署立台南醫院實習心得

營養系 / 黃薇同學

懷著緊張忐忑的心情來到醫院，原已爲兩個多月聽起來很漫長，但其實過得很快，短短兩個月裡其實學到了很多東西，和學校相比，這裡給了我們不一樣的知識，第一次寫SOAP、第一次自己看完整本病歷、第一次一個人完成文獻報告…等，不知不覺這個暑假嘗試了很多事情，有時候會覺得過程有點困難，不過如果一切都太順利那就一點挑戰性都沒有了。

實習一開始迎接我們的是團膳課程，穿著雨鞋和阿姨們在廚房一整天下來，自己明明沒做什麼事，但是一回家卻可以手上拿著晚餐在沙發上睡著，越來越熟悉之後，疲憊感好像就開始慢慢減少了，以前在學校都覺得做團膳都好像在打仗，每次爲了要在時間內把餐點用出來，大家都忙得雞飛狗跳，不過這裡的廚房，阿姨對自己的工作熟練度都很高，雖然工作內容繁複，卻不見打仗慌亂的感覺，熟能生巧應該就是這個意思吧！

社區活動總是很開心的，一開始被分配到要做「聰明吃」的板子有一點擔心自己的美術天份，完成之後反而有一點小小的成就感，社區活動的籌備過程都可以感受到大家的同心協力，不管是一起到台南市開元國小辦活動還是醫院裡的甜蜜蜜病友會，除了教導民眾飲食概念外還有有趣的闖關活動，最後我們也可以領到闖關獎品，兩次社區活動都覺得很開心。

臨床和學校教的東西最相近，不過學校都教單一疾病的營養，來到醫院後發現，病人可能同時有糖尿病和腎臟病，甚至併發其他的疾病，這些都會引響飲食的設計，除此之外，和病人的應對，除了要知道病人在家的飲食習慣，大部分還需要流利的台語，對病人衛教的時候，也不能拿著課本照本宣科，要配合病人實際的情況，回家之後的可行性來做衛教，如果能多撥一點時間常常上去看病人，一方面可以追蹤病人的飲食情況，另一方面也可以跟病人建立起良好的關係，記得我的糖尿病個案奶奶，她的家人都會陪她住在病房，之前都會常常上去看看她，順便關心他飲食的情形，有一天上去的時候，奶奶的孫女說「阿嬤你的營養師來了啦!」，雖然還是個小小實習生，但是覺得奶奶好像在等我心裡就覺得好開心，而且看到病人把自己做的餐點都吃完也會覺得很有成就感。

不管是團膳、社區還是臨床，這兩個月下來真的學到好多東西，和我一開始對實習的期待一樣，而且每一週的課程都是營養師學姊精心安排的，我覺得這兩個月雖然沒有暑假，卻有好多收穫，謝謝學校、醫院還有營養師學姊們提供了我們這樣的學習機會，謝謝所有的實習夥伴，要不是這麼幸運能夠遇到大家，這兩個月怎麼能夠在這麼歡樂的環境下學到這麼多東西呢?