

「社區健康照護中心」實習心得

文/中國醫藥大學醫管系 吳昌璋

三年級升四年級的這個暑假，期待的實習開始了，這是第一次實習，要親身體驗理論應用到實際工作上。這也是第一次踏進醫院，但不是為了看病。醫院裡沒有印象中那種消毒水味，即將去的是醫院深處的行政大樓，沒有排隊看醫生的病人，就像是一般的公司，加上平常的辦公桌。

我是來自中國醫管的學生，聽到的人就會很好奇的問中國的學生實習為什麼選擇中山？中國中山都是醫學中心（還有榮總），差別在中國被報是血汗醫院，中山不是，第一個想法是來中山看看差別在哪，二來系上司學選中國的本來就很多，到時候要自己去協調誰要去誰不去，加上中山名額還有，雖然離家遠了些，但仍選擇較不用爭破頭的中山，最重要的是六個好友可以一起上下班。

實習分配到的是「社區健康照護中心」，顧名思義是有關社區關懷相關的單位，只是我有點沒辦法將醫管還有社區服務連結在一起。

社區健康中心工作內容五花八門，舉辦社區衛教活動，提供社區老人、民眾及成人健康檢查和諮詢等工作，再藉由篩檢及院內轉介，提供相對應的追蹤、治療等等醫療服務，使社區更加的健康。在院內及院外舉辦各種衛教活動，如在院內舉辦戒菸、戒檳

榔，相同資源還可以推廣到社區合作的關懷據點及活動中心，同時定期有醫師、護理師深入社區去推廣各種健康促進的衛教講座，落實社區健康促進的目標。在院內門診有門診衛教，讓民眾在看病之餘可以多接觸醫學相關的資訊。舉辦院內健康講座，讓等門診的病人有機會更進一步增加對健康的瞭解。

協助戒檳榔的上課，除了活動的前後聯絡、場地整理等簡單的工作，還順便上課，學了一些東西，除了知道檳榔對於口腔、牙齒牙齦的傷害外，還對身體其他想不到的臟器傷害更是嚴重，長時間嚼檳榔引發口腔癌外，其他癌症發生率更是常人的很多倍；若是加上菸酒，發生機率更是提升123倍，民眾可到篩檢中心做篩檢，並下決心戒除香菸、檳榔等壞習慣，參與這課程讓我對菸酒檳榔有更進一步的認識。

除了戒檳榔，還有到社區幫忙社區的減重諮詢，替社區民眾量身高、體重與測體脂肪，現場還有醫護人員幫忙量血壓、血糖，再由支援的醫師根據檢查提供民眾建議，活動結束後順便參加社區的老人活動，比在醫院當志工溫馨熱鬧許多。活動的減重衛教單張設計由我包辦，當衛教單張被發出去，覺得很有成就感。