

出國報告(出國類別: 學生國際志工團)

蒙古國際學生志工團醫療 及學校社區支援 工作報告

服務機關: 國防醫學院三軍總醫院

姓名職稱: 三軍總醫院牙科部葉筱雯醫師、
眼科部梁怡珈醫師、內科吳茂仁醫師、
國防醫學院黃小民老師

派赴國家: 外蒙古

報告日期: 112 年 08 月 31 日

出國時間: 112 年 07 月 16 日至 08 月 04 日

摘要

國防醫學院一、二年級學生應台灣在蒙古之NGO，蒙古家扶基金會之合作邀請，第九度組成暑期學生志工團，並報請三軍總醫院牙科部醫師葉筱雯、眼科部梁怡珈醫師、內科吳茂仁醫師、國防醫學院黃小民老師，分別自民國一一二年七月十六日至八月四日間，前往蒙古烏蘭巴托家扶中心、烏布蘇省偏遠村莊的學校進行學校教育課程、醫務所醫療工作坊、村莊家訪及物資發放等衛生教育服務工作。內文包含工作歷程概要及醫師之心得經驗分享及建言，期許未來能協助國防醫學院與相關志工團隊合作，增加醫學生之見聞與對國際志工、人道援助等實務經驗，期冀透過實際參與志工行動與經驗分享，落實人文及醫學教育之使命。

目次

壹、目的	4
貳、過程	4
時程簡介	4
工作概要	5
參、心得與建議	6
肆、附件	14

內文

壹、目的

國防醫學院一、二年級學生應台灣在蒙古之NGO，蒙古家扶基金會之合作邀請，第九度組成暑期學生志工團，並報請三軍總醫院牙科部葉筱雯醫師、眼科部梁怡珈醫師、內科吳茂仁醫師、國防醫學院黃小民老師，分別自民國一一二年七月十六日至八月四日間，前往蒙古烏蘭巴托家扶中心、烏布蘇省偏遠村莊的學校進行學校教育課程、醫務所醫療工作坊、村莊家訪及物資發放等衛生教育服務工作。內文包含工作歷程概要及醫師之心得經驗分享及建言，期許未來能協助國防醫學院與相關志工團隊合作，增加醫學生之見聞與對國際志工、人道援助等實務經驗，期冀透過實際參與志工行動與經驗分享，落實人文及醫學教育之使命。

貳、過程

一、時程簡介

7月16日：抵達烏蘭巴托。

7月17日：採買物資、準備英語衛教營隊課程。

7月18日：至蒙古家扶中心、家扶村進行家訪，理解當地醫療資源現況及問題。

7月19日：至蒙古烏蘭巴托家扶中心據點進行英語衛教營隊，針對眼睛衛教課程進行教學，並搭配動作、口訣，利於孩子們快速記憶。家政及文化課則個別針對手做香包及各國文化做介紹。

7月20日：至台灣駐蒙古經濟貿易辦事處與負責人會面、與蒙古醫科大學國際辦事處專員及學生商討合作條約，延續往年交流及營隊、義診翻譯協助的合作。

7月21日：採買物資、準備烏布蘇義診衛藥材及英語衛教營營隊課程。

7月22日：採買物資、準備烏布蘇義診衛藥材及英語衛教營營隊課程，並在烏蘭巴托與三總義診醫師會合。

7月23日：一早搭車前往西部烏布蘇省，預計為一千公里，兩天一夜的路程。

7月24日：欣賞沿途風光且習慣從首都的現代廁所到茅廁到只剩廣大無邊際的草原，抵達烏布蘇省服務小鎮的小學宿舍，並場勘義診場地。

7月25日：義診第一天，分上午診和下午診，場佈劃分成報到處、體檢室、內科診間、牙科診間、眼科診間。

7月26日：義診第二天，調整了前一日動線及叫號的問題，候診區更有秩序，但希望加號的情況持續存在，上、下午診總和超過一百診，且不計算同時看兩科或三科等情況。

7月27日：烏布蘇省英語衛教營第一天，

世界地理：透過大富翁遊戲帶入各國文化、制度與時事，讓小學員在玩樂中開啟對世界各地特色的認識與興趣，**減少不平等**的知識落差；英語情境：透過偵探故事劇情連接英文歌教唱，帶入歌曲中的單字及補充單字、例句、對話，使小學員更藉由歌曲節奏的輕快感學習新的英文單詞，亦藉互動使用英文日常對談及閱讀理解的能力；科學實作：透過簡易實驗的製作，啟發小學員對科學的好奇心；並了解在電學

與磁學上的基本原理，以及最後在現實生活上的運用，達成**永續城市**的想法建立。

7月28日：烏布蘇省英語衛教營第二天

晨操：半小時到一小時的時間讓小孩子們活動筋骨；口腔衛教：教會小學員刷牙及使用牙線、了解口腔保健、**淨水與衛生**的重要。同時透過衛教達成提供生活品質、**消除貧窮**的目標；音樂欣賞：增廣音樂方面的見聞，以簡易打擊樂器的介紹與實作降低樂器的學習門檻，更以音樂拉近彼此的距離；眼睛保健：讓小學員認識眼睛構造，並懂得如何預防因當地環境容易造成的眼睛傷害，建立**健康與福祉**，使生活更加有品質。

7月29日：烏布蘇省英語衛教營第三天，晨操：半小時到一小時的時間讓小孩子們活動筋骨；美術勞作：上半堂課會將社會所熟知的世界名畫及名畫家們介紹給小學員，幫助他們對藝術有更深的接觸及認識。下半堂課藉著水砂紙畫的創作，讓小學員與劇情中角色合作創作出自己獨一無二的畫作。

7月30日：拜訪烏不蘇省政府，省長接見並提及今年的合作希望能延續下去，志工團隊更接受由省議會授予的榮譽勳章，特此感謝今年度的義舉及合作象徵。

7月31日：受省政府之邀前往牧民家拜訪，深入更原始的蒙古，一家五口靠畜牧維生，取水不易，與世隔絕，實屬世外桃源，卻也更加了解醫療資源匱乏之窘境。

8月1日：原先預定此日返回烏蘭巴托，但因班機延誤改期8/2下午五點，因此調整行程前往烏布蘇湖休整。

8月2日：搭乘國內線返回烏蘭巴托。

8月3日：拜訪彩虹之家，是蒙古的智障兒童學校，有完備的學習系統及就業訓練與社會接軌，讓智能障礙患者被當作「人」來對待。與其合作是計畫未來能帶上復健科專業的醫師或老師為彩虹之家的社工或是家長們做更多知識的更新。

8月4日：搭乘華航班機安全返抵國門

二、工作概要

今年則與蒙古家扶中心代表合作，到烏蘭巴托家扶村實施居民家訪和英語衛教營，同時也與蒙古醫科大學交流、與學生合作至烏布蘇省實施義診和英語衛教營。**而目的有二：**

1. 提升當地居民健康衛生狀況並宣導正確衛教觀念，
2. 貼近小朋友並提供健康衛生知識與刺激孩子對於英語的興趣。

在出團前有辦理以下行前訓練以確保團員有足夠的知識及能力來進行服務：

1. 台北E大網路課程：利用基礎志工訓練及不同類別的特殊訓練同時可以滿足不同類型的服務方式學習
2. 蒙文口語對話教學：透過學習發音及簡易對話，在短時間內能拉近與當地居民的距離。
3. 眼睛衛教及口腔衛教課程：由隨團醫師帶領學習有關眼睛與口腔的基本知識以及義診時遇到的經驗分享，讓團員服務的同時也理解各種器具及藥物的使用。
4. 張卓才醫師分享海外志工：醫師以他極其豐富的義診經驗為出發，讓同學們了解隨機應變的重要及不要害怕的勇氣。
5. 蒙藏委員會志工訓：透過曾經擔任台蒙關係橋梁的海中雄處長分享，讓沒有去過蒙古

的團員們對當地的風俗民情有基本的認識。

到蒙古後也與當地聯繫的機構進行交流及未來合作方案探討，其中包含：

1. 蒙古家扶中心：總部位在台中的家扶中心在國外有7個據點，我們去的便是他們在海外的蒙古分事務所，其進行的國際服務包括生活與生存協助、醫療照護與健康促進、教育與學習支持、社會與環境改善、全球網路建立等，交流內容以家訪方式、家扶自己義診方案、英語衛教營以及雙方能提供的資源合作想法，讓明年的服務方針能更加具體。
2. 蒙古醫科大學交流：由於雙方都是醫學院校，我們透過當地學生進行翻譯、學習蒙古醫療文化的同時，大學生也能同時開拓視野。未來交流的方向希望能以醫院交流為目標進行討論。
3. 駐台北烏蘭巴托經濟貿易代表處：此機構為在蒙台人提供相當於大使館的業務，我們也藉由經貿處提供的資源拓展義診及英語衛教營的服務內容。
4. 彩虹之家：此機構主要服務智障兒童，幫助他們學習生活自理。讓智能障礙患者被當作「人」來對待，與其合作是希望未來能帶上復健專業的醫師及老師來為彩虹之家的社工或是家長們做知識的更新。

最後是我們主要的服務項目，於烏蘭巴托的英語衛教營以及於烏布蘇省的義診、英語衛教營的執行狀況：

1. 義診：我們在當地為居民們進行了健康檢查、牙科檢查、視力檢查及內科檢查四個部分，除了利用當地縣府的衛生所以外，藥材及器具都是團員及醫師們從三軍總醫院申請並帶至當地，並夠規劃義診動線及人力分配，將所有人員與物資做出適當的安排，以給予居民所需求的醫療服務。
2. 英語衛教營：透過寓教於樂的形式，我們團隊共準備了十堂課程，其中包含口腔衛教、眼睛衛教、健康、家政、音樂、地理、科普、英文、美術、文化課程，透過英文作為授課語言加上蒙古大學生的翻譯，讓孩童在學習知識和基礎衛教觀念的同時還能夠學習第二語言，激發孩童對於學習的渴望，並期許其在未來能以教育翻轉人生軌跡。

參、心得與建議

一、心得

(一) 許睿洵同學

我們在當地的小學舉辦了三天的營隊。在這裡我遇到了一群雖然語言不通，卻用活潑和熱情感染著我們的小孩。他們真的是一顆顆勁量電池，從早上到下午都處在一個十分活躍的狀態，雖然有時候在課程中會出現一些較為調皮的小孩想要嬉鬧，不過也有勞隊輔們各顯神通，終究是把這些調皮的小孩管理的很好。印象最深刻的是在我自己所負責的美術課時，看到小朋友拿著蠟筆沈浸在自己的作品中，最後創造出一幅幅令人十分驚艷的作品。畢竟他們的年紀都很小，也肯定沒受過專業的美術訓練，因此我對他們的期待老實說並沒有太高。但是當我看到這群極為活潑的孩子們可以在這

短短的一小時內拿著畫筆投入在眼前的一張紙時，內心是極為高興和感動的。

後來我想到一個曾經聽過的問題：如果你今天去教一群孩子們畫畫，而後來有一個孩子喜歡上畫畫，甚至成為了一位畫家，那對你而言意義是否十分重大？我想如果真的發生這件事，我應該會非常開心吧。在蒙古，不是每個小孩都可以拿到畫筆，都有一張紙一張桌子讓他們盡情揮灑著自己的創意。而今天我透過這個志工團所舉辦的營隊，用短短一小時將一堂美術課呈現給他們，讓他們有機會拿起筆，有機會將腦海裡的天馬行空繪製到紙上。經過這堂課我的改變是希望未來有更多的機會可以做這件事，帶著不同的小孩學習新的才能並更加認識自己，但我更希望這樣的課程可以帶給孩子們更大的改變，令他們找到自己的興趣，找到自己未來想要成為的模樣。

(二) 郭嬋萱同學

我們拉車了一千多公里到達了烏布蘇省的一個小鎮，那裡非常的純樸，沙子路、矮平房，整間醫院像是一間小衛生所，而那裡就是我們進行義診服務的地方，原本預期的三天義診，因為前面班機延誤的問題壓縮成了兩天，我這兩天的職務分別是健康檢查的色盲檢測以及身高體重量測，中間穿插對民眾的口腔衛教。據說內科診間很忙又很累，其實我很想進去觀摩，但是礙於大三的身分，覺得自己不應該去那裡增添麻煩，尊重大二義診負責人的安排(因為有發生大二生想去內科診間但被義診負責人拒絕的情況)原本想請示茂仁醫師可不可以，但最終沒有找到機會詢問。前來看診的人絡繹不絕，但是我們限定每一梯次就是40個名額，而最後一梯次果然發生了是否要加收病人的情況，看完40位病人大概比預計還要早一個小時收工，而義診負責人 A 觀察到衛藥材還剩很多，於是請示三位醫師是否還能繼續看診，三位醫師皆同意，但義診負責人 B 及團長則認為不應該再加收病人，因前面已經拒絕了一些人的掛號，如果現在加收恐怕會有公平性的問題，況且加收後還會再出現什麼狀況不是他們能掌握的，考量到整個團體他們覺得不應該收，負責人 A 感到無力及難過，因為很多居民都是翻過好幾個山頭遠道而來，甚至有些病情真的很嚴重，但卻因為這些考量而要拒絕他們。

實在負責人 A 告訴我們他的想法後，我也感受到了沉重的無力感及難過的情緒，有些人是真的嚴重到會死亡的，如果能讓他們好過一點為什麼不做？我們只是醫學生，還沒有真正踏入醫治病人的領域，也不像三位醫師有多年的義診經驗，台灣的醫療環境和這裡不同，其中怡珈醫師給了一個很好的建議，可以先詢問民眾的狀況，根據他們的主訴去選擇是否要加收，只收嚴重需要看診的民眾。畢竟這次發生的已經無法改變，但以後同樣的狀況一定還會在發生，或許可以改為以看診時段為限，超過時間點便不再加收。在這次事件之後我真切的感受到自己的無能為力，同時也體會到如何消化這些情緒的過程，我想歷經這次的事件後大家心靈都有所成長，在往後成為醫師、成為醫師後的道路上，也會經歷到更多複雜的事件及情緒，我希望我能謹記這個經驗所帶給我的體悟，等到我成為有能力的人之後，盡量做到不留遺憾的去幫助別人。

(三) 張育銓同學

我們到首都一千五百公里的烏布蘇省進行義診及營隊的舉辦。蒙古人在做事形式與台灣比較保守和保留，因此並不會像台灣能有預約制，或是能事先知道名冊，因此在隨

機應變的能力上就必須拿出來應變。義診以三大科作主軸，分別為眼科、牙科和內科。由於英文並非蒙古流通的日常語言，因此透過蒙古醫科大學的學生來做病人與醫生之間的溝通交流。透過身體檢查的初步評估，大多數的蒙古居民都面臨體重過重及高血壓的現象；另外在牙科的檢查中發現大多數蒙古人所面對的，並不是因為齒列不正而造成齙齒，而是因為刷牙姿勢，或是口腔衛生的知識不足而造成口腔問題；而在眼科則發現相對於台灣高比例近視，蒙古人多數較少有近視的困擾，因此在眼衛上則是以預防眼球受傷為主。

在進行義診前，我認為應該要向自己提問，我為什麼要到蒙古協助進行義診，我對於義診的期望以及初衷到底是什麼？在思考後每個人都能提出來讓彼此能了解對方在義診之前的想法，更能讓大家都有一個共同的目標去追尋。另外因為在知識累積的落差導致在協助醫生食或需要時間繼續消化吸收。或許我們能在之後舉辦義診相關課程，能讓所有團隊成員都能有先備的知識和素養，這樣在問診及醫囑開立下更能無縫接軌，或是能減少學習與吸收時間來增加效率。另外在安排病人看診順序的方式能改成叫號的方式的確在糾紛以及安排的便利性確實提高了不少，這或許就是一個團隊比起一個人更能快速且全面的解決問題吧！

(四) 李璦同學

經歷過在烏布蘇省十一日不能洗澡、於茅坑如廁的日子，此種生活模式讓我得以體驗蒙古質樸的生活。躺在綠色大草原的山坡上，看著眼前的羊、牛、馬、駱駝群愜意地在草原上吃草，時間的流逝隨風消失在遠方。逐水草而居的生活讓蒙古人擁有了將剛認識的客人當作老朋友對待的熱情，日復一日的放牧生活造就了他們的內斂性格。在蒙古發生的故事，在蒙古看見宛如畫一般的美景，就如同一場夢，一場難以忘懷的絢麗的夢。

蒙古的生活教會我放慢生活的腳步，蒙古人遇事隨緣的處事態度也教會我放下。在忙碌且高壓的學習生活中，適時放下，輕盈地面對生活中的挑戰。每當蒙古的美景一幕幕出現眼前，那一刻，內心壓抑許久的悲喜總是會化為淚水在眼眶中打轉，自己何其有幸能將畫一般的美景盡收眼底。遼闊的草原上，人顯得特別渺小，所有的情緒都可以被這片土地接住，報以溫柔而樸實的美。

世界好大，好美。能發揮自己的力量為世界上某一個角落的人盡一份心力是我的榮幸，此趟蒙古國際志工之旅也教會了我許多，我學會放下、包容、原諒、愛與被愛、和解、反省；我學會哭、學會笑、學會敞開心胸、學會欣賞、學會合作、學會給予。二零二三年發生在蒙古的故事已然成為一段美麗回憶；然而，蒙古的故事將會持續上演。蒙古，明年見。

(五) 陳楷麟同學

經過這幾天的觀察，蒙古似乎還處於高人口紅利的時代，而醫院佈告欄上貼著的節育海報也間接應證了我的想法。7/26烏布蘇省縣城的第二天義診，小小的身軀牽著更小的弟弟跟著媽媽來到了我們義診的醫院。目測身形約7、8歲，但實際年齡往往會再多個3歲，不知道是人種抑或是飲食習慣影響，蒙古小朋友的身高普遍比較矮小。填

完初診單，做完一系列的身體檢查後就靜靜地坐在候診處等著看診，相較起同齡小朋友的活潑吵鬧，年僅10歲的他卻有一股說不出的穩重，聰慧的目光中透露著成熟，卻也少了些對於週遭事物的好奇目光。有賴於Google翻譯，讓語言完全不通的我們能有一搭沒一搭地聊著，雖說大部分翻譯出來的內容仍是雞同鴨講，不過還是順利的邀請他來參加隔天的營隊。第一天營期的午休時間，當我坐在教室外的椅子望著外頭的馬路、房屋及更遠的因為熱氣而模糊晃動群山，雖說是馬路，但也就是一大條筆直的黃土路，若不是左右兩邊有建築物作為邊界，或許很難將之與平常腦海中的「路」連結起來。他拿著手機靠了過來，還是一副小大人的模樣，但多了些不情願，翻譯顯示：我要回家了。早上的課程是結合大富翁遊戲的地理尋寶課，回想課堂期間他專注的神情以及團隊得分時喜悅的歡呼和笑容，應該不會是課程太無聊才早退，當我還在納悶時一旁的蒙大生靠了過來和他對話了幾句，原來，現在他該回去照顧弟弟了……。

遊牧，是蒙古傳統的生活型態，逐水草而居，隨著季節遷徙。遊牧家庭會將女兒送至城市唸書，兒子則留下來管理牲畜，漸漸的，受過高等教育的女子對於傳統的牧民生活感到排斥也不願嫁給繼承放牧家業的男子。觀察兩邊觀念的衝突與改變，上述觀念也與我聽聞的台灣傳統觀念大相逕庭，期許自己能持續關注相關的變化，並縮小自己舊有的觀念。

(六)陳煖玉同學

疫情過後再次來到蒙古，家扶中心跟我們之間有著重要的橋樑。在仍未認識家扶中心之前，只依稀知道家扶中心是一個海外的照顧機構，而經過負責人 Jeff 以及兩位員工的介紹後，對自己的認知深感愧疚，家扶中心經營時長比我想像中更長久，涓滴地協助已經在當地造成一定的規模及聲量。飲用水站的建造、給予弱勢族群穩定居住的蒙古包、營造孩童能夠閱讀學習的環境……等等。家訪的途中也見識到家扶中心帶給他們的影響，關於生活安定度、工作的適切性等等。但是也發現更多問題在於公共衛教的不足、資源的缺乏還有就醫服務的不便。他們也有定期到偏鄉進行義診的醫療團隊，成員之中也含括了國內的醫師，他們所做的服務更加有影響力，也更能夠直接協助當地的醫療及衛生保健。

第一站來到服務據點，也不禁開始思考我能夠做到甚麼，與蒙古據點的家扶中心重新牽線，我們第一步做到的只有了解情況，對不同家庭進行家訪。家訪原定計畫是詢問一些關於生活衛生習慣的問題，但在詢問途中便發現，他們也是一般的家庭，擁有自理的能力，過多的上對下關切會顯得不對等，且我們想要營造的也是互相尊重、裨益的關係。或許明年更加需要著重在直接在家扶中的教室開設衛教課程，授課對象的年齡也不需要加以規範，老少都能夠參與，達到真正衛教的普及，同時也不會造成過度關心的情況。正確的教育是保障健康、預防疾病的第一道門檻，治療已經是後面的防線，而仍是學生的我們能夠給予的服務即是教育的宣導。這次的家訪讓我認清楚自己能力所能夠做到且給予的實質效用。

於家扶中心的牽線過程中，真實的情況澆熄我對於服務的宏大理想，轉而思考現實面，身為學生的我們要如何才能夠發揮出自己的用處，每個階段所能夠提供的協助不盡相同，清楚認識自己並了解在合適的距離下互相尊重，達到服務的目的。並非放棄，而是承認自己現在所能給予的不足，不去怨懟當地政策抑或是自己能力不足。在開啟志工

服務這條道路後，與同伴互相切磋、碰撞出不同想法，也從不同觀點中去看到世界，點出自己的盲點。

(七) 孫漢瑄同學

在蒙古的第一周最讓我印象深刻的事，是蒙古跟台灣的文化差異，到了蒙古之後才發現了很多關於蒙古的小知識，舉例而言，蒙古的汽車沒有規定右駕或是左駕，所以在路上的交通跟台灣比起來亂七八糟，但是又亂中有序。另外，蒙古的荒漠化問題非常嚴重，因為蒙古盛產的克什米爾羊毛是用山羊每年春天第一次被梳下來的新毛製成的，一隻山羊只能產出約100公克，而山羊跟一般綿羊不同的地方在於，山羊吃草是會連根拔起，但是克什米爾羊毛的價值很高，所以牧民越來越喜歡養山羊，也就惡性循環的造成了蒙古的荒漠化問題。最後，蒙古是一個內陸國家，也不常下雨，因此蒙古的排水系統跟供水系統都有很大的問題，沒下雨時，空氣就乾燥的像在沙漠中央一樣，連呼吸都會鼻子痛，但是只要一下雨，就像淹了大洪水一樣，路上的積水很難退去。

這些關於蒙古的小事除了讓我更深刻的體會到台灣是一個先進的國家之外，更讓我在意起蒙古的國家建設、都市規劃和政府法規，先不提蒙古其他比較落後的省份，就連首都烏蘭巴托都有以上的問題，但是看過了首都的機場、成吉思汗紀念廣場，我認為蒙古政府其實有能力能改善這些問題，只是有某些原因讓他們不願意去做，我想其中必定牽扯到了許多政治立場或是蒙古人的民族性的問題，所以這些小事又可以上升到另一個層級。

以上這個想法，用來反觀台灣，甚至反觀自己，我發現其實也可以找到許多類似的案例，台灣的不同黨派、不同政治立場，常常也會造成有些法案難以推動或是作為室礙難行，這之間夾雜了太多利益的牽扯和想法的衝突，我開始好奇是否有一種做法是能夠消弭紛爭，找出共同的最大利益，然後製造全民都是贏家的局面呢？

(八) 陳冠勛同學

在蒙古前幾天行程主要是和家扶基金會聯繫，基金會負責人及志工們在和我們介紹他們的工作內容後，帶領我們前往家扶村看看台灣家扶基金會所做的成果及對生活在此處的家庭進行家訪。其中令我最印象深刻的是訪問到一對大約12、13歲的兄弟。他們是單親家庭，主要由父親在照顧他們，但父親的工作是臨時工，在白天要四處去找工作直到晚上才會回家。因此兄弟倆白天沒有去上學時的吃及家務都得自己來。身體健康方面哥哥自小即蛀牙，到近期有愈發嚴重的情形，父親有在安排帶他去做治療，可治療的費用是父親將近四個月的薪水，對這個家庭來說是很大的一個負擔。

家訪完深深感到自己很幸運，自小有父母無微不至的照顧，在生活、學習上有所需時，從不用去擔心、煩惱金錢的問題，要做的只有好好學習、精進自己，未來成為一個對社會有用的人而已。然而，現在的自己因為怠惰或受其他事情影響，甚至沒有把自己該顧好的事情顧好，感到很羞愧也認為自己應該更加努力。蒙古家扶村的小朋友除了顧自己外，還要在父母不在時打理好家裡、照顧弟妹，換作現代在台灣的小朋友甚至小時候的自己，可能都做不太到，他們的成熟市值得讚許也重新讓我反省自己在擁有許多後，逐漸迷失自己的行為有多大的不妥及該如何去改善、把自己拉回原本的軌道。

(九) 蔡育綿同學

第二週有一個重頭戲是義診，在那間沒什麼設備、醫師也不是很厲害的醫院裡，來了許多聽到有義診就騎著馬或檔車，開了幾十公里慕名而來就診的人。蒙古人身上有一股羊羶味，在擁擠的櫃檯前擠滿了想掛號的蒙古人，整個診室都充斥著很蒙古的味道，但醫師們一穿上白袍就嚴肅幾分的神情令大家都不敢大意，聽著醫師指示的做好分內的工作。印象最深刻的是在跟眼科的怡珈醫師的診時，有一個明顯眼睛有問題的嬰兒被媽媽抱了進來，從外觀上來看，嬰兒有斜視、眼球上還有明顯的紫色血管，醫師說要經過散瞳才能診斷是白內障還是兒童的惡性腫瘤，可惜因為臨時有其他事情要忙被叫走了，所以沒有聽到散瞳後的診斷成果。

聽到的當下，跟診的同學當相當震驚與不捨，嬰兒才8個月大，白內障可能會導致失明、但嬰兒的惡性腫瘤通常活不過兩歲，不管是哪一個對嬰兒與家人來說都十分殘忍，即便是在醫療發達的台灣也不一定治得好，也是在當時我理解到了醫療的力量，因為我們願意去連當地醫生都不願意去的偏鄉，所以許多有慢性病的人可以拿到免費的診療機會和慢性處方簽，像這個嬰兒這樣的案例也因此能獲得早期治療，醫療的力量是我第一次意識到，是有許多東西可以跨越語言、文化的隔閡，造成正向而深遠的影響東西。

在烏布蘇的時候，由於是偏鄉，當地沒有淋浴間給我們使用，甚至斷水斷電了兩天，我們有整整十一天沒洗澡，只能使用洗手台盥洗，廁所也是在茅坑解決，根本沒有洗手台、衛生紙等現代設備，在不能洗澡的十一天內大家也都會小小抱怨蒙古的衛生狀況，然後互相問對方如果還有類似的機會，願不願意去條件不好的地方義診？但在志工結束以後，大家都一致覺得很值得，那些事發當下的震撼與感動，是在條件好的地方無法獲得的。

(十) 張博任同學

前往烏布蘇省進行為期兩天的義診和三天的英語衛教營隊。即使前一週在首都烏蘭巴托經歷各種新鮮事物和便利生活，本週的活動體驗更是有過之而無不及。光是前往當地靠的是搭車，便是很新奇的經驗。兩天的拉車，我看到窗外的景色從綠油油的大草原和樹木逐漸變成低矮的樹叢，然後只剩荒漠上的幾根草和土丘。這裡更加的乾燥日夜溫差更大，不變的是蒙古人的熱情和謙和有禮。我們抵達烏布蘇之後隔天就開始進行義診。兩天的義診我分別在牙科進行口腔衛教以及眼科的跟診。兩天的見聞都讓我印象深刻。身為醫學系的學生，平常看牙醫系的同學介紹口腔衛教都覺得內容簡單、行雲流水，但實際用英文講一遍，偶爾還要搭配蒙文跟民眾介紹正確觀念，便發覺這其實困難很多。第二天在眼科門診雖然我只是聽從梁醫生的指示配合藥材但也看到一些很特別的 Case：有天生眼睛畸形的小孩、先天性白內障的五個月嬰兒、也有幾乎雙眼全盲的老人等等，也是在後來才知道其實有很多民眾千里迢迢來到這個小鎮的醫院看病，而平時他們是沒有這個資源與經濟能力的。我們事先有訂好每個時段的看診人數，然而當天還多出許多額外的加號，雖然一度很疑惑，但在看到他們的處境，並認知到自己的行動有機會改變他們的生活，頓時覺得很有成就感，也就默默收回這些抱怨了。

二、建議

(一) 義診

首先是針對醫療品質的部分，在蒙古偏鄉的醫療資源相當不足，雖然大多數人口集中在省會以及縣城區域，但醫院僅在省會以及數個縣城中，許多人仍是要開車數小時才能到最近的醫院就醫。

儘管蒙古偏鄉地區有一定的醫療資源，但在醫療水平的城鄉差距仍相當大。由於偏鄉的醫院難以負擔專科醫師以及昂貴的醫療器材，當地醫院最多僅能做到尿液或血液檢驗，如果遇到需要更進一步的醫療需求，例如骨折需要照射X光等等，就必須到一千多公里外的首都烏蘭巴托才有辦法做檢查，這對於有緊急需求的病患來講極其不便，他們會需要負擔時間與昂貴的交通成本。

在我們所服務的據點Undurkhangai縣當地，每幾年會有一次由政府所支持的義診活動，但是義診所能提供的協助並不多。在這次我們所去的義診中，他們有辦法讓專科醫師如牙科眼科醫師，為他們做診斷及提供藥物協助，對於他們來說是一個相當難得的機會，我們有很好的服務品質以及規劃，醫師及同學在檢查、看診及衛教上面也都相當細心及用心，當地的居民都非常感念我們對他們所提供的幫助。

再義診方面我們討論出下列問題和建議，供團員作為經驗傳承和團隊進步之參考。

- 在診間中翻譯人員不足，一名蒙古醫科大學學生需要同時兼顧醫師問診時的翻譯，以及上一位患者藥品包好後的用藥解釋，因翻譯人數不足緣故，導致時常出現多名患者為等待用藥解釋而擠在空間不足的診間，不僅影響看診品質，也會導致看診進步的落後。因此之後內科診間建議至少分配兩名翻譯人員。
- 此次義診中內科看診時間長，內科診間相較眼科和牙科在問診上需要更多溝通和翻譯過程，時常導致病患因等待內科看診而堵塞醫院走廊。可以安排需要看診多科別的病患優先至其他科別看診；安排合理空間和人力，以提升內科診間看診效率。

(二) 英語衛教營

在課程的過程中，儘管有透過蒙古醫科大學的學生作溝通的橋樑，但仍會出現在翻譯和語言溝通上隔閡，講解時孩子會露出疑惑的神情，過多的理論和講解會導致孩子們注意力散失、無法集中精神去理解內容，因此。整個課程的安排上穿插著課程與遊戲，動靜態結合能夠將孩子注意力收回的同時，也能夠從遊戲中實際運用知識。由於在準備時預期的對象年齡層是非常廣的，可能從很小的幼兒開始就可能參加，因此需要非常注意課程手作內容的安全性，而也有可能會有比較大的同學，因此也不能讓內容過度的簡單，需要有一定的挑戰性但也要顧及到所有人的程度。

面臨孩童數比例較多時，如何適當的分配人力，能在管控好現場秩序下自己也能有足夠的休息，因此在排班上以兩班作輪替，一半的人員先進行午餐及休息，另一半則先留在活動場地陪伴孩童及注意環境安全；而由於中午時間包含午飯及自由活動，因此為了兩班人員的工作量而作出交錯排班，能避免與孩童玩耍而消耗大量精力。

課程內容安排上也發現一些問題，眼睛衛教在台灣最先想到的不外乎是電子產品對眼睛的影響或是用眼過度衍生的問題，但詢問學長姊後認為當地3C產品的普及率應該不高，因此手機對眼睛的危害應該可以省略，著重在風沙的防治。但到了蒙古當地後才

發現就算是相對郊區的烏布蘇省的小孩，也是會接觸3C產品、甚至是玩手遊。

肆、附件：服務照片紀錄

美工日製作教學海報



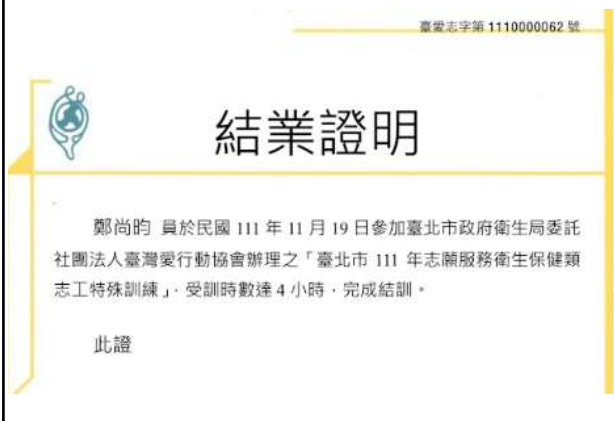
驗收課程



蒙古醫科大學生交流



台北市111年社會福利類志工特殊訓練



蒙文課教學



牙科義診課程



眼科義診課程



張卓才醫師分享講座



蒙藏文化研習



義診

牙科檢查站



眼科檢查站



內科檢查站



血壓量測站



烏布蘇省府醫院



內科藥品



營隊上課過程

