

活力人生



萬人橫渡日月潭

李森仁/醫學80級、成大崑山骨外科

開業醫生活一般予人單調乏味、耗時耗神且難兼顧家庭的粗淺印象，但一定都是這樣嗎？本人開業(骨外科)二年多，這期間歷經診所草創、新屋設計規劃興建、診所搬遷，及現今的穩定成長期，在此無比艱辛困頓的醫療大環境下，很幸運的能夠存活下來並持續成長，本人內心充滿感恩與惜福，感謝成大醫院師長們的訓練與栽培，在此我謹將自己開業的一些經驗心得與大家分享，希望能提供作為參考。雖然基層院所的醫療給付點值受到全民健康保險局的制約，但生活一樣可以過得很充實，我和我的家人平時經常從事許多有趣的活動，包括海上/水庫長泳、浮潛/潛水、射魚、棉壘球(打壘球)、釣魚、球類運動、露營、旅遊……等，這些活動並不需太多花費，最重要的是您是否有心來參與。

現在回想起來，雖然開業只是一個偶然的決定，但確實需要全心的投入。自己以前所學所能，在此時刻似乎都或多或少發揮了助力，讓我在開業之路走得更加順利。本人從小就喜歡親自動手製作東西，就讀成大學士後醫學系四年級時，對骨科已有很濃厚的興趣，為了培養骨科手術的技巧，本人開始動手製作了第一個書架；在第二年住院醫師時，把家中書房整面牆壁做成書櫃；在總醫師時，把廚房整面牆壁做成置物櫃。之後，添購的工具愈來愈多，木工的技藝也愈來愈專業，在支援臺立嘉義醫院時，在六病房(六樓外科病房)偌大空間中，與同事們共同打造了兩層架、X光片放置架、術各櫃、成果介紹架等很多成品。做木工的習慣，一直持續到現在，包括開業中一些比較小型辦公用品，都採DIY。這種親自動手做木工的習慣，除了讓我在診所草創時節省不少成本外，新診所的設計規劃亦不需假手他人，說實在，整個診所運作動線的設計是否流暢，只有您自己最清楚，周遭有一些朋友花大錢請設計師畫圖，也許診所外觀上的確是富麗堂皇，但在實用性上還是常常不盡如人意。

支援署立嘉義醫院是本人人生的轉捩點，也是一難得的磨練經驗。那時嘉義雖有空龐大的硬體建築，但病人群早就被其他醫院瓜分。本人當時被派任骨科主任，人生地不熟的，一開始的「業績」當然為零。為了拓展業務及自我行銷，本人做了下列措施：(1)拜訪附近的診所及藥局；(2)一大早到嘉義公園/植物園去和當地居民打羽毛球(戶外羽毛球在嘉義很風行)；(3)積極參與對外演講，如嘉義女中校友演講、嘉義寺廟演講、嘉義消防隊演講、廣播台採訪等；(4)與同事們共同做木工，凝聚人氣及自信心；(5)任何場所活動，積極照相存留；(6)規劃診間電腦內容，並將成果分享給同事們，讓他們接受且熟悉電腦化輸入。經過幾個月的辛苦耕耘，骨科的業務終於能夠蒸蒸日上(20-25位病患/診)，醫院的業務也普遍提昇。後來，因客觀環境的變化，於2003年3月本人辭去嘉義醫院的工作，毅然決定回到台南開業。

剛開業時，如同本人剛到嘉義醫院時一般，一切又都得從頭開始，且此時整個醫療大環境已因健保緊縮而十分窘困。為了拓展業務及成本控制，本人做了下列措施：(1)利用下午休診時段拜訪當地附近的診所、里長及地方人士；(2)積極參與里民活動及其醫療講座；(3)積極參與在地社區活動(成果展、晚會、遊覽、日月潭長泳及各體育團體活動等)，且照相存留，並按時間編排，做成光碟片送給社區居民；(4)結合手提電腦及BENQ19吋螢幕，製造了「有限空間無限創意」的佈告欄；(5)人性化的看診電腦，系統化的資料庫，及製作各種必需文件的電子檔；(6)參與新診所的規劃與監工，使其美觀、大方又實用，同時節省不少設計費及裝潢費(開業一年後搬入新診所)。我深深以為開業之道在於廣結善緣、走入社區。凡事不要太斤斤計較，不要想要賺盡每一分錢，如果病人有需要，就將他轉診給附近的其他專科醫師吧，其他科的同業亦會如此回報您。有空盡量多參與在地的社區活動，您的人脈愈廣，病患來源自然就多。回顧這幾年，我想嘉義醫院的「從零開始」的寶貴經驗，對我助益很大，讓我於開業之初能夠得心應手並逐漸打穩基礎。後來有一些即將開業的醫師朋友們來拜訪，本人將開業心得，包括各項文件及表格電子檔等製作成「開業必須」光碟片贈送他們，以輔助其開業順利。本診所也獲選為永康榮院九十三及九十四年度畢業後一般醫學訓練(PGY1)之社區醫學訓練診所。

因健保總額預算制約及點值無限制的下降，現今開業的特性已漸漸在變化，依現有的制度，醫療服務業類似「共產」社會制(相對於資本主義)，服務量愈多，所得不見得會呈等比增加。如果成本控制不好還可能會虧本。那服務量要多少才恰當呢？這恐怕很難有答案；但換個角度來想，既然賺不了錢，起碼可以提高您的生活品質，照顧好您的健康。近來基層醫療院所已有一種心聲出來：減少診次以提高點值、多出時間以提高生活品質。



墾丁浮潛

最近網友傳來一篇文章，主題為「慶幸能早早聽到這一番話」，內容為：(1)起初—我想進大學，想的要死；(2)隨後—我已不得大學趕快畢業；(3)接著—我想結婚，想有小孩，想的要死；(4)再來—我又已望小孩快點長大；(5)之後—我每天想著退休，想的要死；(6)現在—我真的快死了；(7)忽然間—我突然明白了；(8)我忘了一真正去活。大家都知道要「真正去活」，但要如何去「活」呢？答案在您的方寸之間，最為重要的是您是否把心中理想付諸實踐。以上本人謹就這幾年的生活狀況簡略報告，是否已達到「活力的人生」，尚言之過早，不過人人都渴求「活的充實」、「活的健康」、「活的精緻」、「活的漂亮」，如何達到這些目標呢？有待吾人好好去親身體驗與實現！