

## 111 年臺北榮民總醫院實習心得

北醫 曾昱綺

實習，除了是一個在踏入職場前累積經驗的場域，也是一個檢視自己如何將三年在學校所學的知識應用到實際操作上的機會。在這裡，我看到很多平時在學校看不到的設備；學習到很多課本當中無法獲得的知識及技能；認識到很多用心指導我們的老師，還有在實習期間一起努力的朋友們。在短短的兩個月裡，從膳管到臨床，最後再到社區，在每一個課程當中，都有許多不一樣的收穫，同時也覺得自己在這段期間成長了不少。

膳管科是我們最先接觸到的領域，在膳管科實習時印象最深刻的是，老師總是告訴我們開菜單不能單靠想像，身邊要有一本食譜，開出來的菜單才不會不切實際，我很珍惜那一個多禮拜能站在廚師們身邊觀摩的機會，自己也深刻的體會到一道美味的菜餚絕對不是加油、加鹽、加醬油就可以解決的，面對大眾甚至是生病沒有胃口的病患們來說，平淡無奇的調味絕對不可能讓他們能夠吃得下東西，看到營養師及廚師們能夠運用許許多樣化的食材及調味料來調味真的感到非常的佩服，對於每天要製作出上千份餐食，又能將每一道菜做得如此美味，甚至還能滿足部分需要客製化的要求，真的覺得非常厲害。

在臨床上，我們每個禮拜都會面對到不同主題的個案報告，主任及老師曾說過，在醫院我們面對到的病患絕對不可能只有單一個疾病，很多時候是伴隨著許多種疾病及症狀的，所以在醫院，我們不可能也不可以只針對我們想針對的疾病做介入。結束四個個案報告之後，我覺得我成長最多、收穫最多的就是，練習把眼光放得更廣，除了個案現有的疾病之外，漸漸地懂得去關心並研究個案的入院原因、比對先前的生化數值，思考導致個案現在這個身體狀態的真正主因，並學著站在個案的立場給予真正適合他們的營養介入。

最後的社區課程中，我們的作業是要小組做出一個衛教的小短片，對我而言，因為這項作業，讓我可以透過自己的摸索以及夥伴們的經驗交流，知道了原來簡報也可以製作出一部有趣的短片，以前有很多需要用到簡報來完成的作業，但很少去深入了解簡報當中還有什麼其他有趣的功能，但是透過社區的課程，讓我有機會去探索很多平常我不會接觸到的按鍵及小功能，真的覺得很有收穫。

兩個月的實習，一晃眼就過去了，在這裡，我遇見了用心指導給我們建言的老師們，時不時給予我們幫助的廚師們，以及活潑且樂於分享的朋友們，兩個月的時間或許並不長，但是我從原本的膽小、害怕對病人，到現在可以一個人去詢問個案的飲食史；從原本只糾結於眼前所看到的，到現在可以嘗試著去思考每個問題背後的意義，覺得自己成長了不少。很感謝在這段時間主任、老師及廚師們的協助及教導，有了老師們的耳提面命及提問，才能讓我去思考、去探索、去做修正；也很開心在實習期間能認識這麼多有趣的夥伴們，能夠一起討論、一起成長，謝謝北榮，讓我有一段充實且美好的實習經驗。