

臺北榮民總醫院 營養部實習總心得

靜宜大學 江昀倩

很感謝能有機會來到臺北榮民總醫院實習，打從一開始就懷著忐忑不安的心進入北榮實習，擔心自己實力不足、跟不上其他實習生，壓力洶湧而來。這兩個月在臺北榮總實習，著實讓以管窺天的我看見了更寬更廣更專業的營養界，儘管有時遇到挫折、困難，但這每一次的跌倒，都讓我學習到了用不同角度看事情的方法。

第一個月在膳管科學習，從驗收程序、庫房管理、廚房製作程序、HACCP 監控、開餐監督，都讓我開了大眼界，臺北榮總包辦了所有病患飲食，不管是治療飲食還是非治療飲食，在出餐量這麼龐大的廚房中，學習了怎麼處理這麼複雜的治療飲食種類，再經過衛生且仔細的監督下分送至各個病房，給予病患最適合他們的餐食。膳管科的營養師不僅僅只有開菜單的工作而已，還有許多食品、衛生安全及與廚師們之間的問題，如何與廚師們溝通達成好吃又衛生健康的餐點協議也是營養師非常重要的工作之一。如此大量餐食的前處理、烹煮到出餐，這些經驗是在學校和外面都學習不到的，實習期間讓我學習到最多的是督餐這個部分，在線上，餐盤用飛快的速度經過你的眼前，如何在這麼短的時間內反應出這個病人的疾病飲食需求或禁忌，搭配出適合他疾病需求的菜色，而且份量也要正確，衛生更是不能少，這是我成長最多的地方。

第二個月來到了臨床實習，病患餐食滿意度調查、SGA 是我們接觸病患的第一步，讓我學習到了如何與病患溝通，以及了解他們的需求，站在他們的角度設身處地的思考。在門診中，從旁觀察學習了營養師是如何詢問病患飲食史，並且學習營養師如何對症下藥的給予病患飲食衛教。接著是我在臨床中學習到最多的四個個案報告，透過親自詢問病患、閱讀病例、營養評估，而個案不單單只有一種疾病，可能有四、五種疾病纏身，所以如何判斷病患目前最需改善的問題，並給予效益最大的營養介入是我收穫最多的地方，透過與病患的對話，可以了解病患的生活習慣、飲食習慣，更可以同時了解病患，用同理心去理解患者。同時在研究個案時，學習到了尋找證據的能力，在給予病患每一個介入、目標時，都要尋找最適合個案的改善目標，雖然在個案報告中還有很多的不足，可是讓我發現了自己需要再更加強的地方，使自己更加茁壯。在臨床終使我印象最深刻的是，老師曾說過當病患問你這個問題時，不要只單單回答答案，而是要理解為什麼他要這麼問，才能從最根本解決病患的問題。

經過兩個多月的實習訓練，我認為當營養師最重要的能力就是溝通，在膳管，需要與廚師們良好的溝通，才能做出最適合病患的餐食，在臨床，如何將

專業術語轉換成病患能輕鬆理解的話語溝通，因此我認為能良好溝通是營養師必備的條件。在北榮實習的經驗使我不斷的成長，所有的努力都將化成養分，使我們成長茁壯，期許自己未來能像臺北榮總的營養師一樣優秀。謝謝來自不同學校的實習夥伴，從各位的身上也學習到了需許多，一起成長的每一刻，都充實了我在醫院實習的日子！