

# 綠島 蘭嶼

## 現醫蹤

### 東區慈濟人醫會綠島蘭嶼義診

文／林永森、陳慧芳、人文真善美志工  
蘭嶼義診圖片提供／關山慈濟醫院中醫科

四月二十二日到二十三日，  
東區慈濟人醫會兩組團隊同時出現在離島，  
西醫團隊在綠島，今年還帶上精密儀器現場檢查，  
而且義診之外還不忘淨灘；  
以關山慈院為主的中醫團隊來到蘭嶼，  
老中青三代中醫齊聚義診，  
鄉親訝異於中醫師的親切，  
更感受中醫治療的神奇……

# 年年相約 在綠島





花蓮慈院吳彬安副院長以超音波儀器為幾位綠島民眾檢查出腫瘤，建議轉大醫院治療。攝影／林永森

臺灣東部因中央山脈阻隔，花蓮、臺東兩縣地域廣大而地形呈現狹長，還有離島綠島與蘭嶼分布在臺東外海，慈濟愛的醫療網除了花蓮、玉里、關山慈濟醫院，也得仰賴東區慈濟人醫會共同織就，四月二十二日到二十三日兩天，東區人醫會團隊分別前往綠島和蘭嶼進行義診。

### 精密儀器到綠島 診出重症轉慈院

綠島義診，則是東區慈濟人醫會每年的重點項目，這一次更特別帶了超音波儀器一起過去，幫民眾檢查出疑似頸部腫瘤，還特別安排花蓮慈濟醫院的回

診，進一步精密檢查。

東區慈濟人醫會總幹事林永森師兄介紹此行五位醫師，包含花蓮慈院影像醫學專家吳彬安副院長，專長麻醉及疼痛專科的陸翔寧醫師，陸醫師這一趟邀了太太前來參與，在義診掛號處協助引導鄉親就診；花蓮慈院謝明綦醫師除了內科，在義診時連外科及中醫科也很在行；臺中慈院感染科王瑞興醫師則是從臺中搭飛機到臺東機場與團隊會合；還有一位是楊名錦醫師，在義診是負責婦科、兒科及家醫科，她是花蓮慈院外科加護病房何冠進主任的太太，曾在花蓮慈院接受住院醫師訓練，特地從臺北過來，而且幫兩個念小學的孩子報名，一

攝影／林永森

同來參與義診，希望孩子有機會見苦知福，除了在義診幫忙，也參加淨灘活動。

兩天的綠島義診，因天候不佳，各科看診與超音波檢查、健康衛教共計八十四人次。雖然服務量雖不多，可是因此發現了幾位需盡快就醫的個案。

花蓮慈院副院長吳彬安是第一次參加綠島義診，他分享：「綠島資源比較缺乏，所以我們特別帶了超音波來。」而超音波也發揮了作用，有些鄉親因此初步被診斷出有腫瘤，義診團隊也盡快安排到臺灣本島的大醫院



陸翔寧醫師



王瑞興醫師



陳月琴藥師、邱庭睦藥師



楊名錦醫師



謝明藥師

進一步治療。

義診團隊第一線發現病苦，再由醫護愛的接力治療，希望能讓離島民眾，也能擁有同樣的醫療品質，再度找回健康。

### 世界地球日 要義診也要淨灘

義診團隊此次綠島行，除了將這兩天的感染性醫療廢棄物與垃圾收集起來帶回臺灣之外，更在第二天義診前早起，前往民宿附近的沙灘進行淨灘活動，淨灘所拾回的垃圾，也全數隨義診團帶回到臺灣進行分類回收。

林永森總幹事分享東區人醫會的外島義診在住宿的安排上有一項堅持，「我們義診團隊選擇的民宿，都是非常愛護綠島自然生態的業者，像一次性消費就拋棄的牙刷、牙膏與毛巾等等，都沒有提供，而是請住宿客人自己帶來，跟我們的理念相符合。」而民宿業者看到義診團隊大老遠跑來照顧綠島鄉親，又力行環保護大地，非常感動，所以也出動貨車免費協助載送義診的物品與人員。

希望綠島不只環境美麗，鄉親的身體也能常保健康美麗。

來到綠島義診，也不忘響應世界地球日，人醫會團隊在義診開始前起個大早淨灘去，而且不會將垃圾留在離島。攝影／陳安俞





中醫跨海  
赴蘭嶼

睽違四年蘭嶼義診，儘管啟程當天就遇到天氣惡劣而班機停飛，為了不辜負鄉親期待，醫護團隊堅持改搭船前往，讓義診如期舉行。

「天氣不好就沒辦法飛了；所以我們要去坐船。」花蓮慈濟醫院中醫師陳怡真在臺東機場忙著處理機票，因為決定改採「B計畫」——搭船。儘管整段航程讓醫護團隊吃足苦頭，大家都強忍著暈船的不適，一踏上蘭嶼地面，大家又是生龍活虎，隨即環島走訪六部落。

蘭嶼的海島型氣候，風大、雨大、溼度大成了鄉親共同的致病因子。關山

慈院中醫科主任沈邑穎醫師分析讓鄉親們致病的環境因素：「勞動的損傷，再加上氣候的損傷，再加上早年物資不夠，大家吃的東西都比較鹹、比較油，也導致血管裡面的代謝比較慢，所以三高的人相當地多。這些問題糾在一起的時候，會有風寒、溼氣，加上血液循環的問題，會附著在大家的筋骨裡面，會導致像這種天氣的變化，這種痠痛的程度，其實是我們臺灣本島的鄉親，你沒辦法想像的。」

蘭嶼高中老師特地揪團到場當老一輩原住民的翻譯志工。蘭嶼高中老師黃森



簇說：「大家（老師）都住在學校，彼此聯繫比較緊密，邀一邀就可以互相支援，提升一點點生命的價值。」

儘管天候不佳，仍不減團隊的熱情，捲起褲管，換上夾腳拖，穿梭在風雨中，準時抵達會場。「這些人真的是醫生嗎？怎麼那麼親切，跟著大家一起搬桌椅。」義診團隊親力親為，親和力十足，還未看診就拉近了醫病的距離。

東區人醫會林淑媛師姊已經是第三次參加蘭嶼義診，以往都是擔任香積組志工，沒有太多機會與當地鄉親直接互動，此行因為在病人報到區支援，讓她對蘭嶼又有更進一步的認識。聊起義診這兩天，師姊眼眶有點紅：「每個村落距離都很遠，村長很辛勤地在幫忙我們廣播義診訊息，看到醫師將病患當作親人對待，為他們拔除病苦，還有當地人的純樸可愛、對醫療團隊的信任，真的讓我好感動。」

「看到沈醫師帶這麼多醫師來蘭嶼，我的心都安了。」呂桂菊小姐是沈醫師的病患，也是促成此次義診重要推手之一。因為自己多年的病痛，經過中醫治療效果彰顯，熱心的她經常介紹蘭嶼的親朋好友到關山慈院看病，但是路途遙遠，昂貴的開銷讓許多蘭嶼人卻步。感嘆醫療的匱乏，桂菊向沈醫師提出請求，希望中醫團隊能夠在蘭嶼辦義診，讓那些獨居或行動不便的病友，能更重視自己的健康。

兩天下來，義診團隊共服務了兩百二十五位鄉親。雖然回程時，班機還

是停飛，所有人搭上輪船，被大風大浪折騰到「全軍覆沒」吐成一片，但是想起病患開心的笑容，還是讓每位參與者都非常感動。



上圖：許多蘭嶼鄉親終於有機會體驗中醫的療效，也覺得義診醫師們很有親和力。

左圖：林淑媛（左）在東區慈濟人醫會主要擔任香積志工，此次於義診中支援病人報到，整個過程讓她很感動。



# 中醫再現蘭嶼

文 / 沈邑穎 關山慈濟醫院中醫科主任



二〇一七年四月東區慈濟人醫會蘭嶼中醫義診團三十餘人在風雨中抵達蘭嶼，許多蘭嶼鄉親跟我們細數著上一次看到慈濟人到蘭嶼已有三、四年，感覺好久好久了！鄉親們熱情的眼神與話語，牽動著我們的心，我們也希望即將展開的中醫義診能滿足蘭嶼鄉親的期待！

睽違了這些年，「因緣俱足，眾志攸成」是蘭嶼中醫義診能成行的主要原因與動力。

二〇一六年六月關山慈院中醫科號召六位中醫師到綠島義診，綠島鄉親反應非常熱烈，而會場同時有蘭嶼鄉親的共同參與，當時也表達希望我們也能到蘭嶼義診服務，種下了這次的因緣種子。

二〇一六年七月尼伯特颱風重創臺東，關山慈院中醫科與臺東中醫師公會合作，擴大號召全臺灣三十多位中醫師在臺東靜思堂舉辦臺東大義診，膚慰遭受風災之後身心俱疲的臺東鄉親。當日也有蘭嶼的鄉親在場，再度

提及蘭嶼的醫療需求，卻因交通不便，外出就醫困難，期望中醫師能前去照顧鄉親。

二〇一六年年底，在許多蘭嶼和綠島熱心的大德推動下，多位中醫師、護理師及醫學生的參與討論下，決定於二〇一七年將蘭嶼義診付諸行動，並擬定了作業的大方向：

### 事前須有充分的作業時間：

包括義診日期的確定，妥善的交通食宿安排，確認適用的義診場地，醫療及志工人力的招募等。

### 義診日期的確定：

去年年初與蘭嶼鄉親討論後，將時間訂於飛魚祭中較不忙的日子：四月二十二及二十三日；同時邀請慈濟花東三個院區的中醫師們，還有熱心的中醫

同道，以及曾經來過關山慈濟見實習的慈大後中醫學生，確定參加人員，在二月底確定行程，並規畫訂機票，居住地及義診場地等。（其實我們本來挑五月六、七日，因當地有活動，建議改期。時間挪後會與觀光旺季相沖，民眾無法來看診。往前挪，會碰到五一勞動節，只好再向前挪，四月二十九日蘭嶼鄉運會，彩蘭他們建議四月二十二、二十三日，天氣好，大家又方便。就這樣，英雄所見略同，跟綠島義診無巧不巧的同一天）

### 醫護及志工人力的積極招募：

醫療團隊包括花東三個慈濟院區的家人：花蓮慈院的吳欣潔、陳怡真、顏胤儒及陳中奎醫師、陳虹奴藥師；玉里慈院的黃明雯醫師；關山慈院的沈邑穎、



高欣華及高允中醫師、吳佩 護理師，還有曾在關山慈院服務過的陳藝文醫師及臺南的莊智翔醫師，也都放下診務，從西部趕來共襄盛舉。慈濟大學的陳信羽師姊也同行，為這次義診留下影音紀錄。

還有年輕活力充沛的慈大後中醫學生團隊，第一屆及第二屆同學共十四位：張霽馨、鄒牧帆、宋宜芳、賴奇吟、邱少君、王國峰、林逸安、龔彥綸、楊捷

詠、林昭男、吳立工、蔡錫明、吳沐枕、黃舒驛。後中醫學生主動參與，協助醫療工作。島上多是中老年人，年輕同學們表現得認真專業，又溫柔體貼，輕手輕腳，婉言細語，嘘寒問暖，細心體貼，深深擄獲蘭嶼阿公阿媽的心，鄉親們都很歡喜。

志工團隊中，多位都是一路跟著我們參與綠島以及臺東大義診的老朋友，如富岡的李宜桂小姐參加過我們三場義



二〇一七年四月東區慈濟人醫會蘭嶼中醫義診團三十餘人在風雨中抵達蘭嶼，為鄉親提供兩日義診服務。

診，這次協助安排所有飛機及輪船訂票，事前到蘭嶼高中場勘，義診兩天與清華大學的蕭菊貞老師共同承擔吃重的場控工作，讓義診流程維持得非常順暢。

綠島的林登榮老師及林偉芸父女檔，慈濟臺東分會的師姊們也很發心擔任志工。尤其林淑媛師姊既要協助綠島義診的事前工作，還要到蘭嶼負責義診所有報到事宜。非常感謝。

### **必須與當地相關機構與鄉親連結**

根據過去在外島巡迴醫療多年的經驗，由於中醫重視「三因制宜」因人因時因地的診治，由外地前來義診的團隊最好與當地相關機構與鄉親結合，才能快速掌握當地的風土民情及病情特色。

蘭嶼鄉代會祕書楊彩蘭小姐是本次義診的最大功臣，楊小姐秉持著鄉代會照護蘭嶼鄉親的理念，全心全意投入義診所有事宜，包括事前的籌備，協調蘭嶼高中的義診場地，提早向鄉親宣傳，協調各單位人員協助，並全程參與義診，直到將我們所有人員送上返回臺東的船舶為止。

蘭嶼高中不但提供場地及硬體設備，校方教務處主任曾如、學務處主任陳淑貞、校護吳巧茹、羅美雪老師從頭到尾全程參與義診。總務陳鎮江和吳崇岳、李宜芳、陳冠宇、黃森簇、謝耀霆、張庭寧等老師們犧牲自己時間協助。校方人員奉獻週末假期時光，自願加入志工

團隊協助義診，讓醫療團隊很感動。

住在綠島的呂桂菊、田英傑伉儷，與住在富岡的母親吳免阿姨，在去年綠島義診出力最多，這次也不落人後，與彩蘭小姐合作，安排所有人員在蘭嶼的食宿交通，當地人力協助、參加義診，招募翻譯人員，幫忙運送所有醫療物資及團隊行李，全程參與，與楊彩蘭小姐形成堅強的在地團隊，讓醫療團隊們無後顧之憂，可以全心看診。

### **義診事前充分宣導 讓鄉親周知**

楊彩蘭小姐早在去年就跟鄉親們說今年會有中醫義診團前來義診。今年初義診日期確定後，就廣為宣傳。連我們住在當地時，都聽到許多次鄉公所強力發送的廣播。因為大家的努力宣導，六個部落的鄉親都得知訊息，也都事先安排各種交通方式，無畏風雨前來就診，每場義診才有一百多位鄉親的看診紀錄。

### **以檢傷分類 讓鄉親得到最周全的照護**

考量到蘭嶼鄉親長期勞動，加上天氣潮濕，累積在身體的病痛需要較多的醫療照護。因此比照去年臺東大義診模式——「檢傷分類就診模式」，成立一個檢傷分類區及四個治療區：針治區，推拿區，拔罐區，艾灸區。

檢傷區的醫師會依據病人的情況來決定治療組合。這樣的模式，一方面可

以讓更多醫師及醫學生實際參與醫療工作，另一方面病人也可以得到多樣的醫療照護。例如一位全身痠痛，肌肉緊繃，濕氣很重的病人，我們會提供針治、拔罐及艾灸三種醫療組合，既可舒緩肌肉緊繃，又可祛除濕氣，身體痠痛當然就會明顯減輕。

許多鄉親都是第一次體驗中醫治療，感覺既好奇又緊張，經過治療之後，對於明顯改善的療效感覺很神奇。鄉親們離去時歡喜的笑容，還有頻頻詢問：「你們什麼時候會再來？下禮拜嗎？或是下個月？只要你們來，我們天天都要來治

療！」我們很感動也很沈重！猶記義診時，有鄉親問道可否治牙病？我們只能輕輕的搖搖頭。缺乏醫療資源與交通不便的蘭嶼，有著鄉親們殷殷期盼，需要更多醫療團隊的參與和關心！

回程日，由於天候不佳，飛機停飛，所有人員搭船返回臺東。望著船艙外跳得比我們頭部還要高的浪花，自己不停翻滾的腸胃，聽著船艙中夥伴們此起彼落的嘔吐聲，下船後天旋地轉，不聽話的軟腳……除了是大家共同難忘的回憶之外，也讓我們深深體會了體驗蘭嶼鄉親出外就醫的艱難。



熱心的呂桂菊小姐（左二）是沈邑穎醫師的病人，也是促成蘭嶼義診重要推手之一。



慈濟大學後中醫系學生和實習醫師也來義診幫忙，跟著前輩及老師學習。

### 老中青三代共聚一堂傳承中醫 並凝聚守護健康力量

本次義診結合了三種力量：蘭嶼鄉親，富岡鄉親，慈濟團隊，完全符合「團結力量大」的諺語。這次前來的醫師跟醫學士剛好是老、中、青三代，透過檢傷分類，安排病友就診，讓年輕的醫學士親自臨床，驗證所學，對於未來醫療有臨場感，也讓他們然後知不足，對於未來會更有學習努力方向。年輕學子親眼目睹有經驗醫師如何在偏遠地區執行醫療，也有濃厚的教育與傳承意義。經由這一次義診，大家凝聚了共識及默契，未來將會是一股守護健康的力量。



# 蘭嶼義診 自由行

文 / 高欣華 關山慈濟醫院中醫科主治醫師

關山慈濟中醫科成立於二〇一一年，由沈邑穎主任領軍，以提供花東偏鄉地區優質的中醫服務為己任。沈主任常說我們中醫科「管兩個里和兩個島」，兩個里是甚麼里呢？「北至玉里，南至太麻里。」或許西部的朋友對地名不太熟悉，兩個里就是從花蓮的玉里到臺東的太麻里，距離大概有多長呢？若是從緯度對應到西部大概就是從雲林一直往南到高雄，其實距離很長，幅員遼闊。但是中西醫療院所大部分都集中在市中心，所以臺東民眾要看病都得歷經遙遠路途。關山剛好就在從玉里往南到臺東市的中心點，因此位居醫療要塞。而兩個島當然就是「綠島和蘭嶼」，外島民眾只有衛生所可以看病，就醫的不方便性真的不是西部民眾可以想像的。

去年(二〇一六)六月我們在綠島舉辦為期兩天的義診，七位醫師服務約兩百多位民眾，廣受好評；今年在眾多地方鄉親幫忙、十位慈濟和非慈濟體系的醫師及十多位慈濟大學後中醫學系見實習醫師的熱血支援之下，四月二十一到二十三日，二〇一七年東區人醫會蘭嶼



高欣華醫師除了為鄉親針灸治療，也著重對病人的衛教，希望讓醫療資源取得不易的蘭嶼鄉親，能透過自我保健預防疾病。

義診之行，千呼萬喚始出來！

雖然鄉親引頸企盼義診，一直詢問何時要辦？但是在聽到宣布確切的日期時我可是如臨大敵，為什麼呢？

因為只靠我們要完成這項任務可是一件大工程，中醫科為主力，等於是來一場自助旅行，不像大型義診是參加旅行社包團的，只要出人就好；我們等於是中醫科加旅行社業務，一切大小事都要包辦，而且醫護成員來自各地，每個人下診之後可以趕過來的時間不同，光是幫每位「團員」訂不同班次的機票、聯絡不同的民宿、各有不同的入房時間、還有租機車和用餐……等，就有夠傷腦筋了。除了要滿足民生需求，另外「正事」也是如火如荼的進行：確認臺東縣中醫師公會提供的物資、向廠商採買義診所需設備、採買防病人暈針及醫師暈船的各種中藥……要準備的待辦事項堆積如山，每天高允中醫師和吳佩嫻護理師都焦頭爛額地拿著一張長長的清單核對各式各樣的表格及聯絡相關人員……最後關頭連花蓮慈院的陳中奎醫師也加入行前籌備事宜的作戰行列。因為人力物力得來不易要好好珍惜，過程中沈主任還會和我們一直不斷找尋更合適的最佳方案。

這項龐大的任務，絕不是我們能輕鬆完成的，所幸其中有眾多認同本次活動的熱情鄉親大力協助；有出動多人幫忙搶訂機票，也有人贊助器材經費等等。對於這些「只求奉獻、不求回報」的朋友，他們的善行真是令我敬佩且銘記在心。

義診場地在蘭嶼高中的活動中心，當地為海島型氣候無常，一日就可感受到四季變化。義診連兩日下了很大的雨，我們一行人穿起輕便雨衣，從民宿得騎十五到二十分鐘的摩托車趕到會場，環島公路上風切超強，薄薄的雨衣因強風豪雨發出啪啪的振耳聲，暗自擔心會連車被吹到路邊的芋頭田裡。第一天義診結束時天色已暗，風雨仍強，我戴著眼鏡眯著眼睛一路狂飆，豆大的雨滴被強風掃得迎面打在臉頰上有點刺痛，突然覺得這趟異地義診真的很拚，好像在颱風天還不顧性命出門看診一樣，頓時覺得工作人員好偉大，突然傻傻分不清從額頭滑下來的是雨水、汗水還是淚水？

歷經去年辦了綠島及臺東義診的經驗，這次也參考相同模式，同時開了針治、傷科、艾灸、拔罐四區，本次因為投入的醫護人員相當多，可以快速消化湧入的人潮，讓鄉親的病情都能得到改善。回來臺灣，在五月中門診時，就進來一位蘭嶼鄉親，李伯伯是一位司機，常常腰酸及肩膀痠痛，他覺得本次義診對他幫助很大，因此特地回來臺灣治療。看到他就好像看到老鄉千里迢迢從遙遠的家鄉來到大城市一般，雖然見面很開心，但不免心疼他老人家大老遠路途奔波，叮囑他日常保健之餘，我想他應該還需要再治療幾次，問他下次何時再回診？他說一趟路很遠，也不知道下次何時可以再來……

這次出發之前，忖度不知何時才會再度回到蘭嶼舉辦，因此我擬定策略，





要充分提供中醫衛教，包括飲食宜忌及按摩導引；因為中醫「治未病」，預防勝於治療。囑咐他們飲食注意事項，才發現蘭嶼真的物產貧瘠，蔬菜水果都要仰賴臺灣「進口」，連教科書上提到的蘭嶼特產芋頭，他們都說要等到有祭典才會挖來吃。不過豐饒的海鮮漁獲卻吃太多、太重鹹，而且每個人都過度勞動，自己蓋房子、修船……還有三不五時就颳起我也體驗過的「十級陣風」，每個人都是中醫所謂的「肌膚甲錯」，皮膚粗糙暗色無光澤，若再加上一罐沁涼的啤酒，幾乎人人都有關節酸痛的毛病，甚至在路邊很常見佝僂老人蹣跚獨行。有位三十出頭歲正在蓋自己房子的年輕人問說：「那以後我要當自己的醫生嗎？」還好我沒有白費唇舌，一片苦心終於有被聽懂，「是呀，這裡看病真

的很不方便，平常一定要自我保養，才可以撐久一點，您自己就是最棒的醫師！」

回程時因為風雨超大，原定飛機一直停飛中，大夥兒急忙收拾裝備，跳上加班船，殊不知在前方等著我們的是強大東北季風的逆向風浪且要橫渡黑潮，中間還繞去綠島，總共坐了三小時半冷汗直流的遊樂園海盜船！當然大家吐得七葷八素，但是歷經身體的極度不適，卻也讓我重新體驗到「活著真好」！回來之後，原本義診的辛勞都拋諸九霄雲外，大家津津樂道的都是最後那一段「不堪的回憶」，那種「同生死、共患難」的兄弟情誼，足夠我們時時回味無窮。從蘭嶼回來的我也變得不一樣了，對於能夠參加到本次義診感到福報無限，萬物生命可貴，從今要好好珍惜一切。🌱