

白袍怪獸變身天使降臨，走入校園

◎基隆長庚家庭醫學部主治醫師 王美雯

封面故事

醫師的角色在過去向來是神聖、是權威，在孩子的心中也可能是黑影、是恐懼。隨著預防醫學概念的推廣，我們開始將健康的概念視為另外一種藥品，將健康的生活視為一種治療，而長庚公益計畫便是這樣的推手，我們用4年的時間，與宜蘭縣政府合作，為醫療資源不足的宜蘭偏鄉中小學，注入資源，注入對健康的熱情與概念。

家庭醫學科醫師向來是預防醫學推廣與執行的能手，我們善於把複雜的醫學知識轉換成簡單易懂的生活常識，在推行長庚公益計畫的4年中，醫師們搭乘著2~3小時的車程前往醫療荒地的宜蘭偏鄉，我們除了提供健康照護，發覺可能的健康問題，針對孩子們可能存在的傷害，或者

已經既有的健康問題，給予治療與關懷，我們衛教孩子們應該知道的健康知識，用簡單卻深入的概念對其健康扎根，從生活習慣與飲食開始進行改變，我們嘗試找出所有可能的「不健康」，並從牙齒健檢、頭蝨檢查、刷牙習慣、營養補充、活動姿勢、視力保健、還有藥物指導等多重面向切入，我們把小孩當成大人，相信他們能將我們傳授所習得的知識，帶回給家人，因為他們是偏鄉的希望，而我們想成為他們的希望。

除了醫師，我們將醫療團隊帶入偏鄉，讓各個不同領域的專業人員共同提供照護服務。偏鄉的孩子總是有骨氣的，雖然他們的資源不見得充沛，但他們卻積極的表現自己，有許多具有運



▲ 醫師用簡單易懂的方式將健康觀念傳達給小朋友

動專才的孩子們，他們很努力地在有限的既有條件中表現自己所能，但可能在求好心切當中，以自己的健康為代價追求最佳成績的同時，不慎失去了健康，也可能斷送了未來。我們與運動防護員搭配合作，醫師檢查找出可能的傷害，給予最佳的醫療處置，同時搭配運動防護員從根本進行姿勢調整與運動訓練，運動防護員還協助後續的追蹤，讓醫療介入的效果能更持久。此外，偏鄉的許多孩子來自隔代教養的家庭，家庭教育與飲食習慣差異很大。即使有統一供應的營養午餐，因家庭背景不同及孩子們缺乏營養知識，導致他們的體型差異顯著，而不健康的體況可能會增加罹患疾病的風險。

我們與營養師們合作，利用圖像與生活結合，疾病與健康預防概念的融合，讓孩子們了解健康體態的重要性，以及如何養成好的健康飲食，從小養成正確的飲食觀念，希望也可藉此影響其家庭健康營養衛生習慣。

感謝長庚醫院的大力支持，公益計畫的推動將本來在醫院中令孩童畏懼的醫師轉變成親切的叔叔阿姨，我們重塑了新的天使形象，不再是只會打針的白袍怪獸。天使將健康種子重新帶入了校園、帶回了家庭，從病痛當中重獲健康，從健康當中更加享受生活，這顆種子將會在未來的幾年內逐漸發芽茁壯，而醫療公益的甜美果實，將帶給社會更多的喜樂與色彩。✿



▲ 醫師深入校園翻轉學童對醫師的恐懼印象，幫助他們建立健康觀念