

行醫生涯，感謝有您 ——訪黃信得醫師

特約記者 姚佑蓉

黃信得院長於2013年成立天母康健身心診所，過去曾任三軍總醫院北投醫療部主任，也曾擔任國防醫學系兼任臨床副教授，黃醫師對教學一直保有高度熱忱，從過去的臨床教學到社區衛教皆有豐富的經驗。在過去的臨床訓練之餘，他選擇到國立台北護理學院生死教育與輔導研究所(現為國立台北護理健康大學生死與健康心理諮商系碩士班)繼續進修，畢業後又獲遴選於加州大學聖地牙哥分校進修精神醫學一年，繼續專研大腦壓力創傷領域。近年來更致力於家暴防治、生命教育、創傷壓力等個案服務，從個案內在的衝突與創傷經驗出發，並強調跨領域團隊合作之橫向聯結，以協助病人解決根本問題。

很開心邀請到黃信得醫師與我們分享家醫科與精神科結合的行醫歷程，以及身心醫學的服務經驗，雖然他在社區開業僅五年多，但早已與當地居民建立良好的醫病關係。此外，在從醫之路中，他仍不忘感謝在生命中最敬愛的雙親與恩師，讓他能堅持醫者的天職，一路走到今天。

朝向理想昂首闊步：感謝父親一路支持

黃信得醫師是土生土長的台北人，被問到從醫的原因，他回溯到國中時，有次因中耳炎開刀，雖然手術很順利，但在住院期間，當他感到暈眩與時刻渾噩噩之感時，卻沒人理會。事實上，在醫學中心裡，醫生的醫術是無庸置疑的，而當時的醫生只負責開刀，小小年紀的他，早已察覺到醫療端與病人之間的鴻

溝，似乎僅止於病情得到幫助。那次經驗對他而言十分深刻，一方面認為醫生真的是一個很了不起的工作，竟可以把他從小不舒服的問題一次解決；另一方面，也因為自己當過病人的角色時，才知道病人是需要被關注的受助者，更能體會到病人在住院時的孤單與無助。自此之後，在他心中默默種下了一顆醫學的種子，而促使種子發芽的人正是在衛生署服務的父親，一路鼓勵他走向醫學之路，高中畢業後，他順利進入國防醫學院，直到現在當醫師這麼多年，他仍十分感謝生命中這位影響自己很深的人，在他人生的關鍵時刻，父親如同一個強而有力的後盾，讓他從此走上習醫之路，義無反顧。

畢業之後，黃醫師自願到東部服務，當初只是很單純的想幫助人，希望自己能擁有像史懷哲的胸懷，於是這一待就待了八年，他笑著說，花蓮就像是他的第二個故鄉，東部完全顛覆



上電台為八仙塵暴傷者發聲

了自己從小在台北長大的印象，整個步調慢了許多，有更多的時間去體會及觀察周遭，那是截然不同的感受。選擇家醫科單純就認為全人的照顧很適合偏鄉或是巡迴醫療。為增加本職學能，黃醫師爭取到台北榮總家醫部進修之機會，這兩年完整的訓練對他來說，又是一個很大的能力提升。

照亮醫學之路的兩盞明燈：蔡世滋主任及莊明哲院士

在榮總進修期間，一位影響至深的恩師——時任家庭醫學部的蔡世滋主任(現為振興醫院社區醫學部主任)，蔡主任是內科出身，其專長除了家醫科及內科學，還有風濕病學、免疫病學。在榮總家醫部讓黃醫師到各科部去接受完整的訓練，就像劉姥姥進大觀園，看病要看系統，從當中找出疾病的發生及原因，除了疾病治療本身，會發現一個個案生病絕對不是單一因素，還有病人心理、家庭互動關係等面向；透過家訪過程與個案報告的準備中，讓他看到家庭是一整個系統，透過家庭動力及生態圖，便能更清楚看到家庭資源的分配，在家醫部的學習，讓黃醫師發現家族治療是非常令人著迷的領域，因此，他一方面非常感謝蔡主任，在回花蓮的醫院以後，他決定再到精神科，再從住院醫師開始接受訓練，但這次有了家醫科訓練的背景，當面對精神病患的內科問題時，可說是駕輕就熟、游刃有餘，更能專注於傾聽及同理。

升任精神科主治醫師後，致力於推動社區

家暴防治與自殺防治之餘，黃醫師深感所學的不足，帶職到台北護理學院生死教育與輔導研究所繼續進修，學習有關失落、悲傷輔導、生命教育等許多生死議題，他說當時收穫滿滿，尤其是生死所的老師們，給了他很大的啟發，其中接觸到了社會科學、輔導、殯葬服務等過去在醫學專業中較少接觸的領域，尤其是在生死所中，有全國第一座具悲傷療癒功能的「癒花園」，與「癒心鄉心理諮商中心」供師生實習悲傷輔導「悲傷輔導專業教室」之用，等於從中療癒悲傷，也讓黃醫師學到，原來暴力創傷帶給一個人的影響是非常大的。因此他在醫務忙碌之餘，仍決定申請出國進修，也順利獲國家遴選至加州大學聖地牙哥分校進修精神醫學一年，繼續鑽研暴力創傷相關議題，學習大腦壓力創傷的部分，說到這裡，黃醫師想感謝生命中第三個人——莊明哲院士。

莊明哲院士是黃醫師在美國進修期間的指導教授，他不只是台灣中研院院士、精神醫學界之耆老，曾擔任哈佛大學公衛學院院長，具備哈佛終生教職，現職為美國加州大學所有分校名譽講座教授、總教授、加州大學聖地牙哥分校精神病學系特聘教授、行為基因體中心主任、美國哈佛大學醫學院Stanley Cobb名譽教授等。黃醫師說道，在進修那年，受到莊院士的啟發，到國外簡直大開眼界，相較於以前所念的期刊，實際研究後更拓展了大腦科學的新視野。除了在加州大學醫學院的進修，黃醫師還有另一個身分——聖地牙哥榮民醫學中心精神

醫學部研究員，因莊教授帶著他參與了美國政府對軍人壓力創傷的研究治療團隊，完全由聖地牙哥榮民醫學中心主責，團隊內有跨領域組成的各職類人員，從中可以了解針對，包括創傷後壓力症候群(PTSD)、創傷性腦傷(TBI)等各種壓力創傷的處理方式，他繼續說，在這兩個身分當中其實學到許多，尤其在大腦壓力創傷牽涉到自律神經的部分，與他過去在醫院所學所經歷的做一個結合。黃醫師興奮地說道，在這一年當中收穫很多，以前在台灣要念期刊都不容易拿到，即使在醫學中心，可能有部分還是需要花錢購買，但是來到了世界一級的醫學中心中，猶如進到了大型資料寶庫，這些期刊在研究室都能隨手可得，不用特地跑到學校圖書館，才領略到國外的資源有多豐富，在那樣的環境薰陶下，讓他深刻感受到有別於以往的新思維與學習模式，也激起了他想繼續鑽研的動力。

學成歸國後仍戮力於醫院服務的黃醫師，雖然陸續獲得行政院全國推動家暴有功人員、



加州大學聖地牙哥分校進修

國防部全國優秀醫師獎與北護之傑出校友等殊榮，但面臨可以升擢的機會之時，他婉謝長官提拔的美意，選擇留在士林北投地區繼續為飽受心理創傷、壓力與失眠之苦的民眾服務，故他於離開公職後成立了天母康健身心診所，透過串聯在地社區及學校資源，將所學實際回饋給在地居民，他聚焦的不只在疾病本身，而是從理解病人過去的經驗帶來生理心理的影響，希望能從經驗去改善並解決根本問題。

一直具高度教學熱忱的黃醫師在開業之後，仍不忘投身陽明醫學生的教學與社區服務，在基層中加入社區醫療群，即便與過去在醫院的角色有些差異，但是本質都是在服務，只是看事情的角度會有點不一樣，撇除生理疾病，若能找出壓力來源，協助解決病人內在潛藏的問題，有時便能不用吃藥。此外，黃醫師與許多大學的輔導中心合作為特約診所，他認為現在大學生面臨不少壓力，家庭、環境與社會互動往往造成許多身心議題，如何及早發現與自殺防治都需要特別關注，必要時則轉介到診所來，透過醫療的協助，與社心輔導相關人員，互相合作，過程中強調跨領域團隊的介入，在個案工作中橫向的連結是十分重要的。

給醫學後輩的話：當一塊海綿，不斷吸收新知

對黃醫師而言，醫學是科學也是藝術，他強調在那一年出國進修的收穫是不勝枚舉，少了臨床工作的時間，便能很專心的投入學習，所以他時常對醫學生說，可以的話畢業後或是住院醫師訓練完成後，有機會一定要出國學習



世界睡眠醫學會於首爾

一兩年，甚至更久，他認為醫學是不分國界的，出國進修是很難得的學習經歷，一方面可提升自己的視野，另一方面也能增強適應力，若能從中發現自己有興趣的議題，是最好的，畢竟，醫療很多東西是跨科的，透過興趣來建立橫向的系統性思維是當代醫學中不可或缺的一環。

黃醫師接著說：「這是上天給我們一個很特別的責任，也是一種恩典，讓我們有機會去學習，了解自己的同時也能幫助別人。醫學這個廣大領域是一輩子學習的科學，要讓自己當一塊海綿，不斷吸收學習，這是很重要的歷程。」他希望年輕醫師可以帶著這一份責任與期許，隨時檢視什麼才是對病人是真正有幫助的，且不要放棄任何可以學習的機會，在醫學領域中可以學的東西太多了，我們可以從中學到科學的真、理解人性的美，進而展現出一個

助人工作者的善，這絕對是一個很特別的志業。身為醫者，黃醫師勇於嘗試及不斷學習，正是這份堅持與拚勁，一路激勵他走到今天。

