

出國報告（出國類別：國際會議）

參加第十三屆中國神經科學學會精神
病學基礎與臨床分會
心得報告

服務機關：台北榮總精神部

姓名職稱：楊智傑，成人精神科主治醫師

派赴國家：中國

出國期間：105/6/30 - 105/7/4

目次

摘要.....第 3 頁

本文

目的.....第 4 頁

過程.....第 4 頁

心得.....第 8 頁

建議事項.....第 9 頁

附錄.....第 10-12 頁

摘要（含關鍵字）

此次應中國神經科學學會精神病學基礎與臨床分會邀請參加第十三屆中國神經科學學會精神病學基礎與臨床分會年會並於6月30日下午給予演講。講題為睡眠醫學在精神醫學的創新應用 (Innovation of Sleep Medicine in Psychiatry)。

講題內容如下：「失眠為臨床上常見之睡眠疾患。失眠會嚴重影響患者之日常生活及工作能力。目前，對於失眠之病理機轉仍有待研究，尤其是對於失眠的大腦網路機制及與睡眠穩定的相關性仍不清楚。近年來，睡眠穩定性的研究，包括腦波之睡眠週期變動型態(cyclic alternating patterns, CAP)已被提出來作為睡眠穩定性的重要指標。我們過去的研究也發現，腦波之週期變動型態(CAP)和自律神經系統的變化密切相關。但是，維持睡眠穩定性之大腦網路機轉仍不清楚。因此，探索維持睡眠穩定的大腦網路機制，不但是重要的研究議題，且能實際應用在臨床上作為評估失眠及睡眠品質的工具。此次演講將介紹睡眠當中睡眠穩定度變化及生理訊號參數之分析，來定量睡眠穩定的指標。」

演講後7月1日並應邀至蘇州廣濟醫院參訪，隔日7月2日再返回南京東南大學與崔興然副教授進行學術交流。並於7月4日返台。

關鍵詞: 睡眠醫學；精神醫學

一、目的

- (1) 參加第十三屆中國神經科學學會精神醫學基礎與臨床分會年會並於6月30日下午給予演講。講題為睡眠醫學在精神醫學的創新應用(Innovation of Sleep Medicine in Psychiatry)。
- (2) 應邀至蘇州廣濟醫院參訪。
- (3) 與東南大學崔興然副教授進行學術交流。

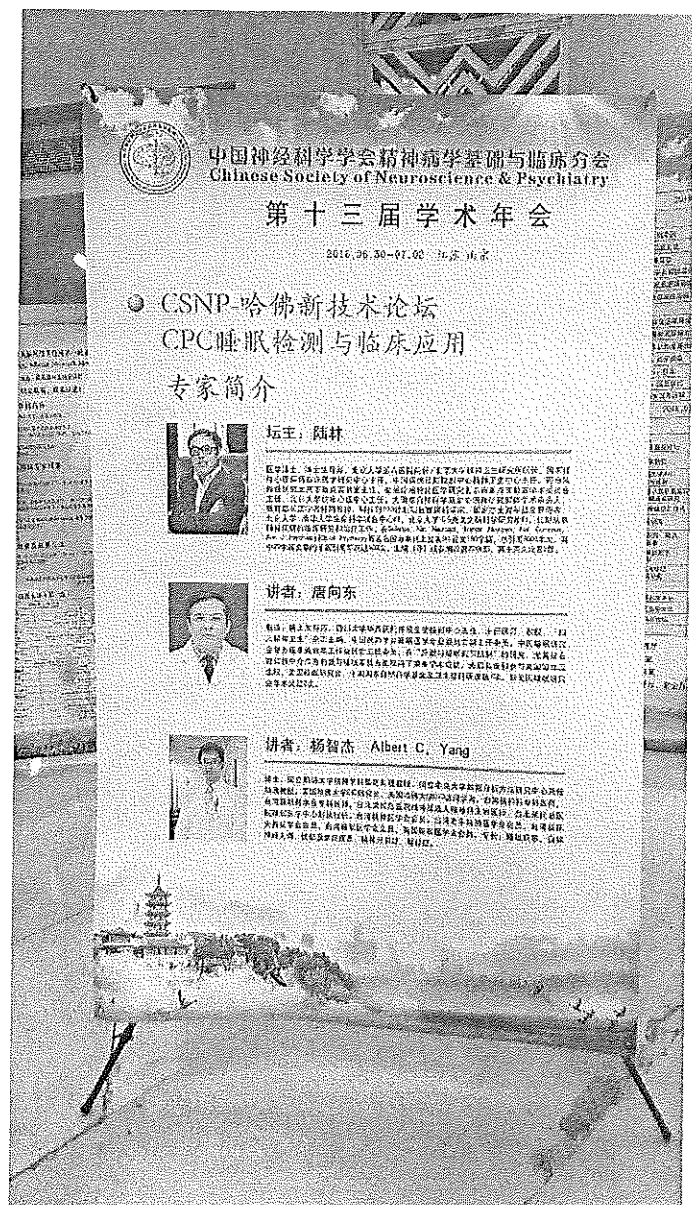
二、過程

本次於105年6月30日早上出發，直飛南京祿口國際機場，並趕赴會場，此次會議地點為江蘇省會議中心。其前身是國民黨黃埔軍校同學會「勵志社」，頗具歷史意義。

第十三屆中國神經科學學會精神醫學基礎與臨床分會年會

此次睡眠研討會是年會中的一個項目，由知名的北京大學第六醫院陸林院長主持，講者為本人及華西大學唐向東教授。

陸林教授是研究藥物成癮的專家，有豐富的研究成果，並發表在一流的國際期刊如 Nature、Science 等雜誌。



唐向東教授目前任職於華西大學附設華西醫院的睡眠中心，該中心規模龐大，共設有超過 24 床的睡眠檢查床位，是本院的兩倍。唐教授主要研究高血壓與睡眠疾患的關係。

我本身的研究主題為失眠及與精神疾病相關的睡眠疾患。失眠會嚴重影響患者之日常生活及工作能力。目前，對於失眠之病理機轉仍有待研究，尤其是對於失眠的大腦網路機制及與睡眠穩定的相關性仍不清楚。因此，探索維持睡眠穩定的大腦網路機制，不但是重要的研究議題，且能實際應用在臨床上作為評估失眠及睡眠品質的工具。近年來，睡眠穩定性的研究，包括腦波之睡眠週期變動型態(cyclic alternating patterns, CAP)已被提出來作為睡眠穩定性的重要指標。

此次的研討會，是介紹我們過去在睡眠穩定度的研究成果，主要是透過腦波之週期變動型態(CAP)和自律神經系統的關聯，發展了以心電訊號測量睡眠穩定度的方法，稱之為Cardiopulmonary Coupling Analysis (CPC)，並應用 CPC 在原發性失眠或者是憂鬱症合併失眠的患者。我們過去的研究發現，CPC 不但可以定量失眠患者的睡眠穩定度，且可作為定量壓力對於睡眠的影響，例如我們過去和台大的合作發現實習醫師在值班時除了會影響其睡眠穩定度外，在值班後一天仍會持續影響進入睡眠穩定的能力。

此次演講吸引許多大陸的精神科醫師的興趣並提問。大陸的人口眾多，即使成立床數龐大的睡眠醫學中心，也難以解決大多數病患的需要。特別是大陸目前的睡眠醫學中心，仍集中在幾個大城市，如北京第六醫院，北京空軍總醫院，華西醫院睡眠醫學中心等。在其他醫院，睡眠醫學多仍在起步的階段，不但醫師沒有睡眠相關的訓練，且缺乏睡眠技師的人才。

傳統的睡眠檢查耗時耗力，且病患需要來醫院在陌生的環境睡一晚。因此，在美國，近年來也興起了居家睡眠檢測的趨勢，主要是因為保險公司不願再給付昂貴的醫院睡眠檢查。我們預期，開發簡單的睡眠檢查技術，是未來的方向，也才能解決大多數睡眠障礙患者的檢查需求。

應邀至蘇州廣濟醫院參訪

蘇州廣濟醫院是蘇州市的精神專科醫院，歷史悠久，是1923年由美國傳教士惠更生所創立。院內仍保留當年所蓋的西式建築。廣濟醫院年底即將要遷入新院區，預計將能擴大病患服務對象。

廣濟醫院去年曾分批派赴台灣進行短期交流。有好幾位醫師曾到本院進行一個星期的參訪，也到台北市立聯合醫院松德院區進行參訪。

自廣濟醫院參訪的醫師中，杜向東醫師和張廣亞醫師曾和我有短暫的交流。我也安排兩位醫師參觀本院睡眠醫學中心。杜醫師目前擔任廣濟醫院的副院長，此次得知我要到南京演講，也邀請我到蘇州參訪。

抵達廣濟醫院後，和杜醫師，張醫師，及殷光中院長進行簡短的交流。廣濟醫院目前是蘇州大學的教學醫院，因此也有醫學生來此實習。中國大陸目前仍在籌設專科醫師制度，但並非普及全國。精神醫學的訓練在各地仍有所不同。蘇州自古以來即是全國經濟最繁榮的地區之一，因此廣濟醫院的教學訓練和臨床服務，具有相當規模。殷院長及管理階層也相當積極的要擴大醫院的規模、服務的水準、以及研究的水平。

中國大陸的精神醫療仍有成長的空間，江蘇省目前人口為7950萬人，但只有不到2000位精神科醫師，且極度缺乏社工、心理師及其他專業醫療人員，因此可以想見該地醫師照顧病患的壓力和沉重的臨床工作。相比於台灣，目前有1700多位精神科醫師，服務2300萬人口，加上完整的專科醫師訓練，以及專業的醫療體系人員如心理師、社工師、和職能治療師。因此仍有值得大陸本地醫師前來交流學習之處。但大陸的經濟成長，更帶動龐大的醫療需求。大陸持續的進步，我們也必須努力向前，不能停滯不進。藉由此次的參訪，希望能和廣濟醫院建立長期的聯繫。並尋求研究合作的可能性。

與東南大學崔興然副教授進行學術交流

2013 年我於哈佛醫學院客座時，崔教授正在哈佛醫學院的彭仲康教授的生理訊號分析實驗室擔任博士後，因此認識並有許多合作交流。崔教授於今年訓練結束後返回中國並於今年在東南大學應聘為副教授。

東南大學與南京大學等學校為國民政府於 1927 年成立的國立中央大學的前身。國立中央大學目前於台灣中壢復校。而 1949 年後，南京的中央大學先改名為南京大學，而後又自南京大學分出並復校為東南大學。

崔教授應聘的單位為生醫工程學院。並屬於一個研究資源相當豐富的「兒童發展與學習科學教育部重點實驗室」。此實驗室屬於由中國工程院韋鈺院士所主持的學習科學研究中心，目的是希望透過科學的方法，找出改變中國基礎教育的新方法，是一個相當有前瞻性且重要的研究項目。

崔教授和實驗室的鄭文明教授帶領我參觀實驗室的設施。令人驚訝的是，此實驗室的規模非常大且設施完整，不但有最新的近紅外光腦光譜儀(Near-infrared Spectroscopy)，也有高密度 64 頻道腦波儀等儀器。研究室的主要重點在於兒童的認知功能及情緒辨認等腦功能研究，也有不錯的論文發表。

崔教授主要的研究方向是生理訊號分析。目前主要的題目為胎兒心電訊號的分析及睡眠生理訊號分析，預期將來會有許多合作的機會。

三、心得

每隔數年去中國大陸參訪，皆可感受到中國快速的成長和巨大的社會變化。本次參訪的感受尤其深刻。當台灣高鐵自 2007 年通車營運近十年後，目前台灣自北到南是名副其實的一日生活圈。中國自 2004 年起也積極建設高鐵，且自主開發高鐵建造技術。到目前為止，高鐵已將大陸自北到南，由東至西主要城市連結一起，特別是北京到上海這一段古代大運河行經最重要的經濟網路，已經由便利的高鐵將華東主要城市連結在一起，且高鐵運行時速可以達每小時 300 公里，還高於台灣高鐵之運行時速。這樣的公共交通建設，對大陸本地人民的生活也帶來巨大的影響，在高鐵站隨時可以看到龐大的人群利用鐵路往返各地，確實有一番繁榮的氣象。

然而，經濟發展不均及社會貧富差異是中國目前最大的問題。自南京返台前日，造訪了歷史悠久的中華書店，然而，在書店一隅的公廁，卻瞥見裡頭用布圍起的角落住著一戶人家，在惡臭的環境下，布簾裡隱約傳來母親哄小孩的聲音。中國社會底層的樣貌是真實存在。一個社會有這樣的存在，其實正警惕我們，唯有進步文明的社會和真正有作為的政府，才能實現有用的救助，而這仰賴所有人自身的修養和對正義的實踐，這個世界一直是所有人的責任。只是政經的改變畢竟需要時間。

人的世界如此詭譎競爭，越是腹黑掠奪的人通常越能擁有很多資源，而好心不一定有好報，也不是努力就一定能得到成果。在這以金、權量度人的世界，好壞對錯常常跟我們相信的真理很不一樣。在中國這個廣大的地方，充滿了機會也遍佈危險。

赴中國進行學術交流的同時，難免被問及統獨的問題，我總是回答我喜歡台灣的民主價值並會捍衛我們的生活方式與價值觀。言談之間，可以感受江南地區的知識分子，對於現狀的改變仍有期待，也期待中國大陸能有更進一步的轉變，這些社會的公平正義的轉變，對華人社會只會有好的發展和影響。

四、建議事項（包括改進作法）

中國大陸和台灣的醫療環境確實存在差異。硬體上與台灣的差異因大陸的經濟成長正快速消失，但軟體上的差異仍需假以時日才能看出改革進步的成效。

目前台灣精神科醫師數量已逐漸趨近飽和，近三年並有許多減招住院醫師的呼聲。事實上，以台灣嚴謹的住院醫師訓練及醫學院的教學水準，台灣訓練的精神科醫師，足以在大陸有很好的發揮。如前所述，在江蘇一省的精神科醫師與人口比例已是台灣的三分之一，遑論內陸各省的精神醫學資源及訓練更是需要加強和改革。

台灣目前有醫師已在上海等地開業，也有私立的醫療機構進行大陸的醫療產業的佈局。此次在大陸演講參訪期間，意外聽到一句話，覺得相當受用——「主動即是自由」。台灣這幾年的政經發展，確實一直處於被動的角色，少有自己的主張和意見。

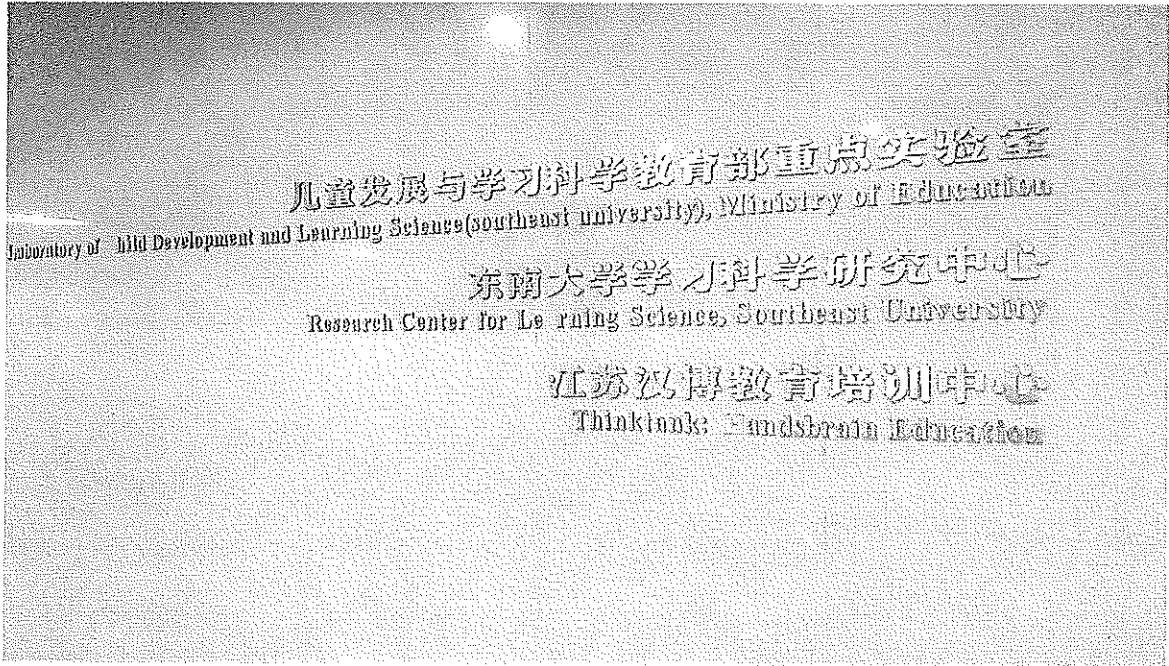
我認為，以台灣的軟實力，應多加強和大陸的醫療交流，我們不須擔心自身的成果被複製或學習，相反的，即使我們不這麼做，大陸仍會從世界其他國家不斷的得到醫療改革和醫學教育進步所需的資源。我們如果置身事外，只能眼睜睜地看到有一天大陸的醫療軟實力會超越台灣。和大陸的主動交流，能讓我們自身更努力保持於領先之地，並更了解對岸的社會經濟變化，正是主動即是自由的意思。

附錄一



研討會演講照片。

附錄二



東南大學學習科學研究中心照片

附錄三



與蘇州廣濟醫院杜向東醫師及張廣亞醫師合照