

杏林筆記

行醫路上的人文省思 • 賴其萬 著

榮獲第三十屆金鼎獎最佳專欄寫作獎

入圍第三十四屆金鼎獎最佳專欄寫作獎

序

杏林筆記

行醫路上的人文省思

賴其萬 著

杏林筆記：行醫路上的人文省思／賴其萬著

—初版— 臺北市：經典雜誌，慈濟傳播人文志業基金會，2010.10
304面；15*21公分

ISBN 978-986-82623-4-8 (平裝)

1.醫學倫理 2.醫病關係

410.1619

99019001

杏林筆記：行醫路上的人文省思

作 者／賴其萬

發行人／王端正

總編輯／王志宏

責任編輯／朱致賢

美術指導／邱金俊

美術編輯／黃昭寧

校 對／何瑞昭(志工)、李奕澄、楊濟鴻(實習生)

出版者／經典雜誌

財團法人慈濟傳播人文志業基金會

地 址／台北市北投區立德路2號

電 話／02-28989991

劃撥帳號／19924552

戶 名／經典雜誌

製版印刷／禹利電子分色有限公司

經銷商／聯合發行股份有限公司

地 址／台北縣新店市寶橋路235巷6弄6號2樓

電 話／02-29178022

出版日期／2010年10月初版

定 價／新台幣320元

版權所有 翻印必究

ISBN 978-986-82623-4-8 (平裝)

Printed in Taiwan

杏林筆記

行醫路上的人文省思

賴其萬 著

推薦序

習醫者的探照燈，行醫者的路上光

韓良誠

醫學若缺乏人道關懷，則不過是另一種技藝罷了，只有具備人道關懷的醫學，才能展現生命與死亡的不朽價值。——前中研院院長李遠哲

謹以李遠哲教授的這段話，讓讀者了解本書的中心思想。

趁著暑假即將結束之際，內人和我加上自美國前來會合的女兒，我們一起悠遊到處充滿藝文與歷史的法國，並且特地去品味森林中的城市——巴黎之美。九月二十日返國之後，巧的是，第一通電話竟是敬仰已久的、我內心中的醫者典範賴其萬教授的邀稿通知，他希望我能為他即將出版

的新書寫序。這本新書是賴教授把九年多以來不斷在《經典》雜誌刊載的【杏林筆記】專欄，經過重新分類之後的一本新書。其實，剛接到電話時，我不只受寵若驚，也立刻心感不安，因為在我看過的所有賴教授發表過的文章裡，包括在《經典》內的一部分文章，其內容所談的，何嘗不是他自己在《醫學這一行》（二〇〇四年天下遠見出版）這本書的序文中所寫的：「文章中很多是從病人的立場所看到的生老病死，以及在病人與醫生共處中所感受到的真情；也有些文章很坦白地披露醫生自己犯了錯誤之後的感觸；有些文章敘述醫生因為行醫而體驗出，他們對病人及家屬鮮為外人所知的那份歉疚心情，因而領悟到醫者需有更謙虛的風度……。」

只是《醫學這一行》這本書，全書一共收集三十一位作者的三十九篇作品，而本書則全部都是賴教授個人的【杏林筆記】作品，由此可見他對周遭環境所發生的一切是如何地用心在觀察，時時刻刻注意自己和別人的互動，也努力提醒自己並感化別人，去提高「對病人痛苦的敏感度」。他

「一日」的生活，何止「三省」？我何德何能，能夠為這本新書寫序？但冷靜一想，面對賴教授，真的很難讓我拒絕，何況在「杏林筆記」專欄上的「漏網之魚」，我也希望藉這次的機會先睹為快，因此在「恭敬心中典範，不如遵從其命」的自我鼓勵下，竟不自量力地答應了下來。

我在童年時期，心中的「典範」毫無疑問的是我的父親。我小學一到四年級的日治時代，因為進口書非常有限，從閱讀之中認識的「典範」，回想起來只有幼時就立志習醫，並苦學成功的野口英世醫師（一八七六一九二八，著名的日本細菌學家，渡美研究後曾發現多種病原體）。到了高中時代，因為我偏向喜歡閱讀名人傳記，因此開始認識一些古代偉人，但是真正打動我心的世界偉人，則是美國林肯總統。此外，因為我從小就「立志」當醫生，因此出現在書上的「醫者典範」，首屈一指的，是一位在一七九六年把得自牛痘（cowpox）之液體，種在一個八歲男孩菲普斯（James Phipps）身上，進而證明對天花具有免疫之效果，因

而拯救過無數人類避免死於天花，也成功地成為人類醫學史上疫苗接種（Vaccination）之發明者——金納（Edward Jenner），他可算是當時在我心中的「典範」之最。

進入醫學院之後，眼前出現了不少活生生的，當年台大醫學院的老師中的典範，如基礎醫學的張學賢教授、王三聘教授、臨床醫學的宋瑞樓教授、許書劍教授，他們都是我非常崇敬的「醫師典範」。而在我最初進入臨床實習的時期，先父曾親手交給我的第一本書是一本醫人傳記，就是大家耳熟能詳的《史懷哲傳》，並且一再苦口婆心地交代我，將來我行醫之後，要一輩子學習史懷哲醫師終生信守的情操——「敬畏生命」，並以他為榜樣。

但是，回想起來，過了中年之後，也許是因進入了我行醫之後的第一階段：「與感染症以及因無知、貧窮、不衛生的環境所引發的疾病奮戰的時期」，這時期我不眠不休地工作，以致看病占據了我大部分的人生精華

歲月，竟而出現了在中年時期繼續追求新典範的「空窗期」。所幸自從進入了我行醫之後的第三階段：

「投入教學與兩次赴美，分別前往夏威夷大學（一九九〇年）與哈佛大學老人醫學科（一九九三年），研習老人醫學的時期」前後，自一九八四年年開始參與成大醫學院的教學工作，隨後又於一九九三年開始有機會參與台大醫學院的教學工作，因此在我眼前又陸續出現了幾位，比我更年輕的醫者典範。

正如賴教授所言，他「自認投入醫學教育多於看病」，而我則「投入看病多於醫學教育」，因此他以眾多實際臨床病例教導學生的部分，正是我比較弱的一環，使我每次看到他在《經典》上令人動容的醫病關係、師生互動時，一再地深受啟發且被引發反省，進而受到他的潛移默化。因此一九九八年之後，在我內心深處，出現了一位異於其他年輕醫者典範的賴教授，加上他非常勤於筆耕的緣故，一篇又一篇地發表在其他雜誌上的文

章，也常常出現在我的書桌上，使我慢慢地，更深一層地了解這位「全方位的醫者」，他是如何以身教，也以言教，諄諄善誘地，正在改變，也正在預防多年以來台灣的不良醫療風氣。這種在目前台灣不可多得的導師（Mentor），也就很自然的成為我過了「初老」之後的心中典範。

這種行醫與教學的態度，雖然正是從事醫學教育者責無旁貸的使命，卻也是非常艱鉅的工作，但是賴教授已力行多年，宜乎他已在眾人心目中，成為「德足以服人」、「學足以為師」、「文足以立言」、「行足以為楷模」的好醫師。因此從這個觀點而言，那些對賴教授稍有認識的人，如果知道他將出版新書，毋庸我贅言，一定會以搶先讀完為快；但是對於正在習醫，也立志將一輩子從事神聖之醫業的年輕醫師，我還是勸他們一定要不只一次地，精讀這本書，並以同理心、自省與學習的態度，去追隨賴教授腳步。

至於過去完全不認識賴教授的讀者，不妨先從「醫師與習醫者」、

「醫師的自省」、「醫生與社會」、「醫師與病人與家屬」這四個單元之中，先選一篇你比較會「心動」的篇名，如〈醫生總有能夠幫忙病人的地方〉、〈看病從心，謙虛為懷〉、〈當醫生變成病人家屬時〉、〈如何瀟灑地面對死亡〉、〈父親的老、病、死〉、〈醫師的老師〉、〈醫者的盲點〉、〈由病人與家屬的角度了解病痛〉……這一類發人深省之文章開始閱讀，則你一定會一篇接著一篇地愛不釋手。如此，則不只你自己受惠，病人、家屬、將來的台灣醫界，乃至台灣社會也會受惠無窮。

本書十足地，正是習醫者的探照燈、行醫者的路上光；我謹以上文為序，並極力推薦這本好書。

*作者為韓內科／小兒科診所負責人（台南市）。台大醫院內科部、成大醫院急診部兼任主治醫師

推薦序

醫病、醫人、醫社會 使命、遠見、熱情

趙可式

一位影響力深遠，且在歷史中刻下痕跡的領導者，常具備三種特質，即MVP——使命、遠見、與熱情（Mission、Vision、Passion）。他整合了意義與工作，散發出生命的活力與熱情，並且在不知不覺中，其言行對別人產生了無法磨滅的影響。

賴其萬教授由台大醫學系畢業後，於一九七五年到美國深造，二十三年間在美國成為享譽的名醫。一九九八年在經驗與智慧雙全的鑽石年華，懷抱著理想，返回台灣貢獻所學。先到慈濟醫學院任教，二〇〇一年回到台

北以便就近照顧近百歲的老父。至今雖只短短十餘年，他繼任黃崑巖院長擔任台灣教育部醫教會的常務委員，及「醫學教育評鑑委員會」(TMAC)執行長，同時在和信醫院直接診療病人，教育下一代年輕醫師，並且奔走全台灣北中南東到處演講，由「教學門診」做臨床教育示範。賴教授的使命、遠見、與熱情，已滲透性地影響了台灣的醫療界與社會。

閱讀賴教授如行雲流水般的文章，一篇篇都打動我的心，與我的生命經驗共融。三十年來我與醫師們並肩在第一線與生、老、病、死奮戰，深深體會書中的字字句句真理。所有直接照顧病人與家屬的醫療團隊，不只是醫師，包括護理師、社工師、物理治療師、職能治療師等，都應該要讀賴教授的書，才能成為「有人文關懷的醫療人員」。以下我將從護理專業的角度，來呼應賴教授的心聲。

本書〈病人在想什麼，醫生知道嗎？〉章節中，賴教授因一位癲癇症病人的啟示，體會到「一位醫者有多少時候誤解了病人或家屬的心意，

而在雙方沒有交集的情形下，一廂情願地以為自己盡了最大的努力，卻沒有真正了解病人心裡在想什麼。」無論醫師或護理師，常認為自己給病人所做的或所勸告的，一切都是以病人的福祉為念，但有時病人卻「不合作」、「不聽勸告」。醫師很忙，門診、住院病人查房、開刀、教育醫學生等等，要坐下來傾聽病人的心聲，了解他的感受、想法、人生觀、價值觀、意義觀，是件很奢侈的理想。護理師也很忙，忙著做許多醫療常規：量體溫、脈搏、呼吸、血壓、打針、給藥、灌腸、導尿、換藥等等，上班時間跑到腿部靜脈曲張，吃飯只能兩、三口囫圇吞，在五分鐘內解決一餐，哪有時間坐下來了解病人埋藏在心中的心思念慮呢？若病人「不配合醫療照護」，則在病歷中的護理記錄，用「護理診斷」術語寫下「不合作」，就將責任全部卸除了。

賴教授書中有一章寫道：「原來時間是要自己用心去找的」。如果醫護人員能更「看病從心、謙虛為懷」、「將心比心、移情同感」，站在

病人的角度與經驗去感受身受，則「同感尊重」並不需要花費太多額外的時間。例如護理師可以在換點滴藥瓶時，從病人非語言的臉部表情及身體姿勢，敏銳地感覺到病人有身體上的不適，或心理上的鬱悶。這時以誠懇的態度輕聲探問：「您好像很不舒服，或是有煩惱壓心頭？可以告訴我為你分擔嗎？」病人可能就會訴說他的問題或需要，而我們才得以助他解決困難。

賴教授在書中指出，醫師們做「案例討論」時，不應只是討論病理、診斷、檢驗、治療等的「科學面」，也要加入「人文關懷」，如病人與家屬的感受與想法。這一點在護理專業尤其是，護理的本質就是「照顧人」，護理師在整個醫療團隊的討論中，應該是最能提供「人文關懷」的訊息者。住院病人二十四小時在旁的只有護理人員，也只有他能看到病人全天的身體與心理變化，以及與家人親友互動的情形。護理師將重要的訊息提供給醫師，使醫師作為更精確的診斷與治療的依據。護理師是與醫師

一起並肩作戰，戰勝疾病的「戰友」；一起維護民眾與病人健康的「盟友」；以及若死亡無法避免，則是同時陪伴在臨終病人床邊，協助病人善終，家屬善別，並送病人一程，順利進入永生或來生的「道友」。

近三十年來，我從事安寧療護的志業，親見無數病人遭受疾病的摧殘，身體上痛苦的折磨；情緒或心理上承受各種煎熬，如：孤獨、恐懼、慌亂，或恩怨情仇與愛恨糾葛的纏繞；以及靈性上的生命無意義感、罪惡感、荒謬感、與絕望。不只是病人陷入痛苦的深淵，親屬的不捨、痛心、哀傷等，也同樣需要醫療團隊的協助與支持。三十年來我與醫師們一起哭，一起笑，因著彼此扶持而度過艱難；彼此分享而成長、充實、成就感、與滿足感。彼此分擔而能減輕壓力與挫折，再度裝備能量，繼續走前面的路。醫護人員不只為「病人做什麼」(doing for)，同時也與受苦的病人和家屬「共在」(being with)，與他們存在性地相連結。這才是醫護專業的真諦。賴教授在書中好多次提到「眼淚」，如「課程裡的哭」、

「醫學路上的淚水」、「淚流滿面」等，特別令人感動。這樣一位德高望重的名醫，卻有著俠骨柔情，他的眼淚是他「人性化醫療照護」的寫照。

賴教授這本書是寫給醫學生與醫師讀的，但是我認為對所有的護理人員和護理學生都是一本「生命教材」。一位好醫師與好護理師應有相同的特質，正如賴教授再三叮嚀者：「對人類受苦的敏感度」、「整合科學與藝術」、「要多讀書，不只是專業的書，還要讀人文的書」、「永遠不對病人及家屬說『我已經沒有辦法幫忙你了。』而是永遠要給病人及家屬希望，且說：『我總有一些可以幫忙你的地方。』」、「要將自己想像成是這位病人或者是他的家人，將心比心，同心共感。」、「不是穿上白袍（或護理師制服），病人與家屬就會尊敬你，尊敬是要你用努力盡心的態度去贏取的。」等許多的金玉良言，都一體適用於護理專業。

賴教授在書中引用美國醫學教育家奧斯勒（William Osler）教授所言：「如果醫學只是讀教科書，但沒有實際看病人，這就如同只是看地