

1021 一定愛你

普悠瑪意外
關山慈院中醫
全人義診

文、攝影／陳慧芳



臺鐵六四三二次樹林開往臺東的普悠瑪列車，二〇一八年十月二十一日下午四點五十分，在宜蘭冬山至蘇澳新站間發生出軌事故，造成十八人死亡、兩百多人受傷，許多是準備返回臺東家鄉的乘客。

一場重大交通事故，有的家庭在家人逝去後幸福跟著破裂，而死裡逃生的兩百多位傷者，或許帶著難以抹滅的傷痛印記努力的活著。

診間感受傷者需要 觸動陪伴照護的心

關山慈濟醫院是臺東鄉親的一分子，在事故新聞露出後不久，張志芳院長即

帶領全院同仁與來院大德、志工一起為死傷者祈福祝禱。而在中醫科診間，也有不少是「1021 鐵路事故」的傷者來求診。有一位中年男士的傷在腳部，因當下以腳踹車窗逃離而瘀青腫脹，左肩及臉都有挫傷，進診間時神色很不安，說他晚上都很難入睡，經過針灸治療後，受傷部位疼痛減輕，心神較安定了，那天晚上是事故後第一次安穩地睡著了。還有一位女士則是因為在事故發生當時，在火車上是清醒的，所以記得所有細節，自此天天做噩夢，不敢闔眼睡覺，而臉部也有撕裂傷、胸口連輕輕呼吸都會痛……

發現到火車事故的傷痛並沒有隨著新



關山慈濟醫護團隊與慈濟志工至臺東市張崇晉婦產科診所場勘。



為了讓卑南國中同學了解中醫治療的過程，關山慈濟醫院中醫科還提早在（二〇一八）十一月二十一日（三）下午由三位中醫師張雅筑、林昭男、李盈德到校為同學們解說及介紹中醫治療，也讓同學先體驗拔罐及貼灸，協助同學降低前來接受義診的不安及恐懼感。

聞消失而消失，反而陸續浮現，中醫科沈邑穎主任只想對所有的傷者說「我支持你！」，決定發起義診，也在張院長的支持下開始籌畫準備。

中醫關懷列車十二月啟航

為了讓掛號流程、傷者聯絡、中藥調劑、人力配置、診間規畫等所有細節都能運作順暢，（二〇一八）十一月二日，管理室主任黃坤峰、護理部督導陳香伶、藥劑股股長徐賢錦、醫事股股長陳瑋婷與中醫科團隊前往臺東市區勘查場地，並拜會臺東縣衛生局，關山慈院將以帶狀義診的形式，完善傷重者出院

之後的接續照顧，助他們早日回歸日常生活，也讓災難後的傷痛降到最低。

義診計畫結合臺東市的張崇晉婦產科診所、臺東縣中醫師公會、慈濟基金會臺東分會共同籌辦，考量許多傷者還在住院或在家休養，無法外出就診，於（二〇一八）十二月一日正式開始「1021一定愛你·關山慈院中醫全人關懷義診」活動，（二〇一九）六月底結束，以七個月的時間關懷陪伴。

關山慈院中醫科除了每週三於院內開立「1021 夜間特別門診」守護關山、池上及鹿野周邊的傷患和家屬，也將器材藥品帶出醫院，方便臺東市的病友們

就診，感謝張崇晉婦產科診所提供場地，每個週末進駐市區服務，治療項目除了主要的中醫醫療、中醫傷科之外，也整合物理治療師、心理諮商、芳香、音樂、顏色療法等，全面提供傷者與家屬身體與心靈的治療。

治療身痛的同時 療癒心靈

就讀卑南國中一年級的李旻瑄，事故當時因為遭受劇烈撞擊，除了手部骨折，身上還有多處的撕裂傷，住院十六天，歷經三次手術，雖然命是救回來了，但是災難後的心理創傷，加上坐在鄰近位置的人都罹難，仍需要一段時間平復心情。

「怎麼可能？實在是太酷了！」李旻

瑄看著自己的手能夠緩緩的往上舉，露出不可置信的眼神，睜大眼睛望著為她治療的沈邑穎醫師。「剛剛出門前，我要她試著把手舉高，她都沒辦法舉超過肩膀的位置耶！」媽媽站在一旁，開心的淚水在眼眶裡閃耀著……

旻瑄坐在死傷最慘重的第八節車廂，是十二月一日義診首日就診的第一位病人，也是差點就把沈醫師弄哭的患者。

「當時她在加護病房，身上插了很多管子，到處都是撕裂傷，我認不出來這是我們家的孩子。」媽媽打開手機相簿，一張張記錄著旻瑄手術前的相片，讓沈醫師看了既心疼又不捨。「我以為我們都被遺忘了！」事隔一個多月，媽媽雖然已經能夠平靜地敘述女兒的病情，但



經過三次的中醫治療，旻瑄看見自己無力的左手，已經能夠順利地高舉起來，露出又驚又喜的表情。

是那種求助無門的心情，無論是對女兒的擔憂，或者對中醫治療的企盼，都在話語間一點一滴的流露著。

(二〇一八)十二月一日第一次來義診時的旻瑄，臉色暗沉，左手臂有骨外固定器，下巴黏著一整排的美容膠帶，掀開衣服，背部還有好多瘀青未退。幸好，旻瑄相當樂觀，帶著一抹微笑勇敢敘述事發經過。問她害不害怕下巴的疤一直留在臉上，她搖搖頭說不怕，還興奮說著十二月六日拆除鋼釘後，就能夠返回校園跟著同學一起上課了。但是，唯一不肯妥協的就是接受針灸治療。

「妹妹，我們先試看看好不好？妳的血現在『睡著』了，我們先用針灸治療看看，讓妳的血跑快一點……」沈醫師彎下腰，輕聲細語告訴旻瑄：「我們會陪妳的，不用擔心。」旻瑄從未看過中醫，加上住院期間扎了無數的針，讓她

一聽到「針」就相當抗拒，媽媽聽了發出心急的責備語氣，希望女兒好好配合治療。沈醫師接著說：「沒有關係！我們有七個月的時間，今天不針灸，先用艾灸的就好，接著再請小綠阿姨幫妳精油按摩一下好嗎？」

「小綠阿姨」指的就是詹綠芸芳療師，平時在臺北工作的她，為了「1021一定愛你」義診每週六搭乘飛機往返兩地。小綠阿姨說，二〇一三年因為母親生病，自己在友人的介紹下來到關山慈院看中醫，因而結識沈邑穎醫師。雖然之前沒參加過義診，但是覺得這是相當有意義的活動，因此很快地就答應沈醫師的邀約，成為義診團隊的一員。

充滿精油香氛的診間裡，點滴架上吊飾著許多可愛玩偶，還有布娃娃慵懶地躺在沙發上，這些擺設布置全是芳療師用心的巧思。芳療師說，身邊朋友給予



佳玲聽到要放血相當害怕，大家輪番說服及安撫，終於讓她點頭答應。

許多的支持，陸續捐贈精油、糖果、圍巾及布娃娃，就是希望能夠撫慰孩子們不安的心情。除此之外，因為這次的義診，朋友還邀約她到臺北某家醫院的安寧病房，免費為癌末病人做按摩治療。

「我不會忌諱，因為能夠讓他們舒舒服服走完人生最後一段路程，也算是在做善事。」

診間裡的討價還價

「妹妹，我們下次讓沈醫師扎十針看看好不好？」「八針可以嗎？」這些討價還價的對話，在溫馨的診間裡每週上演著。（二〇一八）十二月十五日，是旻瑄第三次看診。「今天可以扎五針，但是不能扎在頭上喔！」回應旻瑄的要求，沈醫師爽快地答應了。只見旻瑄的雙腳被快速扎了五針以後，長時間吊掛三角巾無力的左手，竟然就能夠順利地舉起來。就像看見魔術師一般，旻瑄露出又驚又喜的表情；沈醫師與旻瑄留下合照，揮手相約下週見。

從害怕到勇敢的小女孩

水汪汪的大眼睛上，覆蓋著紫灰色的印記，她是朱佳玲，今年才九歲，因為跟著阿姨一起到宜蘭參加員工旅遊，不幸遇上火車出軌，被拋飛到門外放置行李的地方，牙齒斷了一根，右眼留下又黑又腫的瘀青。十二月一日義診第一天時，佳玲來到沈邑穎醫師的診間，一聽到要放血治療，就害怕地落荒而逃。

「唉，這一個是不敢放血，那一個是不

敢針灸。」沈醫師雙手叉著腰，束手無策地望著小病友笑著。

離開治療床，小佳玲不發一語，滿臉愁容坐在候診室的椅子上，當被問到「妳是不是很害怕放血，所以心情不好？」小佳玲揪成一團的眉頭才鬆了開來，她說：「我最怕打針了，在學校我都不敢打預防針。」阿姨說，佳玲不懂什麼是放血，但是聽到醫師說「放血車推過來」，接著再看到護理工作車上的瓶瓶罐罐時，當下快嚇死了。

「跟妳說，放血一點都不可怕，大概比蚊子叮到的感覺再痛一點而已。」候診室裡，只見鄒牧帆醫師與張雅筑醫師蹲在小佳玲身旁，一人拿著棉棒及優碘，一人細細述說放血的過程，志工淑媛師姊也分享了自己接受治療的經驗，三五人一搭一唱努力說服著。費了好一會兒的功夫，佳玲終於鬆口蹦出「好啦」兩個字，勉為其難地答應下週開始接受治療。

有抱病看診的醫師 有面惡心善的暖男

在普悠瑪意外受傷的孩子，歷經身心的創傷，每每聽到針灸或放血，就會不安地扭動身軀，眼淚也快奪眶而出。為了安撫小病友恐慌的心，醫療團隊總會多花一些心思讓孩子們做好心理準備。十二月十五日，佳玲瘀血的狀況比之前好了很多，在爸媽與阿姨的陪伴下，再次回診接受第二次的放血治療，雖然上週已經有過放血的經驗，但是下針的位



中醫科鄒牧帆醫師強忍身體不適抱病看診，右為「忠哥」黃坤忠護理師。

置在自己看不到的眼皮上，還是讓她相當害怕。

「妳真的要放血嗎？會不會等我準備好了以後，妳又心情不好了？」穿上醫師袍，鄒牧帆醫師雖然身體不適仍抱病看診，一如往常與佳玲聊了好幾句。當得知腳痛的佳玲很期待參加運動會時，鄒醫師立刻提議玩趣味競賽，藉由腿部相互出力運動，改善疼痛的問題。待佳玲的心情較放鬆以後，鄒醫師接著提出「針灸」或「放血」兩個方案，讓佳玲自行決定比較能夠接受的治療方式。

「啊，我都看到了，好恐怖！」佳玲好奇地偷瞄幾眼，斗大的眼淚不自覺滑了下來。「真的嗎？原來你閉眼睛也看不到喔？」為了收拾佳玲緊張的情緒，

黃坤忠護理師刻意逗了她一下。黃坤忠在關山慈院服務十五年，是位相當資深的員工，二〇一八年五月從開刀房轉調至中醫門診服務，中醫團隊都稱他「忠哥」。這是忠哥第一次參與中醫的義診活動，一口氣就填滿義診第一個月分(十二月)的五個支援班別。他說：「聽到沈醫師要發起義診活動，我們當然是義不容辭的幫忙啊！跟著走就對了。」

忠哥雖然不苟言笑，但其實是個心思細膩的暖男。「很多病人來，都會很感謝我們特地從關山來到這裡，但是我認為病人才是最辛苦的，整個家庭都連帶受影響。」他說，這些受傷的患者所承受的是心理跟身體的痛，尤其當下沒有在睡覺的乘客，看到人、車、行李都飛

起來了，那種可怕的記憶是一輩子的。相較之下，自己只不過就是撥出週六的時間配合義診進行而已。

中醫全人義診圓滿 相約再續善緣

二〇一九年六月二十三日，「1021一定愛你」中醫全人醫療義診圓滿畫下句點，關山慈院與臺東區慈濟志工聯合舉辦圓緣感恩典禮。當天中午義診結束

後，以素食餐會形式，在臺東靜思堂感恩所有成員的愛心與付出，同時邀請病友一起接受祝福。臺東縣長饒慶鈴、衛生局長黃明恩、鍾明霞科長、慈濟基金會慈發處主任呂芳川、北區慈濟人醫會張卻醫師、鄒瑋倫醫師等人蒞臨出席。饒縣長頒發七張感謝狀，給予關山慈濟醫院、慈濟基金會、北區慈濟人醫會、志工護持團隊、張崇晉婦產科診所、臺東縣中醫師公會、多特瑞療癒之手基金

二〇一九年六月二十三日，歷時七個月的中醫義診圓滿，義診團隊及病友、家屬等人於臺東靜思堂留下合影。



會，同時在致詞中，感恩沈邑穎醫師在百忙中發起義診，也特別感謝慈濟，一直默默在做這樣的事情。

憶起事故發生當下，慈濟基金會在第一時間前往每個院所關懷傷者，並發放家屬慰問金，在救災現場提供熱食，事故後全臺灣的慈濟啟動志工網絡到各個醫院、家庭，持續性的展開關懷。呂芳川主任說，災後創傷症後群如果沒有即時的治療，很可能是一輩子的傷害，這次因為有這樣愛的接棒，將許多愛心連結起來，包含縣府的支持、志工的幫忙以及張崇晉醫師提供這麼好的場地供慈濟使用，才能照顧這麼多的鄉親。

慈濟志工為了讓義診活動圓滿，雖



關山慈濟醫院一開始便結合慈濟基金會的慈善資源及志工人力，投入義診的籌畫與執行。



北區慈濟人醫會醫護也前來臺東參與義診。攝影／王麗珠



「一定愛你」中醫義診也規畫閱讀空間，挑選情緒療癒繪本供民眾閱覽或借閱。攝影／王麗珠

然不是每一個人都有醫療背景，但是愛心不落人後，以感恩心接下後勤的工作，希望成為醫療團隊堅強的後盾。每一個假日，在義診當中所享用的每一份餐點，都是香積組志工在廚房渾汗而來，還有交通組的志工，他們負責義診醫護人員車站往返的接送。林淑媛師姊說：「感恩沈醫師的團隊，讓我們這些志工比較有事情可以做，有愛的力量為鄉親盡一分心力，讓我們看到鄉親走出病痛，臉上展現甜美的笑容和自信的神情。『慈濟事，就是我們的本分事。』我們很感恩也很幸福，我們做到了！雖然今天是圓緣，但我們還要再續緣，如果有需要歡迎回到臺東靜思堂，因為我們都在，這裡就是我們的家。」

中醫病友變志工 守護七個月不缺席

除了龐大的慈濟志工團隊，還有許多來自社區的志工，也陪伴醫療團隊一路走了過來。這些志工大部分來自沈邑穎醫師門診的病人，因為很感激沈醫師為他們除病苦，因此，當得知中醫科發起義診後，馬上就義不容辭挺身支持。他們的工作包含量血壓、掛號登記，引導就醫、動線安排、整理病歷、膚慰病人等許多機動性的任務。負責擔任志工總指揮的李宜桂，曾與關山慈院中醫科一起參與過蘭嶼、綠島、尼伯特風災義診。她特別感恩所有大老遠來這裡守護臺東鄉親的醫護志工們。她說，這七個月的

時間，彼此已經不是醫護、病友、志工的關係，每個人齊心合力守護鄉親的綿密情感，就像家人一樣緊密在一起。

「去年（二〇一八）十二月，我曾經站在這裡告訴大家，我會帶著大家的愛和祝福，很快重回生活的軌道。今天我再次站在這裡，我要很開心地跟大家說，我做到了！現在的我遇到問題，已經沒有難題，而是我要用什麼心態，去面對我的問題。我真的很謝謝沈醫師和所有的醫療、志工團隊，謝謝你們！我愛你們！」回想事故發生後，剛受傷的楊淑瑜身心靈都很不平衡，當沈醫師為她扎下第一針時，她卻流下了感動的淚水。她說，雖然自己受到這麼大的創傷，但是也收到許多人的關心和照顧。在這七個月當中，團隊的陪伴和充滿歡樂溫馨的診間氣氛，讓她感受到滿滿的正能量，也因為如此，包含她的先生、女兒，全家都是「全勤」來義診，而且每次都是最早簽到，最晚打卡離開的，因為他們很享受著大家給的溫暖。

沒有被遺忘 暖暖的愛與照護

「我們現在只要看到普悠瑪三個字，在心裡面都是非常痛的一件事，要不是有沈醫師，我想我們到現在都很難入睡。沈醫師的醫療團隊有來自臺北、臺中、高雄好多的地方，雖然沒有一一認識所有人，但是感謝你們，我們卑南國中真的很感謝你們……」陪同師生到韓國交流的卑南國中校長游數珠，從事故發生至今，一直持續給予學生暖暖的愛



高允中醫師（右）及李盈德醫師（左）一起為鄉親治療。



關山慈院中醫科團隊輪流支援義診活動，讓七個月的陪伴不間斷。

與照護。游校長在圓緣典禮這一天，特別帶著感謝狀出席，她說，是醫療團隊醫治了卑南國中孩子的身體和心靈，也為他們帶來了歡樂和希望。

「除了感謝還是感謝，來到這裡就像多了家人，一起陪我們走過很多傷痛的隧道。」站在校長身旁的學生盧佩芸，雖然僅簡潔說了幾句話，但其實團隊給予的關懷和鼓勵，讓她和媽媽都非常感激。佩芸媽媽曾說：「以前這個孩子很樂觀，自從遇到普悠瑪意外就變怪裡怪氣的，每天回到家就把負面情緒往我身上倒，不然就會莫名奇妙哭起來……」初次看見佩芸，她開口的第一句話是「可以不要拍我嗎？我不想被拍照。」冷酷的眼神，平淡的語氣，拒人於千里之外的表情，彷彿臉上寫著「我不太好惹」。一段時間後，這個看似難以親近又總是愁眉苦臉的孩子逐漸有了轉變，不只臉上笑容變多了，也願意打開心房，聊聊自己。她說：「剛來（義診點）的時候，我找不到聊天的對象，我會害怕，很沒安全感，但是來了幾次以後，我有一點驚訝，我明明不認識你們，為什麼你們願意對我這麼好！沈醫師經常會和我說『要往正面想，要多笑』，雅筑醫師也很親切，還有昭男醫師治療的時候也很細心。來這裡我感覺像是來抒發心情的，不只身體變健康，心理也變得更正面。」在義診結束前，佩芸也寫了一段感謝的話，送給所有參與義診的人。

從二〇一八年十二月一日到二〇一九年六月二十三日，關山慈濟醫院除了院

內開診，共在臺東市的張崇晉婦產科診所的義診合計二十四診次，感謝全院醫護及行政同仁的人力挹注，還有來自花蓮慈濟醫院、臺北慈濟醫院、慈濟人醫會、全臺各地的中醫師、護理師、藥師、芳療團隊及熱心志工，共超過一千人次投入，以中醫、芳療、經絡推拿、療癒童書等，全方位療癒陪伴，給與傷者與家人走出傷痛，繼續前行的力量……

蘇 X X 謝謝沈醫師～～

自從事件發生以來，為了孩子和家人能趕快從傷痛中走出來，一直壓抑的情緒，在看見沈醫師溫暖的笑容時，眼淚瞬間潰堤，更感受到關山慈濟醫院的團隊的熱切關照，深深覺得人間處處有溫情……會的！沈醫師，我們會努力復健，也謝謝您及團隊的照護，感恩你們！



讚·回覆·29 週

陳 X X 感謝慈濟關山團隊，感謝全臺灣各地的仁心醫師及芳療師，在地的所有志工朋友，由於您的付出，此次普悠瑪的震撼事件，守護身心靈的工作，溫馨滿人間，偏鄉的我們，眼眶都紅了，太感動了，謝謝！



讚·回覆·29 週

賈 X X 非常感謝沈醫師及慈濟團隊所有關愛瑄瑄的人，我是瑄瑄的外婆，在這致上深深感謝，也祝福慈濟團隊的愛心，辛苦了！感謝！



讚·回覆·29 週

在義診圓緣後，許多病友、家屬、義診團隊成員都在沈邑穎醫師的臉書留下感動的回饋。

卑南國中 盧佩芸

攝影／陳慧芳

致慈濟沈邑穎醫師及所有「普悠瑪 1021（一定愛你）事件義診」所有的同仁們，感謝有你們！

從十月底開始，有一群由沈醫師帶領的醫療團隊來到臺東，用愛跟醫術醫治我們的受傷的傷口，不論是身體上的還是心靈上的，他們一一照顧、呵護。那時，我也是一位受難的孩子，帶著冷酷冰冷，不近人情的眼神來到了義診，針灸什麼的好像也不怕了，而沈醫師就像母親一樣溫柔的呵護著我們，又像偉大的藥師佛一樣醫治每一位傷患的傷口。

漸漸地，我喜歡義診，覺得來到這裡有滿滿的愛及正面能量。記得有次帶著很 blue 的心情來到義診（其實事後覺得很抱歉），其實那週腦部壓力直接爆表，所以當針一下去，馬上就痛到流淚，第一次針灸覺得疼痛，覺得所有事都衝著我來，後來沈醫師告訴我「有情緒就是要釋放」，我馬上放聲大哭，覺得終於「有人懂我」。一直到今天，那一天的記憶依然猶新。「感謝」是我一輩子都會用到的好話語！最後的最後，我還是感謝再感謝，謝謝你們的用心！耐心！更謝謝你們的愛，還好有你們，1021，一定愛你。



志工的話

見證七個月的陪伴

李宜桂（中醫義診團隊志工總指揮）

一場為期七個月的義診，需要投入多少人力物力？請聽我慢慢從頭說起。

（二〇一八）十一月二十幾號，關山慈院醫護、行政人員已經在為義診準備著所需物品，電腦、藥品、備品、紅外線照燈、頻譜儀、備品車、床單、各式大小靠枕、各項文具用品、延長線、衛生紙、垃圾袋……等等，平時所需用到的物品皆需備妥！

就在義診前幾日陸續整理後，再從關山一車一車，一箱一箱搬到臺東的義診場所，就像搬家一樣需整理裝箱，待拆箱後再定位，大大小小物品若沒專人清點裝箱，我想肯定是亂成一團！這「專人」功力、經驗及細心程度可見多深厚！謝謝關山慈院護理師。

十一月三十日一早八點多，關山慈院醫護、行政人員及志工在診所集合，開始了場布工作，組裝音響、擺放桌椅、掛起油畫、貼上指示動線標語、診床旁的周邊設備、電腦設備設定、藥局藥品確認、植栽擺設……這一行十多人就這樣忙到晚上八點多才大致完成！

接著大多數醫護再行開車或搭火車回關山！為什麼他們要回關山？因為他們都住關山啊！！

十二月一日，清晨五、六點就起床了，前晚雖然忙了一整天，照理說應該會很好睡才對，但其實不然……因為，很緊張，一是失眠深怕睡過頭誤了事，二是不知道如何「面對」此次義診的病友，因為在普悠瑪事故罹難者裡有四位是我所熟識的朋友，那晚特別難入睡……閉上眼，腦裡浮現的是他們的影像……

七點多不到八點，醫護與志工們紛紛到位，開始了第一次的義診，第一天嘛難免有些事不是那麼順暢，尤其是大部分此次志工都是初次參與，但是大家都是認真的



學習，盡力做到最好！

就在我們還在擺設報到櫃檯時，病友們已陸續前來，這著實讓我驚訝！報到掛號時間還沒到，已經有五、六位病友在等我們了，於是趕緊加快腳步馬上就定位開始引導病友填寫掛號表格、量血壓、候診，接著上二樓或三樓開始看診！

那天第一位報到看診的是瑄瑄，沈醫師看了病歷再坐在瑄媽咪的身邊了解病情後，安排了個別芳療室進行診療，診療前沈醫師請醫護們集合開了個「臨時會」，但還沒開口說話已哽咽紅了眼眶……

我想，沈醫師不只心疼孩子滿臉滿身傷，她還心疼孩子所遭遇的內心創傷！

天啊！第一位患者就帶給我們這麼大的衝擊，內心情緒真的不知道如何調整，我轉身默默擦去未滴落下眼眶的淚……心裡還是痛啊！

那天……我記得看診人數多達五、六十位，那天……雖然忙碌，那天……我偷偷哭了很多次……

1021 義診的第一天就開啟了我的淚腺……

病友的話

文／楊淑瑜

火車事故重創了我們的身心靈，但因為沈醫師的大愛發起守護臺東鄉親的義診，希望我們在半年的黃金治療期能夠將傷害降到最低，於是（二〇一八）十二月一日開啟了我們一家三人的療癒路程，這中間的煎熬是很難用文字表達，但是在一次又一次的義診當中，我們在沈醫師及義診醫療團隊及來自臺灣各地中醫醫護的治療與照護，加上芳療團隊及理療師的服務下，身體的傷及心靈的痛逐漸康復與療癒。也謝謝在診間提供茶水甜點的慈濟志工團隊，滿足了我女兒的口欲，還有義診志工們的陪伴與關懷。

一路走來雖然艱辛，但真的很感謝這段期間所有關心，幫助我們的人，就是你們的關懷與愛給了我滿滿的正面能量，讓我更有勇氣的去面對難題解決問題，也重回生活的軌道。

謝謝沈醫師送給芷瑄的時空膠囊，昨晚她說她很開心得到這麼多阿姨叔叔的祝福，也期望她帶著妳們的祝福平安快樂健康長大，分享幸福，傳遞愛，讓這分愛與善緣繼續延續。我們全家一定會愈來愈好的，感恩大家。



沈邑穎醫師送給芷瑄的時空膠囊。

活著，真好！

卑南國中 李旻瑄

攝影／陳慧芳

我現在能恢復得這麼好，我想要感謝沈醫師、芳竹醫師、盈德叔叔和芳療師小綠阿姨，還有每個星期三晚上特地來家裡幫我腳底按摩的萍兒阿姨，甚至是整個醫療團隊都要感謝；如果沒有這個義診，恐怕我現在全身都還在疼痛。謝謝你們！這麼溫柔這麼長久的陪伴，讓我們這些傷患的身心靈都得到釋放。

如果說到愛，那想必就是這次所有的義診人員。一開始聽到要去看中醫，我的內心充滿抗拒，因為原本以為從羅東博愛出院了，就代表我身上所有的傷都好了。(二〇一八)十二月一日，是我第一次接觸中醫，發現中醫其實也沒那麼可怕，尤其身旁還有很多的志工陪伴著我，讓我放鬆了許多。但是，那天我還是沒有勇氣讓沈醫師扎針，因為看到這麼長的針，誰受得了啊！

「好吧！那我就捧場一下。」第二次看診，我在媽媽的脅迫之下接受針灸治療。沒想到，沈醫師的「神手」才扎了五針，我那骨折的左手馬上就可以抬起來，我的內心充滿了佩服，也覺得非常感謝；還有讓我印象最深刻的一次，沈醫師下針的位置在我腰部到屁股的地方，我痛得哇哇大哭。但是，這時神奇的事發生了，沈醫師一直打噴嚏，還說很冷，我們都搞不懂，後來沈醫師請媽媽摸摸看針的上方，我媽媽嚇到了。原來，針孔正在冒冷



從害怕中醫到喜歡中醫，如今的旻瑄已經走出傷痛，還立志要學習中醫，成為手心向下的人。右為芳療師小綠阿姨。

風，這好像就是寒氣吧！？奇怪的是，沈醫師針了屁股以後，竟然就知道我牙齒在痛了，超神奇！

接下來的幾次治療，我沒那麼怕針灸了，從一開始五針一直到八針甚至十針，不管扎幾針都不怕。直到某天，沈醫師要我放血，我害怕地一直哭一直



哭（因為聽同學說過放血很痛）。沈醫師親切地不斷安撫我，接著我就聽到「三、二、一，好囉！」「咦？好了？」，我一臉茫然，根本沒什麼感覺，完全不痛嘛！果然，沈醫師不是蓋的！一直到現在，不管是針灸、放血、艾灸還是紅外線通通做過了，現在還覺得很好玩呢！

哭（因為聽同學說過放血很痛）。沈醫師親切地不斷安撫我，接著我就聽到「三、二、一，好囉！」「咦？好了？」，我一臉茫然，根本沒什麼感覺，完全不痛嘛！果然，沈醫師不是蓋的！一直到現在，不管是針灸、放血、艾灸還是紅外線通通做過了，現在還覺得很好玩呢！

經過這次義診，我決定以後也要學中醫，因為我也想成為幫助別人的那個人。還有，很多人都會跟我說不要太在意臉上的這道疤，但是其實我根本不介意，反正現在科技這麼發達，而且因為有這道疤，才能讓我一直記住牠們（在意外中過世的老師和同學）。

一直以來，我是多麼的渴望長大，多麼的希望時間可以快一點，直到十月二十一號，一輛火車事故，讓我的生活完全扭轉。

我從來不知道「死」離我們那麼近，那一天，火車出軌了，我被拋出車外，一睜開眼睛，看到的竟是斷裂的鐵軌，我坐在鐵軌上，低頭一看，從下巴、手掌等地方的血滲入我的衣服，我的左手斷了，無法動彈，我用右手扶著自己撕裂的下巴，慢慢的感到暈眩，無法呼吸，當時的我驚恐又錯愕，害怕自己再也見不到親愛的家人了，我用盡全力嘶吼：「誰來救救我！？」後來，有位身穿白色衣服的人把我抱了起來，我好開心，好感動，好謝謝那個人。那時，是我第一次感到「生」原來是如此美好的事情。

整起事件中，有人輕傷，有人重傷，有人罹難，而我，非常幸運地從死神手中逃過了一劫，歷經大手術後的我，在加護病房躺了好幾天，每天都因為止痛劑而昏昏沉沉的，終於，來到了普通病房，稍微清醒點後，見到媽媽的第一句話是：「謝謝妳找到我！」眼淚不自主地掉了下來。現在，我會更加珍惜身邊所有的人、事、物，放慢腳步看看這個世界。我們沒有辦法改變命運，但我們可以改變自己的心態。未來，我將會勇敢的面對一切，勇敢的接受一切，勇敢的承擔一切。生命，很無常，所以要好好把握。活著，真好！

生，是一趟旅程，當活下來的那一刻開始，就註定了會有生離死別，或許，牠們的死來得比較快。但是，畢竟是一個過程，是一個我們無法改變的事實，不過這件事情也讓我們能夠更加珍惜生命，讓我們更能了解「生」的美好，讓我們對「生」有著不一樣的想法。從前，我們是不懂珍惜身邊每個人的傻小孩，現在，我們是對任何事物都懷抱感恩的小孩。



旻瑄（右一）已漸漸能夠分享生活中的開心事了，圖為於治療中與同學和醫生們分享去韓國玩的照片。

溫暖守護臺東

文／沈邑穎 關山慈濟醫院中醫科主任

從去年（二〇一八）十月二十一日火車翻覆事故發生後的那一週，我開始在門診看見有普悠瑪第六車的病人，他們有的是撕裂傷，有的是骨折，那時心裡就有想為他們辦義診的念頭；事隔第二週，我發現來看診的仍然是第六車的病人，我想「那第七、八車的人呢？是不是都嚴重到沒辦法出來了？」一想到這點，真是放不下，我在診間告訴護理師「忠哥」我想辦義診，想不到忠哥馬上說：「沈醫師，我挺你！」所以我就開始展開行動向前走。

十一月二日，關山慈院同仁及慈濟師兄師姊一行十幾人到臺東市區勘察場地，拜會相關單位。感謝大家的熱情，給予我們許多指導與支持，我們也因此了解許多受傷的鄉親還在住院或在家療養中，所以決定於十二月一日展開為期七個月的義診，也廣邀全臺灣的醫護人員、藥師、復健師、物理治療師等及志工的加入。在接下來近一個月的籌備期，有許多專業醫護、熱心的親朋好友及不認識的好心人士都來詢問，也報名參與，讓人非常感動。

當初為了義診的名字煞費苦心，因為知道病友看到「普悠瑪」會有負面感受，幾經討論，決定為取發生日期的諧音為「1021 一定愛你」，並且在海報放上



有著臺東特色的紫色花朵，希望給病友溫馨安心的氛圍。事故發生時，我們沒有走在最前，但我們堅持七個月義診，感謝所有團隊一起守護到最後，期望以這分愛的力量，幫助病友早日恢復身心健康。

其實在決定辦義診，而且大膽設下七個月的期間，心裡歷經許多掙扎，不知道資源、人力在哪裡；心裡也很忐忑，不是害怕治不好病，而是擔心從小就淚點很低的個性，面對身心嚴重受創的病人時，會不會哭得比病人厲害而無法看病？平常很好睡的我，因此常常失眠。

終於等到十二月一日，首次義診展開，看到第一位病友就是第八車的乘客……所有的忐忑掙扎都消失，心裡一下踏實了。

開診第一號是旻瑄，當我看到媽媽手機裡受傷當時的照片，聽著媽媽說孩

子很幸運，坐在她前後左右的乘客都離世……我當場眼眶就紅了。有一位媽媽，一家三口都在列車上，也都受傷，我拍著她的肩膀說：「哭出來吧！胸口悶會好很多！別擔心，這裡很安全，我們會守護你！」當下她就哭了出來，她沒看到的是，我的眼眶也是充滿了淚水……

第一日義診，我們守護了三十八位傷者及家屬，幾乎每位病友都使用安定神志、疏通臟腑經絡氣血，以及調節因為劇烈晃動，甚至嚴重撞擊而錯亂的身體結構。感謝關山慈院六位中醫師、四位實習醫師、五位護理師、兩位行政同仁，以及特地搭機前來的三位芳療師，一起投入第一線的治療及撫慰。義診結束回程，坐在火車上，回想一個多月來的籌備，很感動，感謝諸多善緣的信任與護

持。我想對孩子們說：「希望你們可以趕緊脫離病苦，恢復年輕活力，回到屬於你們的校園，重拾歡笑。所以，孩子，你們真的很勇敢，再忍痛一下下，好嗎？屬於你們的明天一定會更好。」

聽說國中男生都不太想談 1021 那天的事，但當看到他背包上繫著自製的「一路好走」照片時，我們知道，他心裡還是有著濃濃的不捨。十二月八日第二次義診，與鄉親們第二次見面，感覺他們身體比較舒服，心情沒那麼沉重了。我們也試著引導小朋友試用灸法和針法，同時向跟診醫師說明，中醫可以治療創傷後的身心症候群，但要透過平日扎實的門診訓練，方能快速找到問題點，直達病所予以治療。當義診進入第四個月時，看到鄉親們腳步輕快，神情愉悅，我們都非常歡喜。



為期七個月的中醫義診圓滿，沈邑穎醫師感謝所有參與和支持的人。右為吳佩嫻副護理長。

很快地，六月二十三日這天到來，為期七個月的普悠瑪義診圓滿，心裡百感交集，最多的還是「感動」與「感謝」。感謝病友們的信任，關山慈院團隊以及慈濟基金會的全方位支持，感謝張崇晉醫師及夫人提供優質的治療場地，希望這次義診的善緣也能幫助張醫師盡快恢復健康。感謝臺東縣前黃縣長及夫人、饒縣長、衛生局黃局長及縣府團隊協助，感謝十九位來自臺東及外地的熱心志工承擔後援作業，讓醫護、芳療團隊專心在第一線工作。也感謝張志芳院長及精舍師父的關懷與打氣。前水利會長梁俊良先生，前臺東縣副縣長賴順賢先生，都是當初準備開展義診的重要推手。

還有，義診現場的畫、植物、音響、療癒書籍、芳療精油，都是來自各方包含鹿野圖書館、傷者及病人所提供，

也要感謝許多在幕後默默支持的朋友們……最後，非常感謝一直堅守在前線的關山慈院中醫科家人，每週都前往義診現場，還有高允中醫師與吳佩嬭副護理長，承擔了最艱巨的協調調度任務。

希望病友們真的能夠感受到，這分愛的力量從來沒有打折過，「希望你們把這個力量帶著繼續走人生的路，因為我相信每一個大的災難之後，隨之而來的就是幸福，你們已經通過人生給你的考驗，希望這股力量能持續下來，讓每個人都能成為輔助他人的那雙溫暖的手，成為守護臺東「安定」的力量。最後，我要把我們最大的祝福，送給你們！」

今天的圓緣不是結束，而是開始。因為這分由無私的愛所匯聚的力量會一直都在，祝福所有病友歷經考驗之後，都能建立屬於自己的生活軌道，一定可以的！



志工的話

真愛密碼

文／潘二姐

六月二十三日，為期七個月的「一定愛你」中醫義診，大家終於達成這不可能的任務，開心、撒花、放煙火！在這圓滿、圓緣日，興奮多過於不捨，每一位參與義診活動的大家，都是受到沈醫師的感召一起來成就這個空前的創舉。義工們互相談起了彼此跟沈醫師的奇緣，大家都嘖嘖稱奇，我們也是因為敬佩沈醫師的無私奉獻而相繼投入義診的服務。

在每一次的「一定愛你」中醫義診，診間裡總會上演著許多賺人熱淚劇情，我也經常透過相機鏡頭的視窗，淚眼模糊著。我們只有小小的心意，得到的是真心的回報。在資源缺乏的後山臺東，有著這樣真心又持續的關懷的人，我們很珍惜這樣結來的緣。

義診的任務，有時在二樓協助患者看診、協助芳療、經絡推拿，或是奉茶、陪伴……，一開始，對於生手單兵而言，自己小混亂一下下，還好大家都好親切、好配合哦。

隨著診間診療的時間拉長，在外候診的朋友就這樣聊開了，我聽著一些關鍵字「還沒好啊，醫院輪流著換」（原來住院醫療是有限天數）、「是啊，到現在還不開口說話」、「這是一條慢慢長路啊」、「外表好好的、體內還是腫痛著」……一位熟識的大哥、聊起了靦腆的妹妹、說著妹妹當時被火車的椅子交

疊在其中……突然，一個尖叫哭聲劃破診間的愉悅，眾人卻很自然的說，每次都會這樣一下下，沒事。似乎是我大驚小怪了。

時間流逝，我暱稱甜心妹妹也進入到診間，不久、更大的聲音攪亂了二樓的氣流跟氛圍，不尋常的大哭聲，讓我呆站在原地良久，疑惑著甜心妹妹在診間內外的反差，是受到前面哭聲的感染嗎？在疑惑中看著甜心妹妹走出診療間，還是保持著靦腆的微笑，我還是豎起拇指說「妹妹很棒！哭出來更棒！」

沈醫師利用空檔走出診間，對著甜心妹妹說「哭，是妳的權利、妳可以選擇哭。」「這是勇敢的表現、勇於表達自己。」鏗鏘有力的話語，直接嵌在心中，深深的佩服著。

午後，因為一位一直心情低落的大姐姐讓我開啟了緊張模式，心裡一直想著，藍色憂鬱真的會傳染耶。「是的，你有權利哭！不好的情緒要適度的排除！」這次，我遠遠的看著沈醫師耐心的排解著憂鬱的情緒，討論著可以怎麼讓自己開心的事。

遠眺的我，心裡在想，醫師連心靈諮商師的工作也接著做了。看到醫師的陪伴、支持跟鼓勵，這麼強的能量著實傳到遠遠在一旁的我的心中。

普悠瑪中醫義診，不只醫病更醫心，這是我們獨特展現的真愛密碼。🌱