



瓜地馬拉 丘阿蘭喬

翻山越嶺不畏艱辛 大使武官齊心救病苦

2014.06.22

文 / 吳慈恬

位於瓜國瓜地馬拉(Guatemala)省的丘阿蘭喬(Churranchito)市，由於地處偏遠山區，醫療資源不易到達，市民若是生病常難以得到診治。繼三月分的聖荷西洽卡亞市義診之後，二〇一四年六月廿二日，瓜地馬拉慈濟人再度與古巴醫療團合作，在丘阿蘭喬市舉辦義診。

市府團隊慎重其事 本土志工全力相助

丘阿蘭喬市羅伯托(Roberto Tokay Gonzales)市長非常慎重地看待這次的義診活動，他偕同夫人諾耶蜜(Neomi

canel de Tokay)以及公關奧多(Otto Manuel)，專程來到首都帶領志工們前往該市。沿途多是人煙稀少的荒郊，歷經一個半小時的車程，始抵達市府活動中心。

在志工吳濟旺的全權指揮之下，會場樹起佛教旗、慈濟旗與義診布條，牆面掛上慈濟在當地推動各項志業的大型海報。等待就醫的病患大排長龍，許多年長的婦女仍然穿著傳統服飾，說著喀克其奎(Kaqchikel)語這種古老馬雅方言。志工團長魏耀池引導病患進行登記手續，領取就診單和號碼牌，全新製作的號碼牌掛在就醫者身上，不容易遺失且可重複使用，既安全又環保。

包含慈濟委員、當地志工以及市府協助人員在內，此次義診共有七十一位志工發心投入。巴斯(Roberto Paz)先生曾參與十多次的慈濟活動，今天則是第一次參加義診；瓜地馬拉扶輪社全國總監布蘭卡女士(Blanca Luz Wug)也前來參與。大部分的本土志工負責協助病患登記，他們在語言方面溝通無障礙，亦能幫忙解決市民的問題，做起來駕輕就熟。英格麗(Ingrid)具有當地藥劑師執照，負責藥局配藥的工作，另一位志工辛蒂(Cindy Azurdia)則初次擔任活動採訪與記錄。



丘阿蘭喬市長羅伯托(中)非常重視此次慈濟義診，而我國駐瓜地馬拉武官譚芳榮(左)與大使孫大成也特地前來共襄盛舉。攝影 / 吳慈恬



市府活動中心等待看診的民眾大排長龍。攝影／邱瓊儀



志工英格麗（灰衣左二）具有藥劑師執照，負責義診藥局的配藥工作。攝影／邱瓊儀

十七位醫師服務 六百市民得除病憂

完成登記手續後，前來協助的駐瓜國武官譚芳榮請病患先行就位，現場響起瓜地馬拉國歌，義診開幕儀式正式開始。志工柯慈法在致詞時表示，慈濟四十九年以來，一共救援過七十幾個國家；駐瓜國使節孫大成則以周圍吊掛的大型海報，說明慈濟在瓜地馬拉舉辦過無數場的急難救助、學童文具發放和義診。緊接著，柯慈法、吳慈恬、黃慈筠與徐春枝等四位志工進行手語演繹，用〈生生世世都在菩提中〉來發心立願；陳賢治則是延續竹筒歲月的精神，發起募心募款活動，將涓滴善款匯入功德海。

因為森林砍伐殆盡，土壤乾燥貧瘠，本地居民除了種植主食玉米和黑豆自給自足外，無法生產其他經濟作物，導致民生窮困，長期缺乏均衡營養而疾病叢生。當地雖有水源，但是水廠與供水設施付之闕如，居民在嚴重缺水的情況下，很多大人小孩都患有皮膚病。

古巴醫療團團長馬諾洛(Manolo Torres Sobrino)此次帶領十三位醫師，第十一次跨海襄助慈濟義診；再加上瓜地馬拉當地的牙醫師芙洛(Flor Ortiz)、約書亞(Josue)等三人以及一位市府醫師，共有十七位醫師提供包括小兒科、家醫科、眼科、婦科和牙科的醫療服務，嘉惠丘阿蘭喬市市民六百五十二人次。年輕志工小金並為每位完成就醫的市民，奉上兩包營養米和一包餅乾。今天確診的十位白內障病患，將前往古巴醫療團設置在首都瓜地馬拉市的眼科診所進行免費手術。

義診結束後，馬諾洛醫師提出總結，小朋友最常見的是腸道寄生蟲和皮膚病，以及因缺乏營養而引發的疾病；成年人則有高血壓、皮膚病和灰指甲。他建議民眾儘可能地記得每次參與巡迴醫療時所發現的病徵、給予的藥品和採取的對策，今天診斷出來的疾病可能需要醫治一段時間，故應經常舉辦這類型的醫療活動，才能確保身體狀況恢復並維持健康。



香港 九龍

義檢把關志工健康 身心靈全面照護

2014.06.29

文 / 唐美蘭

「這次義檢對我來說非常重要，感恩慈濟給我這個機會，幫助我瞭解自己的健康情況。」察覺身體開始全身疼痛的慈濟志工陳少琼，在參加人醫團隊舉辦的義檢活動後，歡喜表達她的感恩。

為回饋與感恩志工長期以來無私的付出，慈濟香港分會人醫團隊於六月廿九日舉行「法親關懷義檢」活動。這是香港第二次舉辦志工關懷義檢，為默默付出的慈濟志工守護健康，當天共有三十三位醫護人員參加，接受義檢的志工總計一百五十三人。負責統籌的人醫幹事馮少蓮表示，舉辦這次活動的主要

目的在於法親關懷、安心和安身。她說：「平日做志工時，常常在活動中衝衝衝，而忘了要好好照顧自己。證嚴法師常說：『要有健康的身體，才能做更多的志業。』志工們如果有健康的身體，就可以再付出多一點。」

耐心細心與愛心 人醫一家親

為了瞭解大家在健康上的需求，人醫團隊在邀請科別時，特別事先徵詢志工們的意見。此次義檢項目包括身高、體重、血壓、血脂和血糖測試，還設有脊骨神經科、身心醫學科、中醫科、婦科和眼科等科別。七十多歲的陳少琼接受了中醫以及脊骨神經科的檢查，「這位中醫師非常細心，提醒我很多保健的方法；另外那一位脊骨神經科醫師很有耐心地教我如何做運動。我非常感恩慈濟給我這個機會，幫助我瞭解自己的健康狀況。」陳少琼感到溫暖和開心。

邱耀明是環保志工，三年前的體重



慈濟香港分會第二次舉辦法親關懷志工義檢，三十三位人醫會醫護人員服務志工一百五十三人，守護他們的身心健康。攝影 / 譚嘉倩

高達一百多公斤，做環保之後，目前已減至七十多公斤；但是因為本身糖尿病的問題，目前仍在服藥。他說：「義檢時，醫師關注糖尿病可能會影響腳部和眼部的健康，他看到我的右眼袋有點下垂，便建議檢查一下眼睛。做了視力的檢查之後，我會再去看眼科專科。」

參加活動的志工囊括各個年齡層，有年紀較大的，也有年輕的慈青。許多志工在接受義檢的過程中感受到醫護人員的耐心，都心懷感恩，更學習到照顧自己的方法，既安心又安身。「當我知道自己的健康沒有問題，不但可以讓家人和朋友們安心，也讓自己知道如何在日常生活中保養自己，維持健康。」慈青余嘉進感恩許多志工的提醒，叮嚀他在繁忙課業中要注意健康，並感謝人醫團隊的醫護人員犧牲假期來為志工檢查身體。

多元健檢 兼顧身心靈

這次義檢特別的地方在於設立了身心醫學科，讓志工透過專業醫師的建議和方法，學習舒緩日常生活的壓力與情緒，尋求更好的解決方法。

下午時段，志工邀請香港青山醫院副顧問崔永豪醫師，以「關注精神健康」為題舉行健康講座。在講座中，他以生物和醫學的角度與志工一起探討精神健康的問題，並用日常生活中常見的現象，來說明腦部運作和精神之間的密切關係。崔醫師於活動結束後表示，「這個活動非常有意義，志工用了很多時間



人醫團隊成員為志工採血，進行血脂與血糖的測試。攝影／李金偉



脊骨神經科醫師（右）幫志工檢查身體狀況，並以推拿來緩解緊繃。攝影／李金偉

照顧他人，但不知他們是否懂得照顧自己？潛在的精神問題，包括有情緒、家庭和工作等，希望這次活動能幫助志工照顧自己。」他提醒志工，幫助自己的精神問題，和幫忙別人的精神問題是一樣的。肯去面對與求助，對自己瞭解多一些、懂得多一些，就會多點慈悲心。

在緊張忙碌的香港社會，醫療品質尚稱完善，唯獨欲求助專業醫護，往往需耗費冗長的時間排隊等待。這次義檢活動讓志工們感受到滿滿的關懷，相關科別緊密配合，給予志工全面性的諮詢和預防醫療；醫護人員的耐心傾聽，讓參加義檢的志工倍感溫馨。🌱