

宜蘭社區醫學之旅

臺北市立萬芳醫院¹一般醫學科³社區醫學部
²國立陽明交通大學附設醫院 家庭醫學科
陳品叡¹ 江憲一² 林英欽³ 黃世斌¹

兩個月的社區醫學來到位於宜蘭縣宜蘭市的國立陽明交通大學附設醫院（以下簡稱為陽交大附醫）。陽交大附醫共兩個院區，位於新民路的新民院區，及位於校舍路的蘭陽院區，兩院區鄰近火車站及轉運站，交通便利外更有院區間的交通接駁車；新民院區周邊民生便利，餐館、咖啡廳及娛樂設施應有盡有，在課間閒暇時刻，到真島咖啡點一客餐、坐一個下午，享受貓的陪伴及店內的放鬆氛圍，也是這兩個月的珍貴回憶之一。

此行行程分為四大部分：主題教學、內部參訪、外部考察及專題報告。主題教學包含由專科醫師帶領的精神醫學、職業醫學及高齡醫學等課程與門診見習，以及各職類人員分享如營養衛教、出院準備及醫療糾紛處理等，在未來執業期間會頻繁接觸但未深入探討的主題，透過知識量密集而精簡的課程，讓我留下深刻的印象。

內部參訪觀摩了安寧病房與小規模多機能服務的配置，及參與精神科日間病房與樂智據點的課程活動，在活動參與間，我觀察到陽交大附醫是如何細緻地設計活動環境及規劃課程內容，從有限的硬體與軟體資源中發展出自己的一套照護模式；此外，我們也隨著IDS（Integrated Delivery System, 全民健康保險山地離島地區醫療給付效益提昇計畫）團隊一同來到大同鄉跟南澳鄉，觀摩偏鄉醫療的執行及協助居民的衛教活動。

除了院內的行程外，我們也走訪多個醫療及照護單位，包含位於礁溪鄉的吳鎮世診所、鄰近陽交大的德安診所及開蘭安心診所、竹林養護院、位於羅東鎮的游能俊診所、以及位於南澳鄉南方的東澳復健站等。在診所我們看見了多方發展的經營，包括熱力健身房、A據點及C據點的共照等，順應高齡化的社會有個更多角性的發展；照護機構方面最令我印象深刻的是竹林養護院在園區內設有院民專屬的靈堂，並積極而溫柔得與家屬討論住民在最後一刻時的應對方式，讓住民與家屬可以提早面對死亡，並可以從容而不驚慌地去接受，在安穩的狀態下走完人生的最後一程。

在這兩個月的時間內，江憲一醫師與我們有多次的對談，從宜蘭在地社會及醫療議題做發想，去打開我們的想像與可能性，進而發展出我們的專題報告主題；最後我選擇以青少年自殺相關議題做討論，探究這個地區相對顯著的青少年自殺率，以及參考其他地區曾經執行的研究來給予宜蘭當地未來要發展相關研究的建議。

總體來說，陽交大附醫的社區醫學訓練內容十分豐富，除了知識上的養分外也帶給我溫暖的能量和美麗的風光，期待未來可以繼續保持及開展更多的好課程，帶給未來的學弟妹們同樣滿滿的收穫。☺