

## 臺北榮民總醫院實習心得

中山醫學大學 沙英琪

在選實習醫院前就有聽說過北榮的實習很充實以及北榮的營養師們會很用心的指導學生，所以我抱著希望可以多學一些的心情來到了這裡。

實習的第一個月，主要是學習膳管的部份，除了學習庫房驗收和撥發，我們去到了北榮的廚房，規模真的非常大，剛開始幾天甚至會迷路，看到用輸送帶的配膳區，一大台的煮飯機器，都讓我大開眼界，原來這就是大量供膳。廚房的部分我們是分成好幾站每天輪一站來看的，可以把各個區域都了解，對一整個供膳流程有更深刻的認識，也可以更了解一般小量製作和大量製作的製備方法差別、器材使用、限制在哪等等。很开心廚工們都很樂意跟我們分享製作的訣竅或需要注意的地方，老師們也會每天撥空了解我們的學習情況。結束廚房的部分後是滿意度調查，這應該算是我們第一次跑病房，接觸病人，在剛看完廚房流程後去做這個部分，既能夠直接了解病患對於飲食的想法，也明白廚房這邊到底是怎麼做的，可以從中思考很多，哪些地方可能難以改進，哪些地方可以朝什麼方向改進。

第二個月到了臨床的部分，在門診可以看到不同老師有不同的問飲食史方法和衛教方法，每個都有各自的優點，而且會看到每個病人都有不同的疑難雜症和不同的性格，老師們的應對方式是我認為非常值得學習的地方。再來就是一週一次的，緊張刺激的個案報告，我們需要實際去問病人飲食史，且每週都會有一個新的主題個案，要去了解疾病，去查文獻資料，去實際應用我們所學過的東西。報告後主任老師們提的問題和意見真的幫助非常大，他們會指出很多我們沒注意到的重點，或者我們方向跑偏的情況，能夠準確且迅速地點出我們的思想誤區和思慮不周的地方，告訴我們不可以只看見疾病而不去注意病人本身，要為病人往後的情況做考量等等。

遊詣居的活動是我們實際應用菜單設計、置備食物、衛教帶活動等等的一次機會，在製備餐食的時候獲得了廚工們的提點和教學，老師們也給了很多建議跟回饋，只可惜沒能真的去到遊詣居，沒辦法實際見到我們的活動、衛教、餐點的效果如何，也沒辦法實際跟那裡的長者互動，不過收穫了主任們及老師們的意見回饋，從中學習到很多！

在實習期間有很多分組作業或者全部人一起合作的作業，需要大家一起集思廣益討論想法，分工合作來完成，很感謝同學們，在我們彼此互相幫助，互相學習之下，順順利利地完成了一項項作業。

很感謝老師們的細心教導，在膳管的時候每天老師都會留時間讓我們問問題討論思考，在臨床也是一直麻煩小組指導老師撥空跟我們討論個案問題，每週主任老師們還會空時間來聽我們報個案給我們意見，還有導生會議時老師會來了解我們的學習情況和問我們意見反饋，真的非常感謝主任老師們！我在北榮實習這段期間過得很充實，也學到了很多。