

# 中山醫學大學學生國際交流活動心得報告

日期：113 年 7 月 14 日

項 目	中醫藥主題研習營		
活 動 名 稱	2024 年溫州醫科大學兩岸青年研習營		
活 動 日 期	113 年 7 月 2 日至 7 月 8 日		
活 動 地 點	中國浙江省溫州市		
系 所 年 級	護理學系二年級	學 生 姓 名	梁慶沅

## 參加活動心得

首先，感謝中山醫學大學和溫州醫科大學讓我有機會參加這次的研習營，我參加的營隊主題是中醫藥。以往在學校學習的知識都是以西醫為主，經過這次交流活動，讓我體悟到中醫藥的魅力與價值，以及古人智慧對於現代各種病症的療效，令人深感中醫藥的博大精深與奧妙無窮。

營隊行程中除了參觀各大中、西醫院，也參觀中藥廠、博物館和中醫診所。在參觀中藥廠時，只有在課本和簡報上才能見到的中藥材如今一字排開在眼前，十分壯觀，使人有百聞不如一見的感慨。我們也見識到廠內如何將中藥材煎製、熬煮成藥包的過程。這些藥包內含藥粉、水劑或藥丸，且包裝上都和西藥藥包一樣標註了病患的基本資料及食用方式，隨著病患看完病，這些藥包也會隨著配送到患者家中。此外，中醫院的參訪也著實讓我大開眼界。在台灣，我們所熟悉的中醫門診都是依附在西醫院中或是以診所的形式出現，但在當地竟然有以中醫療法為主的醫院。參觀過程中，我們也體驗了該院極具特色的耳穴療法-- 耳穴埋豆。耳穴埋豆是利用王不留行籽粘貼在耳朵相應穴位上，每天按壓 3~5 次，每次一緊一鬆按壓 1~2 分鐘，使其產生酸、麻、脹、痛等刺激來疏通經絡和調整臟腑氣血功能，達到防治疾病、改善症狀的效果。

除了參觀藥廠、醫院外，溫州醫科大學中醫藥學院的教授還特地幫我們上了一堂中醫藥概論，詳細介紹中醫藥的源起和理論，課後還安排了對氣功有多年研究的老師替同學講解「五禽戲」——古人模仿熊、鹿、虎、猿、鶴的神態、動作和習性而創造的一種鍛鍊功法和氣功療法。除了講解外，老師還特地帶著同學在教室裡演示一遍五禽戲的功法，令人印象十分深刻。

這次的研習營我們也與溫州醫科大學的學生進行許多學術、文化上的交流，其中包含共同學科及技術的教學與訓練，有許多方面都值得雙方互相學習。在溫州醫科大學學伴的帶領下，我們也有幸參觀了溫州醫科大學的校園及其的附屬醫院。該附屬醫院的規模非常大，醫院內甚至有導航系統引導患者前往候診區。最後，工作人員也為我們展示該院研發的資訊系統，可將掛號、導航到門診、領藥、批價等過程以一條龍的方式引入手機程式，簡化患者就醫的程序和時間，令人十分驚豔。

這次營隊著實讓我體會到中醫藥在日常生活中的應用並不局限於入藥和調理身體，從我們平時在台灣能接觸到的泡茶、針灸、拔罐到入菜、氣功和按壓穴道都包含在其中，也讓我認識了科學中藥的製作和未來發展，見證中醫與西醫結合所締造的價值。

## 活動剪影



參觀溫州醫科大學附屬第一醫院之全體合影



參觀中西醫結合醫院，體驗耳穴、拔火罐、刮痧與制作香囊等中醫項目



參觀中醫診所——觀復堂，體驗艾灸療法



參觀中西醫結合醫院



參觀長生老號展覽廳



參觀南塘中醫藥特色街區，體驗中醫問診、把脈



參觀一諾中藥的智能配送中心



參觀永嘉醫派主題館