

出國報告(出國類別：國際志工團)

國防醫學大學 柬愛 柬埔寨國際志工團

服務機關：國防醫學大學

派赴國家：柬埔寨

出國期間：114 年 7 月 13 日至 8 月 1 日

報告日期：114 年 8 月 10 日

摘要

東愛-柬埔寨國際志工服務團由國防醫學院一年級、二年級共 14 名學生所組成，由三總小兒科部朱德明醫師、王富民醫師、田炯璽醫師帶領。志工團於民國 114 年 7 月 13 日起至 8 月 01 日止，前往柬埔寨金邊市街童收容機構 KKEV、暹粒市近郊村落 Kok Kreul、以及金邊市近郊村落 Preaek Kmeng,進行學校教育課程、村莊家訪以及醫護所合作等衛生教育服務工作。

目次

壹、目的	4
貳、服務過程.....	5
一、行程表.....	5
二、課程內容.....	6
三、服務據點介紹	8
參、心得及建議.....	10
肆、附錄	11
一、團員名單.....	11

壹、目的

2025 年 7 月在朱德明、王富民醫師的帶領下，東愛柬埔寨志工團再次前往柬埔寨服務。相比去年，今年在課程方面新增了糖尿病課程、物治課程、眼衛課程等，為孩童的個人衛生知識更盡一份心力。

而為了更了解當地情況，我們到當地村莊家訪，幫忙測量血壓及教導高血壓相關的衛教知識，並與當地健康中心合作，期望能達到長久的影響。

東愛至今已運作 16 年，見證了當地小孩的成長過程，而我們將持續耕耘，將希望帶入每個角落。

貳、服務過程

一、行程表

日期	活動地點與計畫
Jul.13	桃園國際機場飛往金邊機場
Jul.14	KKEV 孤兒院服務
Jul.15	
Jul.16	
Jul.17	
Jul.18	前往暹粒
Jul.19	場地布置、補充物資、據點場勘
Jul.20	
Jul.21	
Jul.22	Kok Kreul primary school 服務、家訪、Health Center 捐贈物資
Jul.23	
Jul.24	Tasne Primary school 服務
Jul.25	前往金邊
Jul.26	場地布置、補充物資、據點場勘
Jul.27	
Jul.28	Preake Kmeng primary school 服務、家訪
Jul.29	
Jul.30	
Jul.31	Barong primary school、Knor ka primary school 據點勘查
Aug.1	11:50 搭乘飛機返台

二、課程內容

心輔課程	課程包括認識情緒、情緒管理、壓力抒發等內容。透過互動幫助孩童認識自身情緒並學習如何管理情緒，同時加強人際關係的建立與溝通能力。我們希望通過這樣的方式，不僅能改善孩童的情緒健康與人際互動，更能在長遠上培養他們應對生活挑戰的心理韌性，為未來的成長與發展奠定穩固的基礎。
物治課程	物治課程主要幫助孩童理解熱身姿勢以及扭傷後的處理方式。課程一開始帶著小朋友理解運動前暖身及運動後收操的差別及重要性，並透過互動帶著孩童實際操作。接著教導繃帶使用，學習扭傷後的處理方式
眼衛課程	課程一開始先介紹眼睛構造，並教導孩童飲食觀念，增進視力健康。課程中段利用視力體驗，讓孩童親身體會近視會帶來的不便，最後教導孩童護眼操，保護眼睛健康。
口腔課程	觀察到孩童偏好甜食，但缺乏飯後刷牙的習慣，容易導致齲齒。此外，孩童對口腔衛生的認識也有限。因此，我們教導孩童正確的刷牙方法、時機及口腔健康的重要性，同時普及其他口腔疾病的知識，幫助他們養成健康的生活習慣，避免蛀牙困擾。
糖尿病課程	講解第一型糖尿病與第二型糖尿病的區別，並著重講解糖尿病會帶來的危害，提高學生對糖尿病的認知，改變不健康的生活習慣。
營養課程	營養與健康是影響兒童成長的重要因素，尤其是在發展中國家，營養不良或飲食不均衡的情況較為常見。為了改善這種情況，營養課程將以傳遞健康飲食的重要性為目標，讓孩童了解以下幾個核心概念： 第一，認識各類食物的營養價值，例如蛋白質幫助身體成長、蔬菜和水果提供維生素與礦物質、穀類提供能量等。 第二，學習如何在有限的資源條件下，利用當地常見的食材組成均衡的一餐。 第三，建立遠離垃圾食品的意識，鼓勵選擇對身體有益的食物。透過課程活動，學生不僅能學到基礎的營養知識，還能學會將這些知識應用到日常生活中。

世界文化課程	課程包括認識國家、認識世界各國建築及節慶背後的涵義與故事等，讓學生接觸到來自不同國家與文化的節慶，從而培養他們對世界多樣性的認識與好奇心。
蚊蟲防治課程	在柬埔寨，蚊蟲仍是一大困擾之一。我們教導孩童認識蚊子極容易孳生蚊蟲的環境，並認識登革熱、瘧疾會帶來的危害，再教導如何預防登革熱，減少患病機率。
美工課程	相較之前美工課程內容著重於塗鴉繪畫類型的活動，今年的美工主題著重於美勞是為訓練孩童自主行動力與創造力，除了能增進孩童信心以外，還能在過程中激發其靈感與興趣。透過摺紙青蛙活動，也能訓練孩童的專注及學習力。
藥物成癮課程	在貧困地區，藥物濫用對當地社區和兒童的影響尤為顯著。除了非法毒品之外，非處方藥物（OTC）濫用同樣是嚴重的公共健康問題。由於部分藥物的易得性與缺乏對其副作用的教育，兒童和青少年往往在無知中過量使用或濫用非處方藥，例如止痛藥、感冒藥和咳嗽藥水，進而導致依賴性甚至成癮問題。課程利用表演情境的方式，教導孩童如何正確使用藥物，以及教導如何辨別酒精與水，並強調酒精飲料會帶來的危害，建立正確的健康觀念。

三、服務據點介紹

KKEV 孤兒院	
上課時段	7/14-7/17
上課狀況：	• 活潑，有秩序跟禮貌。 • 學生會簡略的英文，可以溝通。 • 上課積極回答問題
學校情況	• 教室較擁擠。 • 有水龍頭可供洗手 • 有人造草皮足球場，供孩童運動娛樂。
活動照片	

Kok Kreul primary school	
上課時段	7/21-7/23
上課狀況：	• 秩序較吵雜，學生易分心 • 全校孩童一起上課，沒有分年級
學校情況	• 學校無水龍頭 • 有垃圾堆積觀念 • 有共用水杯飲水

活動照片	
------	--

Preake Kmeng primary school	
上課時段	7/28-7/30
上課狀況：	• 秩序好 • 孩童較內向不敢主動發言 • 上課專心
學校情況	• 有小賣部供應 • 有統一的校服 • 學生有區分為上午或下午上課 • 有電器，但大多數壞掉無法使用
活動照片	

參、心得及建議

課程設計需要依孩童的年齡層再多修改內容，年幼的孩童需要更多的互動、表演元素，去促使他們的專注力能留在課堂上。而難易度的多寡也會影響孩童們學習的意願，應根據上課年齡去調整難易度。此外，我們也注意到課程內容考慮不周的問題，例如營養課程，我們熟悉的營養食物在當地可能相對不容易取得，導致偏向紙上談兵，應根據當地的情況調整內容。

此外，我們今年也積極恢復 TTT (Train the Trainers)計畫，計畫明年能設計 CPR、BLS 等緊急救護課程，將知識帶到當地。

今年，經過評估我們結束了在 **Preak kmeng primary school** 的服務，這對我們並不是結束，而是下一個開始。我們也將積極尋找下一個需要幫助的地點，實現我們「將愛帶到各個角落」的初衷。

肆、附錄

一、團員名單

姓名	系級	職別	E-mail
朱德明	三總小兒科部	帶團老師	
王富民	三總小兒科部	帶團老師	
田炯璽	三總小兒科部	帶團老師	
蔡舜仰	藥學系二年級	團長	kevin869512@gmail.com
葉柏均	醫學系二年級	副團長	yehpochun@gmail.com
劉峻安	醫學系二年級	總務	92leo1110@gmail.com
林岱瀟	護理系二年級	活動	debby20040917@gmail.com
李妍琳	公衛系一年級	團員	yanlinli712@gmail.com
呂家綺	護理系一年級	團員	lu20051014@gmail.com
陳沛羽	護理系一年級	團員	penny941201@gmail.com
林子琪	醫學系一年級	團員	janetlin940813@gmail.com
林芷彤	醫學系一年級	團員	vivilin0512@gmail.com
沈哲漢	醫學系一年級	團員	jshen0730@gmail.com
侯啟威	醫學系一年級	團員	willyhou4010615@gmail.com
張喆崴	公衛系一年級	團員	louischangelouis@gmail.com
曾文韜	醫學系一年級	團員	tw3.14159@gmail.com
陳智軒	藥學系一年級	團員	hsuanjason95@gmail.com