

全人醫療服務，守護你我健康

— 訪周裕清醫師

特約記者 姚佑蓉

周裕清院長與夫人林玉茹執行長於2006年共同創立健康101診所，以全人醫療服務為核心，其服務宗旨為堅持健康、打造美麗、回饋社會，提供社區民眾一個全面且七星(心)級的醫療照護，秉持專心、用心、愛心、耐心、關心、貼心、決心的服務，並以全民的健康為福祉，健康101診所在周醫師的引領下，曾榮獲大中華卓越企業家協會卓越之光獎的肯定，並於這十多年來，守護社區居民的健康，深受病人喜愛與信任。

很榮幸邀請到周裕清醫師與我們分享從醫以來的點點滴滴，以及在全人醫療照護的經驗，從他的堅持與努力讓我們見證了視病猶親的醫病關係，是如此真切與動人。

生命的轉捩點—踏入醫學系

回想起過去的求學階段，周醫師在國中時期，對數理方面有高度興趣，在一次的電腦程式課程中，數學老師意外發現了他對資訊的潛能，相較於許多同齡的青少年可說是天賦異稟，老師便到他家拜訪其父母，希望未來讓他以數理方面為志向繼續鑽研。在老師的期盼下，周醫師順利進入第一志願—建國中學，當時他曾一度認為自己將來會走向電機或資訊相關科系，想不到計畫趕不上變化，在高二那年，爸爸感染B型肝炎，而當時醫療技術幾乎沒有方法能有效治療，只能依靠追蹤，遺憾的是，爸爸最終惡化為肝癌病逝。

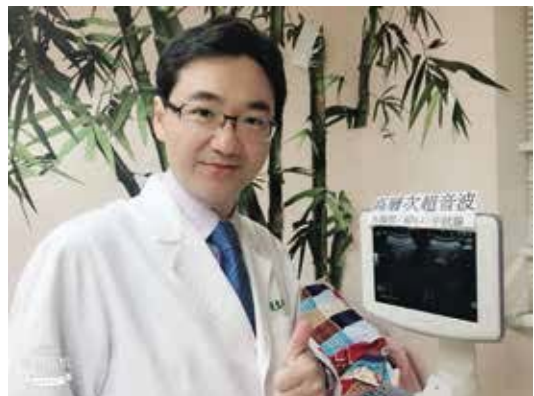
然而，周爸爸在臨走前曾提及，希望兒子未來可以從醫，面對這始料未及的噩耗，除了令他悲痛欲絕，更多的是措手不及，收起悲傷後，他被迫開始思考人生，考慮自己是否該

放棄保送台大物理系的機會，最終，他謹記著爸爸的心願參加了聯考，奮力一搏，再次拿到了進入台大的入場券，只是這次他選擇開啟的不再是神秘物理學之門，而是恪守著家人的遺志，就此展開了他的醫學生涯，這一次，他堅定且毫不猶豫。

民國79年，周醫師進入台大醫學系就讀，他一路努力，每一步都踩著踏實的步伐，他表示自己對生物方面還算有興趣，只是在念書之餘，似乎還未從中找到成就感，不過他仍秉持著認真的學習態度，連續獲得七年的書卷獎，展現出他對習醫的執著。

七年來最重要的決定：選擇終身志業

選科，對於每位醫師而言都有著至關重要的意義，為此周醫師也特別謹慎，首先，他將所有專科分成兩大面向，分別為外科系與內科系。在外科系的部分，有三位醫界典範對他影響深刻，一是台大醫院婦產科周松男教授，是周醫師的叔叔，一路支持他走向從醫之路，給予他許多建議及鼓勵；二是骨科專家陳博光教授，是周醫師在大學時期的導師，他曾跟著老師參與關節置換術，拿著電鋸精準測量，其



十分仰賴醫師的技術及經驗，他形容當時的導生制猶如師徒制的教導，不只為他奠定了扎實的醫學知識，也啟發他近年來致力於關節高濃度血小板血漿(Platelet Rich Plasma，以下簡稱PRP)注射的靈感；三是長庚醫院整形外科莊垂慶教授，被視為國際臂叢神經及顏面神經移植顯微重建手術的權威，也是台灣第一位成人及小孩臂叢神經麻痺顯微重建的外科醫師，周醫師曾跟過莊教授的臂叢神經重建的手術，他描述在接血管神經時需要當場做冷凍切片判定，接好血管後，還要觀察血液循環通暢與否，在手術過程中必須注重許多細節，絲毫不得馬虎，且整個過程常耗費多時。周醫師表示從這三位前輩身上他學習到許多外科臨床知識，也見證到身為一個外科醫師忙碌與充實的生活，對此他滿懷感激，同時反問自己，真的適合走外科系嗎？

談到內科系，周醫師當時是考慮內科、兒科與家醫科，先是考量到自己是公費生，擔心內科訓練時間長，會影響到下鄉服務的時間。此外，在臺大醫院實習兒科階段，曾遇過許多病情複雜的孩童，總覺得有些於心不忍，加上當時曾聽祐生研究基金會林董事長說過，未來將會面臨少子化與高齡化社會，因此建議他走老人醫學及高齡長照相關科別，而周醫師認為自己是一位有耐心、喜歡傾聽的人，對於各類疑難雜症都能透過科學來達到精確診斷，他仔細評估自己的人格特質後，答案已慢慢浮現，最終決定選擇家庭醫學科為終身志業。

十多年在地的堅持：提供最頂級的醫療服務

如今，周裕清醫師在家醫科服務超過十年

了，他與夫人林玉茹執行長帶領健康101診所的團隊成員，提供最頂級的醫療服務給在地居民，同時積極推廣醫療分級，希望將醫療資源分配給真正有需要的人。周醫師認為醫學中心重點在研發，一方面個案量大，其中集中不少同類疾病的病人，另一方面在環境與設備上，醫學中心的資源都是相對豐富的，醫師應該好好善用這些資源去做研究，他形容醫學中心就像是國家醫藥衛生繼續進步的火車頭。可是現況是，多數民眾仍選擇到大醫院就診，其實在地區醫院與基層診所即能照顧大部分基層的疾病，少部分較嚴重或複雜的疾病再透過轉診制度來作為醫療分級，如此一來，不論是時間、醫療資源、財務等各面向才能達到妥善的分配。周醫師接著說，很多病人可能不知道診所所有提供哪些診療與服務項目，一般民眾的既有印象通常由媒體或教育養成的，從這兩大面向去努力，讓民眾慢慢對醫療分級的概念有一定程度的信賴感，是很重要的。

健康101診所提供的診療項目相當多，常見的包含糖尿病、三高、心臟病、氣喘、攝護腺肥大、關節炎、痛風、肌腱炎、下背痛、流行性感冒、過敏性鼻炎、過敏性皮膚病、肥



胖、頭皮敏感、脂漏性頭皮、禿髮、頭痛、焦慮、失眠、眩暈症、慢性B、C型肝炎、慢性重金屬中毒、新陳代謝疾病、腸胃疾病、消化性潰瘍、婦科疾病等。為達到預防之效，診所也提供各種疫苗注射，或是針對病人個別化需求的健康檢查項目，包括全方位健康檢查、上班族套檢、癌症篩檢、婚前健檢等多項檢查，民眾可視自身需求來進行選擇。此外，更特設減重門診、戒菸門診、疼痛門診、超音波、心電圖、營養諮詢、皮膚液態氮治療，主治病毒疣、帶狀疱疹(皮蛇照護)、灰指甲、香港腳、汗斑、皮膚黴菌感染、濕疹、酒糟等多項症狀，希望落實全人醫療的理念。

除了上述所提，健康101診所最大的特色在於提供有別於一般診所的四大服務項目：其一為髖關節/膝關節PRP注射、增生療法，採用超音波定位，更加精準，因血小板內含有血液豐富的生長因子，經由注射自體血液到體內，經離心濃縮萃取出生長因子，注射在受傷處，能促進血管增生與加速組織修復及再生；其二為功能性醫學檢測，可針對粒線體代謝、自律神經系統、肝臟解毒代謝、腸道代謝等做更精確的檢測，周醫師表示，這部分可能是連醫學中心都沒有提供的檢測；其三為基因篩檢，目前有針對阿茲海默症、巴金森氏症、心血管、高血壓、高血脂、高血糖三高代謝基因、肝癌、肺癌、前列腺癌、乳癌、子宮頸癌、卵巢癌等，做早期的篩檢，若能在發病前提早五到十年預測並且提供預防醫學相關對策，是個很大的突破，也是日後的趨勢。

根據衛福部預告，在特定醫療技術檢查檢驗醫療儀器施行或使用管理辦法修正草案(以

下稱特管辦法)通過後，未來醫療機構可依該辦法規定擬具實施計畫，經主管機關核准登記後，即可對符合適應症的病患施行細胞治療及微菌叢植入治療，對於有相關治療需求的病人，將是一大福音，周醫師表示特管辦法的通過，未來將研究幹細胞治療的領域，造福更多人。其四，針對慢性過敏和酒糟性敏感肌膚的治療，診所提供224項急慢性過敏原檢測和酒糟敏感肌的專業治療方案，應用肌膚自然醫學三通的原理，讓受損的肌膚重新恢復健康。

健康101診所之所以提供如此多樣的醫療服務內容，目的在於推行全人醫療及精準醫療，周醫師說道，一旦病人對診所的信賴，就會勇敢的走進來，其實在診所看診並不會比大醫院差，另外，周醫師堅持選用原廠藥，即便賺的比較少，他覺得沒有關係，因為這是對病人健康的堅持。

重拾興趣：揭開物理學的神秘面紗

在開業之餘，周醫師也利用閒暇時間自學物理，透過線上開放式課程學習相對論，回想起過去曾對物理學有興趣，可是一直都沒有機會好好發揮，這次終於有機會再次找回興趣，他利用兩三年的時間認真學習，重新解愛因斯坦的方程，周醫師笑著說，自己投入的時間也不會比真正修學位少，即便認真與用心，算錯仍是家常便飯，要從中突破更是一大挑戰，但最近也慢慢有些收穫，其兩篇相對論研究“A derivation of the Kerr metric by ellipsoid coordinate transformation”和“A derivation of the Kerr-Newman Metric Using Ellipsoid Coordinate Transformation”曾登上

國際物理期刊，一般而言廣義相對論愛因斯坦場方程組很困難求得精確解，本研究利用橢球座標變換法消除Kerr度規矩陣的非正交項，再用Schwarzschild方法來計算Ricci張量並求解愛因斯坦場方程組，更簡潔快速得到旋轉黑洞之Kerr度規和Kerr-Newman度規求解方案。除了發表文章之外，周醫師也受邀擔任國際應用物理科學期刊之審查委員，從審查過程中開始有些心得，可見其對物理學的熱愛。

鼓勵醫界年輕人的話：誠實面對自己

在醫療及科技的快速發展下，醫學教育也必須與時俱進，像是近年來國考增加的客觀結構式臨床技能測驗(Objective Structured Clinical Examination, OSCE)，讓醫學生與標準化病人(Standardized Patient, SP)互動，模擬臨床真實案例，對此，周醫師認為，這樣的測驗不完全實用，有些時候在臨床上看到的病人是十分多樣的，不一定會表現得這麼「標準」，回想自己以前都是想像教科書的案例，並透過臨床中大量的練習，來增加自己臨床技巧，現在的標準化病人，就有點像進臨床前的模擬考，讓學生有演練的機會，也是有些好處，畢竟現代的病人，醫病關係不像以前單純，容許學生犯錯的機會可能會變小。因此，周醫師強調，教學型主治醫師是有存在的必要，若能將臨床、教學、研究三者適當分工，適才適所，對醫界必定會有很大幫助。

周醫師鼓勵現代的年輕醫師，要誠實面對自己，如果發現自己適合做臨床研究的，要勇敢去走，即便這不太可能是一開始就知道的，待時機到了，身邊開始有研究團隊資源，就別再猶豫，努力做出很棒的成績，這對台灣醫界

才是一個良性的循環。

對於嚮往醫學系的學弟妹，周醫師再次強調，有關生涯的部分要誠實的面對自己的心，先問自己到底適不適合？或是喜不喜歡？而不是一味追求，他繼續說，在現今的醫療環境下，未來的挑戰一定會越來越大，同時醫病關係越來越緊張，在健保制度下，收入也不見得會更好，真的要有興趣再進來，畢竟，醫學是一個漫長培養的過程，其訓練特別艱苦，周醫師苦笑說道，自己偶爾還是會午夜夢迴，夢到那些值班與查房的日子，此外，個人一定會有一些犧牲，不管是在家庭、健康、生活等各方面，時間一定會被分掉很大部分，先不管收入，先考慮你的投入跟你的興趣是不是相符合，這些都是現實面，如果在這樣的條件下還願意進來，當然十分歡迎大家一起為醫學領域奉獻。

最後，周醫師與大家分享一句尼采的話：「一切美好的事物都是曲折地接近自己的目標，一切筆直都是騙人的，所有真理都是彎曲的，時間本身就是一個圓圈」，人生很漫長，有時候會覺得自己這輩子真的要走醫學嗎？還是有別的路可以探索？或像有些人，本來是其他領域，後來跨到醫學也不無可能，所以人生不見得都要直線發展，人生路程就是一邊走一邊探索，若能走到自己內心嚮往的方向，那這一切就是美好的，尤其現在流行斜槓人生，周醫師在物理學領域投入許多心力，也是收穫滿滿，所以他鼓勵大家一定要多多跨領域學習，培養第二專長，相信很多醫生都是天賦十足的，面對這些興趣，請不要輕易放棄，因為時間是個圓圈，期待每個人都能走向美好的未來！🍀