當地社區的原住民傳統活動慶典--打獵祭，所以下午來的病人並不多。而這也值得借鏡，若要將義診效果最大化，不只我們有空就好，也要了解到社區的文化，就可以避免掉以上的狀況。

圖五、高醫後醫系偏鄉服務隊之義診團隊。





圖六、防盲基金會之眼科義診。



圖七、詢問病人病史等資料。

獲益匪淺之偏鄉活動

這次偏鄉活動的天數有四天三夜，或許我們幫助那瑪夏社區的事實會隨著時間推移而被遺忘，但是我們從他們身上所得到的經驗與驚艷，可能比他們從我們身上得到的還多。但即便他們忘記我們是誰，但他們也能有機會不斷地累積著這些小小又持續性的影響力。所以這四天三夜的偏鄉服務隊，我選擇盡情地綻放自己，然後珍惜彼此的相遇，因為燦爛的碰撞相遇之後，也許就是極長久的不知何時再見。在這個衝突不斷、資訊爆炸、人跟人之間更冷漠的世代，偏鄉服務隊讓我們能有一些機會，享受著和平的生活、找回寧靜和溫暖的心流，並注視著小朋友老朋友那炙熱的眼光（圖八）。或許，已經不是在討論服務隊參與者或是社區對方誰的收穫比較多了，而是互相給予彼此一個承諾。對我們來說，這可能是一個自己跟自己的約定，或許是以後的奉獻自我，為偏鄉醫療付出一份力；而對社區居民來說，或許他們被給予了當下的陪伴與未來實現夢想的種子，不知不覺已被埋在心中，可以讓他們去思考人生中更多的可能性。

圖八、社區房子之彩繪磁磚藝術。

