

李淑玉教授獎學金心得報告

姓名：陳逸東

系級：國立臺灣大學公共衛生學系 四年級

電子郵件：b03801037@ntu.edu.tw

實習地點：國際路加組織駐馬拉威辦事處（Luke International Norway, Malawi）

實習日期：2017/07/01-2017/09/01

實習心得

專業篇：有價值的等待

「等待」，據說這是在馬拉威很常發生的情形。這裡的巴士沒有時刻表，只會告訴你週三、週六有開，至於幾點開？這是個好問題，連櫃員也不會曉得。這裡的等五分鐘，有時要問清楚，是貨真價實的五分鐘嗎？還是「非洲的五分鐘」？因為非洲的五分鐘，可以是十五分鐘，也可以是超過一小時。

在馬拉威實習的這段期間，其實有大半的時間再等待。在這裡工作，等候是必須的，等政府的文件，等醫院的通知，等交通車的來到，無一不是需要等候，無一不需要耐心。但是等待常常會「不知道」綁在一起，這對一個在異地工作的人，都是一個相當大的挑戰或是折磨。

然而，在那些不是等待的時間中，面對專業上的要求——一個從零開始的公共衛生研究，同時要承擔的，更是花在溝通上的成本。其實在此趟實習中，真正需要用到過去在學校中習得的能力，很可能佔不到三成！剩下大部分的時間與心力，除了等待以外，都花在討論與溝通——如何與當地醫護人員說明這個研究？如何與當地政府斡旋？如何與台灣端的指導老師說明狀況？如何與機構的主管、其他實習生一起進入狀況？這大把大把的時間所形成的大而複雜的事，光是在這上頭，就足以構成相當的消耗了！

在那段等待的不確定之中，有一回，我對公共衛生的專業實在非常疑惑，便請教H主管，到底公共衛生花了這麼大的力氣，做那麼一丁點兒事情，能有什麼助益和貢獻嗎？H主管告訴我，不要妄自菲薄，雖然完成公共衛生的研究後，要看到專業對當地帶來的幫助，不若臨床的醫護人員的工作來得快速，但堅持到底，能改變的是一個群體的健康。

H主管以我們進行的登革熱研究為例，告訴我們馬拉威的瘧疾盛行率是百分之七十，但很可能許多不明的發燒病例都被歸類為罹患瘧疾，因此百分之七十可能是高估的，倘若實際上的盛行率只有百分之五十，而剩下的百分之二十可正確被歸因為某疾病造成的，如此一來，就不會讓那百分之二十接受到對他

們沒有幫助的瘡疾資源，同時也會避免醫療資源的浪費。

H 主管的分享，讓我明白：等待是有價值的，因為等待不是空等，是為了這項研究能為人群帶來長期的幫助；溝通雖然有代價，但卻不是枉然，因為溝通確保資訊的流通，也建立互信的橋樑，可以為與醫護人員合作奠基，一起為大眾的健康而努力。



2017/7 在姆祖祖中央醫院給簡報後的合照

生活篇：消失的新鮮感

到馬拉威的第三週時，J 主管告訴我們：他的經驗是在非洲生活到第三週是一個瓶頸期，如果覺得這段時間還能適應，那麼或許還能待到三個月。

那種初來乍到的新鮮感確實在第三週後，逐漸褪去——倒也沒那麼不好，或許這意味著，我正在逐漸習慣在非洲活著。其實，不只新奇感消失，也會發現許多在民生建設不完全之處。



由於晚上常常沒電，我們有機會享用「燭光」晚餐

常常停電，半夜時，早上時，上班時，煮飯時，聚會時；「書到用時方恨少」，在這裡可真是「電到用時方恨無」。同樣不方便的，還有水的問題，不時停水，即使有供水，有時水龍頭會汨汨湧出不明乳白色膠狀物體，有時有紅土冒出來，有時則看似無色卻帶了一股金屬味。

空氣也是另一則問題。記得剛到馬拉威時，那時候還在修改研究問卷的選項，其中有一個問題是：請問下列哪一些措施，你會用來驅趕蚊子？那陣子，剛好觀察到每天早上、傍晚，都會有人燒草，我們好奇焚燒乾草是否是為了驅蚊，而考慮要不要加入這個選項。但後來才發現，其實燒草的人燒草，更多人燒的是垃圾，裡面常有塑膠、保麗龍、電池等等物品。這些燒垃圾而產生出的廢氣，長期下來對人的呼吸系統、黏膜組織、脂肪組織等，都會產生傷害。

我發現在開發中國家工作，不若彼時的我想得如此浪漫。光光生活品質的代價，所需要付上的「不方便」，就讓我停下來想：我真的適合長期在開發中國家工作嗎？這些生活體驗讓我迄今難忘，卻也藉由這個經驗認識了這個國家。

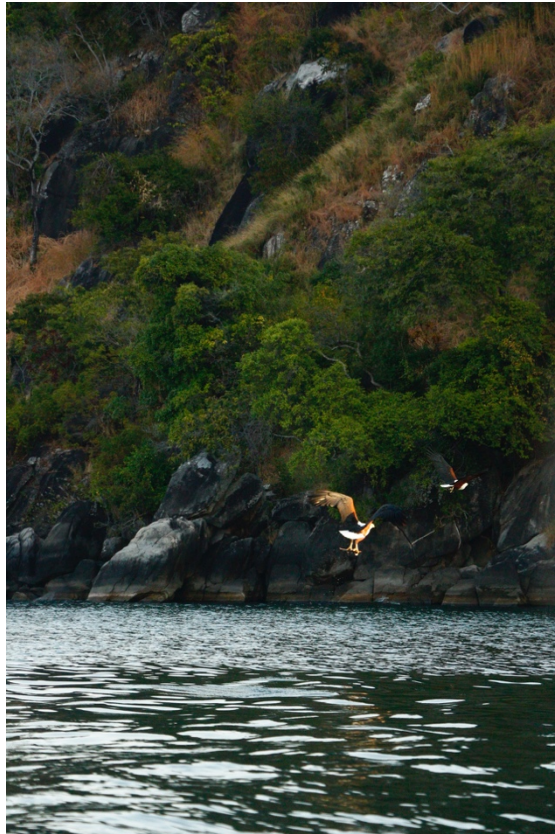
學習篇：向螞蟻、魚鷹、蜘蛛學習

參與海外實習，要像螞蟻一般般勤，螞蟻把食物帶回巢穴，即使有好長一里路要走，還是得走，不走永遠不會到終點。公共衛生的研究耗費的時間很長，需要一步一腳印地向前邁進，一路上攔阻很多，但要確信終究有一個美好的目標，而般勤地走下去。



般勤的白蟻，攝於馬拉威尼卡國家公園

在海外生活需要敏銳，要像是魚鷹在棲息在樹上，一看到魚靠近水面，就要精準地朝著目標前進，也要注意有沒有獵人在一旁追蹤。在國外生活，讓我學習可以保護自己，也學習處理跨文化中工作時的挑戰。



敏銳的魚鷹，攝於馬拉威湖

進行跨國的研究需要堅毅，像是蜘蛛補網，即使破洞很大，還是要一絲一絲將網補全，才得以完整。在馬拉威實習給了我一個機會與來自四面八方的人溝通與合作，常常會發現有資訊不對等或是資源不足之處，需要如蜘蛛般的堅毅，一點一滴把破洞補齊，這個過程磨礪了我的耐性，使我面對不同處境可以堅持到底。



與 WHO 的官員進行會議，攝於馬拉威里朗威市

致謝感言

誠摯感謝李淑玉教授獎學金予以的支持與鼓勵，使我前往馬拉威進行公共衛生實習無經費的後顧之憂，並且提攜我們這些後輩，能在公共衛生的專業上有所突破以及成長。