

出國報告（出國類別：其他）

高雄榮民總醫院 106 年度  
柬埔寨茶膠省菸害防治  
返國報告

服務機關：高雄榮民總醫院

姓名職稱：薛光傑醫師、陳弘哲醫師、沈昀儒醫師

派赴國家：柬埔寨

出國期間：106 年 10 月 24 日至 106 年 11 月 30 日

報告日期：106 年 12 月 13 日

## 摘要

高雄榮民總醫院肩負「醫療無疆界，送愛到異邦」之社會任務，長期致力於國際醫療援助工作。此次因本院在柬埔寨長期有兒童醫學部醫師進駐，並成立 NGO 組織 Asanga，因此透過此關係，促成這次戒菸宣導團之成行。

研究顯示，柬埔寨當地男性吸菸盛行率 67%-83%，而女性吸菸率則為 10%，年齡越大吸菸率亦隨之上升。無論進口菸或本土菸，菸價皆相當便宜（鄧昭芳、黃嵩立, 2003）。柬埔寨 1,400 萬人口中，約 200 萬是菸民，每年至少花費 1 億美元購買香菸，並造成 1 萬人死亡。用來治療吸菸帶來的疾病醫療費，更為菸民買菸花費的數倍(台商網，2015)。

一本人道援助的初衷，為深化柬埔寨地區醫療合作服務，並減少菸害對於柬埔寨民眾身家性命之損害，高雄榮總期透過執行「菸害防治」、「無菸家庭」等醫衛計畫，期有效減少香菸對柬埔寨民眾之傷害，進而降低罹患慢性肺阻塞疾病與死亡率，以及減少柬國相關菸害疾病支出與提升整體國民健康。

## 關鍵字

國際醫療、柬埔寨、菸害防治、無菸家庭、戒菸

## 目次

一、 目的	P.4
二、 過程	P.5
三、 心得	P.35
四、 建議事項	P.36
五、 附錄	P.37

## 一、目的

### 壹、菸害防治醫事人力常駐計畫

#### 1. 預期達成目標

- (1)協助柬埔寨衛生機關戒菸治療服務。
- (2)提供醫護人員學習菸害防治教育推廣。

#### 2. 完成工作項目

- (1)以月為服務梯次，每梯次以1名菸害防治醫事人員常駐當地衛生所、醫院，協助戒菸治療。
- (2)舉辦戒菸衛教教學活動，指導柬埔寨醫護人員學習衛教技能與相關戒菸成果評值。

### 貳、家庭菸害教育計畫

#### 1. 預期達成目標

- (1)提高柬埔寨家庭菸害防治認知
- (2)鼓勵抽菸的家庭成員減菸，進而戒菸。
- (3)推動無菸家庭。

#### 2. 完成工作項目

- (1)在柬埔寨3個村莊舉辦無菸家庭與二手菸、三手菸防治講座。
- (2)透過村莊家庭訪問，於不同年齡層兒童家庭成員吸菸的調查並傳達吸菸壞處。
- (3)協助柬埔寨3個村莊建立無菸村莊，含環境建立、協助村莊管理者制定相關無菸獎勵辦法。
- (4)製作無菸環境文宣品協助村民將菸害防治觀念落實於家庭生活中，宣示家庭成員及來訪賓客不在家中吸菸，減少家庭二手菸的暴露。

## 二、 過程

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年10月25日

填表人：陳弘哲

工作地點：Asanga 辦公室 醫院內 其他\_\_\_\_\_

類別	工作內容概要
服務統計	<p>▶▶拜會</p> <p>▶▶地點：Asanga 辦公室</p> <p>柬埔寨人口超過 1550 萬人，其中 90%左右為高棉族，而少數民族則包括 1%的華人，柬埔寨的人均壽命目前是 71.41 歲。據政府向柬埔寨國會提呈報告指出，柬埔寨 1,400 萬人口中，約 200 萬是菸民，每年至少花費 1 億美元購買香菸，另造成 1 萬人死亡。高雄榮總 2016 年正式啟動“柬埔寨兒童健康計劃”，與柬埔寨茶膠省醫療局簽訂醫療友好合作協議，建構一個社會與人道關懷互助的使命，並配合國際醫療援助計劃，達成國際衛生組織的目標。因此這次的柬埔寨義診，帶入菸害防制與預防醫學的概念，不論是政策或是醫療、對於民眾或是團隊，都是一個全新的境界。也因此這次翻譯的志工訓練，皆納入菸害防制的概念為重點項目。非常感謝支持協助的機關單位：行政院、衛生福利部、Green umbrella、Asanga NGO 組織(林彥婷醫師為主要負責人)</p>
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 與 Asanga 辦公室員工會面。</li> <li>2. 討論社區菸害防治活動事宜，明日開始進行家訪。</li> <li>3. 整理贈送民眾衛教禮品。</li> </ol> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>



高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年10月26日

填表人：陳弘哲

工作地點：常駐諮詢站 其他\_Asanga 辦公室，茶膠省 5&11 村居家訪視

類別	工作內容概要
服務統計	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶▶參訪</li> <li>▶▶地點：Asanga 辦公室，茶膠省 5&amp;11 村居家訪視</li> <li>▶▶診療服務：無菸加藤戒菸諮詢</li> <li>▶▶服務量：2 人次</li> </ul>
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asanga 辦公室準備家訪禮物</li> <li>2. 下午進行居家訪問。</li> </ol> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div data-bbox="368 1464 927 1872" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="948 1464 1497 1872" data-label="Image"> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <div data-bbox="368 1872 927 1924" data-label="Caption"> <p>準備家訪小禮物</p> </div> <div data-bbox="948 1872 1497 1924" data-label="Caption"> <p>11 村家庭訪視</p> </div> </div>



贈送戒菸民眾禮品



5 村民眾訪視

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017 年 10 月 27 日

填表人：陳弘哲

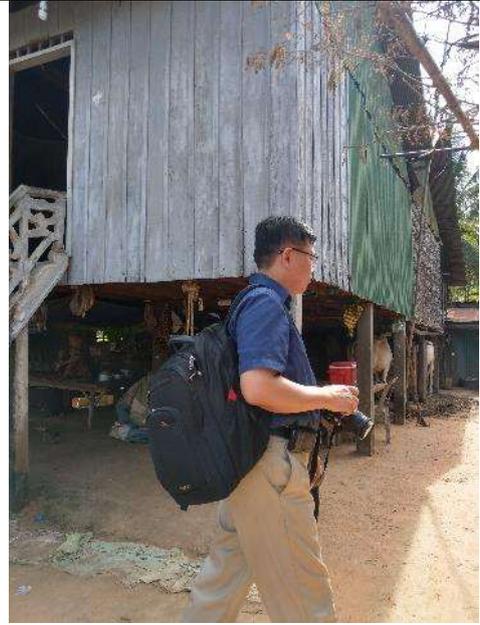
工作地點：常駐諮詢站 醫院內 其他\_\_\_\_\_

類別	工作內容概要
服務統計	<p>▶▶<u>診療服務</u>：家庭訪查            平均每天有 30 個柬埔寨人死於菸害，雖然政府在 2015 早已通過菸害防制法，但其中主要的規定仍然沒有落實。</p> <p>▶▶<u>診療服務</u>：無菸加藤戒菸諮詢</p> <p>▶▶<u>服務量</u>： <u>3</u> 人次</p>

工作事項  
記要(如  
特殊病例  
及其他事  
項等)



當地藥局購買戒菸藥物



下午進行家庭訪問



農家養的牛



家庭衛教

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年10月30日

填表人：陳弘哲

工作地點：常駐諮詢站 醫院內 其他\_\_\_\_\_

類別	工作內容概要
服務統計	<p>▶▶<u>診療服務</u>：含戒菸宣導</p> <p>1. 巴堤醫院戒菸宣導</p> <p>2. 了解醫院吸菸病人狀況</p> <p>▶▶<u>診療服務</u>：無菸家庭戒菸諮詢</p> <p>▶▶<u>服務量</u>： <u>5</u> 人次</p>
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)	<p>1. 新增一個村子(3村)收案。</p> <p>2. 與醫院進行演講交流</p> <p>3. 宣導醫院菸害防治宣導。</p> <div style="display: flex; flex-wrap: wrap;"> <div style="width: 50%; text-align: center;">  <p>11 村戒菸志工合照</p> </div> <div style="width: 50%; text-align: center;">  <p>11 村戒菸宣導</p> </div> <div style="width: 50%; text-align: center;">  <p>無菸家庭繪畫</p> </div> <div style="width: 50%; text-align: center;">  <p>Asanga 團隊合照</p> </div> </div>



巴堤醫院菸害防制宣導



巴堤醫院合照



第三村無菸家庭宣導



第三村菸害志工合影

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年10月31日

填表人：陳弘哲

工作地點：無菸村落 衛生所內 其他\_\_\_\_\_

類別	工作內容概要
服務統計	<p>▶▶<u>診療服務</u>：無菸家庭戒菸諮詢</p> <p>▶▶<u>服務量</u>： <u>3</u> 人次</p> <p>衛生所進行交流與合作計畫</p>
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)	<p>詢問之下發現吸菸者不在少數，且對於菸品對身體的危害更是一知半解，甚至完全沒有概念；便宜的菸價也是讓當地吸菸率居高不下的原因(菸品一包大約是 900 柬幣就可以買到，大約等於台幣 8 元)。雖透過翻譯予以解釋，但依他們的理解能力與經濟狀況，能否真的經過宣導可以達到戒菸或減菸的效果，我們是完全沒有把握。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>衛生所交流</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>與衛生所所長與員工合照</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  <p>無菸家庭繪畫</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>無菸個案孩童繪畫</p> </div> </div>

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月1日

填表人：陳弘哲

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ 診療服務：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ 服務量：3 人次	
工作事項 記要(如 特殊病例 及其他事 項等)		
	新加入沈昀儒醫師進行 5 村衛教	新加入沈昀儒醫師進行 5 村衛教
		
	小禮物發放	3 村推廣無菸家庭

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月7日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ 診療服務：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ 服務量：3 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	頒發 POLO 衫感謝 5 村志工熱心協助	藉由著色推廣無菸家庭概念
		
	小禮物發放	新個案與舊個案合照，互相勉勵

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月8日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ <u>診療服務</u> ：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ <u>服務量</u> ： <u>4</u> 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	第 11 村衛教，個案煙癮相對較重，戒菸意願似乎不高，但仍配合勸戒	第 3 村鄰居一起戒菸，志工積極協助
		
	維護孩童健康是戒菸目的之一	第 5 村個案測 CO 值，兩次都只有 3 ppm，原來是手捲菸

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月10日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ 診療服務：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ 服務量：3 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	第3村志工家，小學十點即放學	介紹吸菸對身體之影響
		
	第3村個案二，開玩笑說要來台灣戒菸	與第5村個案合影

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月13日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	<p>▶▶ <u>診療服務</u>：無菸家庭戒菸諮詢</p> <p>▶▶ <u>服務量</u>： <u>3</u> 人次</p> <p>第十一村志工因家中忙碌無法參與，第五村志工母喪無法幫忙尋找新個案</p>	
工作事項 記要(如 特殊病例 及其他事 項等)		
	與第 5 村個案合影	第 3 村個案家訪，因普遍在家飼養牲畜，習慣蒼蠅四處飛舞
		
	第 3 村個案，曾戒菸成功，但看到朋友抽菸又復抽	第 3 村個案允諾一定會戒菸成功，並跟朋友說有台灣的醫師教他戒菸

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月15日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ 診療服務：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ 服務量：5 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	<p>第 11 村個案。小孩很多，常有小孩帶小孩的畫面</p>	<p>第 3 村個案，戒菸意願不高，期望戒菸成功，拿到後測獎品</p>
		
	<p>第 5 村個案，除煙癮外也有酒癮，人很熱情，即使聽不懂還是一直對我說柬埔寨語</p>	<p>第 5 村單純的孩童，對手機照相功能很感興趣，一個揪一個站到鏡頭前擺 POSE</p>

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月16日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ <u>診療服務</u> ：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ <u>服務量</u> ： <u>6</u> 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	今日開始進行後測，同時也收新個案，日程較先前緊湊。今日三名個案後測，不意外的CO值皆沒達到目標	第3村新案
		
	孩童對著色都興致高昂	後測個案，睡午覺被打攪故有些不耐煩。詢問個案得知抽菸量不變，CO值也沒達標
		
	少數的女性個案，小孩很活潑友善	新個案三；個案母當場預約明天幫另一個兒子戒菸衛教

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月17日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ 診療服務：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ 服務量：6 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	茶膠省路邊早餐店，衛生環境雖不理想，但俗又有料，台幣約 40 元	第 11 村戒菸新個案，衛教過程感覺戒菸意願不高
		
	接受後測的舊個案夫妻檔，妻完全戒除，夫也減少吸菸量並通過 CO 值檢測，成功送出後測獎品	單純可愛的村內孩童，每次都塗一樣的著色紙還是興致高昂
		
	第 3 村戒菸新個案，CO 值 23	幾乎每家都在家飼養牲畜



抽葉子的新個案，CO 值 2



新個案，曾因咳血在醫師勸說下減少吸菸且身體變好，但仍無法完全戒除

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月18日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	<p>▶▶<u>診療服務</u>：無菸家庭戒菸諮詢</p> <p>▶▶<u>服務量</u>： <u>5</u> 人次</p> <p>本周二翻譯請病假，故於周六補班至茶膠收案。</p>	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	今日新個案。去拜訪村民時常被單純好奇的小孩包圍	出現第三位通過後測者，自述已完全戒菸並測出 CO=3，期勉繼續保持
		
	今日第二名新個案，四歲就開始抽菸，菸齡已達六十年	今日第三名新個案，對戒菸似乎意興闌珊
		
	未通過後測的阿姨，但自述吸菸量有減少，故期勉繼續努力	騎腳踏車來進行後測的舊個案，可惜也未通過



與新個案、其妻及志工合影，期望能為自己及家人健康戒菸



志工家出生不久的小狗，狗媽媽警戒性高

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月20日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ 診療服務：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ 服務量：8 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	<p>打掃及煮飯的阿姨。因第五村志工請喪假，故由阿姨擔任新志工。</p>	<p>第三村舊個案戒菸成功，今日旗開得勝！勉勵繼續努力。</p>
		
	<p>第五村新個案，剛結束又來兩位新案。</p>	<p>第五村第二位新個案。</p>
		
	<p>第五村第三位新個案。</p>	<p>小朋友們對CO值測量都很好奇。</p>
		
<p>第五村新個案合影，期望能互相勉勵。</p>	<p>第五村志工家，雞飛狗跳。</p>	



第五村舊個案，上次沒通過 CO 值檢測，這次成功戒菸。



第五村舊個案，雖自述菸量有減少，CO 值卻比上次高，只好再接再厲。



第五村新個案，衛教時偶分神。旁邊有位穿大紅旗袍的柬普寨小妹。



與第五村志工、三名舊個案與一名新個案合影留念，鼓勵戒菸。

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月21日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ 診療服務：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ 服務量：5 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	<p>舊個案接受第二次後測順利通過!</p>	<p>今日第一位新個案。</p>
		
	<p>和新個案正在喝酒聊天的三位朋友都沒抽菸，或許能在他們見證下給新個案一點戒菸的督促。</p>	<p>接受後測的阿伯已大量減少抽菸並通過 CO 值檢測，故頒發獎品。</p>
		
	<p>志工家坐吊床的可愛小妹。</p>	<p>後測個案，雖然是捲葉子來抽故 CO 值不高，但自訴有減少吸菸量，故頒發獎品。</p>

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月22日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ 診療服務：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ 服務量：10 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	今日第一位後測個案，順利通過!	第二位後測個案，雖 CO 值沒通過，仍自述有減少菸量，故再予以鼓勵。
		
	第三位後測個案，菸量未減少。	第四位後測個案戒菸成功!成功個案數比預期來的高。
		
	有喜感的小哥，CO 值較前次下降不少故予以獎勵，同時鼓勵完全戒除。	與新個案合照。後面兩位戒菸成功，流露出自信笑容。



學長學弟溫馨合影。



舊個案表示已沒抽菸，並通過 CO 值檢測，但似乎有酗酒。



沒通過後測的舊個案。



村內愛畫畫的小女娃們。



通過後測的舊個案，但抽的是較便宜的紙包菸草。



紙包菸草近照。



菸草。實測剛吸完菸的村民 CO 值 10ppm。



有孕在身仍戒菸失敗。擔任女工為主的工廠保全，夫近期生病獨自照顧兩位小孩的堅強女性。再次以為小孩及胎兒的健康著想衛教戒菸。

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017 年 11 月 23 日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ 診療服務：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ 服務量：5 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	後測個案，沒通過 CO 值檢測。	後測個案，沒通過 CO 值檢測。
		
	後測個案，沒通過 CO 值檢測。	第一次後測沒過的舊個案，第二次終於過了!不過仍有抽菸，故鼓勵繼續努力。
		
	戒菸成功舊個案，累計成功個案已超乎預期。	擺 POSE 要求幫拍照的志工家小女孩。

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月26日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ 診療服務：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ 服務量：21 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	為配合村民休假日進行後測，將週五工作日調整至周日。第一位沒戒菸成功。	第三次接受後測個案，終於成功減菸得到 T-shirt!
		
	自述有心臟病的村民，順利戒菸成功。再提醒戒菸會傷害心臟，加強戒菸動機。	今日第四位後測個案，通過後測。
		
	今日第五位後測村民，戒菸成功。	今日第六位後測村民，成功戒菸。



抽手捲菸的阿伯，雖有年紀仍戒菸成功，值得戒菸失敗的青壯年村民效法。



與兩位後測村民合影，期許中間戒菸失敗個案能向成功的長者學習。



第五村志工家的戒菸小天使。



戒菸成功的第五村村民，對 CO 值也很好奇。



今日第 8 位成功拿到後測獎品的個案。



戒菸失敗個案。雖然無法排除礙於面子少報，即使 CO 值沒下降，多數村民仍表示有減少吸菸量。



睡相不佳的狗擋到路，被小孩踹的瞬間。



爬樓梯的雞。



戒菸失敗的年輕人。



戒菸失敗的個案。



CO 值與菸量皆有下降的個案，頒發獎品。



戒菸成功個案，今日大豐收。



戒菸失敗個案，送牙膏鼓勵繼續嘗試。



戒菸成功個案。



戒菸失敗個案；以自身及家人健康為念建議戒菸。



菸量及 CO 值皆下降的個案，順利拿到獎品。



可愛的志工家小妹登場！今日是雙馬尾造型。



曾是拳擊手的志工弟弟第二次後測順利通過並拿到獎品。

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月27日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ 診療服務：無菸家庭戒菸諮詢 ▶▶ 服務量：1 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)		
	往鄉下途中的車窗外風景。	鄉下倒數第二天，小孩們依舊捧場。
		
	沒通過後測的村民，可惜無法贈予手中最後一件白 T-shirt(後測獎品)。	天真的孩童是最令人難忘的，期望他們能擺脫二手菸、健康成長。

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日誌表 Daily Working Report

工作日期：2017年11月28日

填表人：沈昀儒

工作地點： 茶膠省無菸家庭  醫院內

類別	工作內容概要	
服務統計	▶▶ <u>診療服務</u> ：無菸家庭戒菸諮詢、Asanga 志工大會戒菸宣導 ▶▶ <u>服務量</u> ：30 人次	
工作事項記要(如特殊病例及其他事項等)	 <p>Asanga 志工會議，講話的白衣男是曾至台灣參訪的柬埔寨醫師。</p>	 <p>感謝 Asanga 提供時段讓戒菸團隊向各村志工宣導戒菸，同時簡單報告這月的工作內容與成果。</p>
 <p>向志工介紹能客觀測量 CO 值的儀器。</p>	 <p>詢問下一位男志工有抽菸，目前因身體不好暫時沒抽。志工還主動詢問要如何戒菸；若能有醫療介入輔助，相信許多人更能更順利擺脫菸癮。</p>	
 <p>與村莊志工、Asanga 員工及柬國醫師合影留念。後會有期。</p>		

高雄榮總柬埔寨菸害防制計畫 工作日志表 Daily Working Report

工作日期：2017 年 11 月 29 日

填表人：沈昀儒

工作地點：金邊 醫院內

類別	工作內容概要
服務統計	▶▶資料彙整，整理報告、文件及物資
工作事項 記要(如 特殊病例 及其他事 項等)	<p>1. 掃描戒菸個案紀錄</p> <p>2. 鍵入個案數據</p> <p>3. 安排翻譯做後續三個月及六個月戒菸情形追蹤</p> <p>4. 整理返國文件及物資，預備明日(11/30)返國</p> <p>最後一天工作日在翻譯慈玉協助下，完成個案紀錄表之資料鍵入及掃描，以利慈玉後續追蹤以及數據分析。雖數據收集因個案失聯、個案沒手機及拒絕後測等因素難以齊全，我們仍思索出幾項因應對策，如透過個案鄰居、志工甚至 Asanga 員工等方式協助追蹤減菸情形。戒菸文宣及海報等整理成一箱待將來有機會再來戒菸衛教時運用，剩餘有時效性的物資如牙膏、肥皂、洗髮精、沐浴乳及適合給小孩的文具則贈予 Asanga 員工造福村民。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>

### 三、心得

本次戒菸宣導團有賴院方及兒醫部林彥婷醫師及其所屬NGO Asanga 的支持順利成行，行前團隊先於台灣開會初步規劃工作流程，十月底再由已有國際醫療經驗的家醫部主治醫師薛光傑醫師及陳弘哲醫師打頭陣，深入柬埔寨茶膠省巴堤醫院、當地衛生所及村民家（當地共十一村，此次收案村民於第三村、第五村及第十一村）推廣戒菸，並觀察村民反應邊修正工作流程，後續則由家醫部住院醫師沈昀儒繼續至村民家收案、安排追蹤後續戒菸情形。沒來到柬埔寨前，對柬埔寨的印象僅有熱門觀光景點吳哥窟、人民普遍貧窮及衛生條件不佳；行前查了資料才了解柬國因長期有內憂外患，故經濟發展不若鄰國泰國及越南，至近幾年才在其他大國的政治經濟援助下漸趨穩定，也為中國、日本、韓國、台灣等欲積極拓展外交、建立關係及投資的國家，尤其是中國，從城市到鄉村處處可見簡體字；但台灣也不落人後，本月有接觸的柬埔寨人及在柬埔寨工作、旅遊的外國人，不少因工作、旅遊、宗教、NGO Asanga 及榮總醫療團的緣故，對台灣有很好的印象，顯見我國外交軟實力之成效。

戒菸宣導團工作流程如附錄（一），主要是深入村民家，進行戒菸衛教及推廣無菸家園。經過一個多月的努力，總計衛教場次 1 場，訓練 25 名醫事人員，抽菸村民收案 53 人，後測 43 人，減菸成功並拿到後測獎品者 29 人，成功率約 54.7%，後續將由翻譯人員藉電訪方式追蹤第三個月及第六個月之抽菸情形，並將數據傳回台灣進一步統計分析。

台灣在衛福部國健署大力推廣戒菸下成效卓越，然在考量政治、當地法規、村民教育程度、文化差異及戒菸計畫時間等因素，本次無法將高榮戒菸模式完全複製，戒菸口香糖等輔助藥物也因當地藥費太高而無法常規使用，故在有限資源下為村民量身打造戒菸宣導方式，搭配精美圖文單張衛教、關心村民及家人身體狀況、送成人及小孩小禮品的的方式鼓勵戒菸。實際訪視村民過程中，發現為數不少的村民近一年曾嚐試戒菸，復抽的原因往往是看到別人在抽，或無聊又拿起菸來而導致失敗；另外有些村民抽比一般菸更便宜的手捲菸（隨便摘樹葉包菸草或用紙捲菸草），即使不抽似乎也不會造成不適，跟一般的香菸不同，CO 值測出來也低的多，或許是這些因素，加上戒菸宣導團的關心、衛教及小禮品的獎勵，大力加強村民戒菸動機，才在短期內獲得

如此高的減菸成功率，但是否能長期維持仍有待追蹤。

#### 四、建議事項(包括改進作法)：針對出國目標及學習提出對單位或院方品質提升之建議或改善作法。

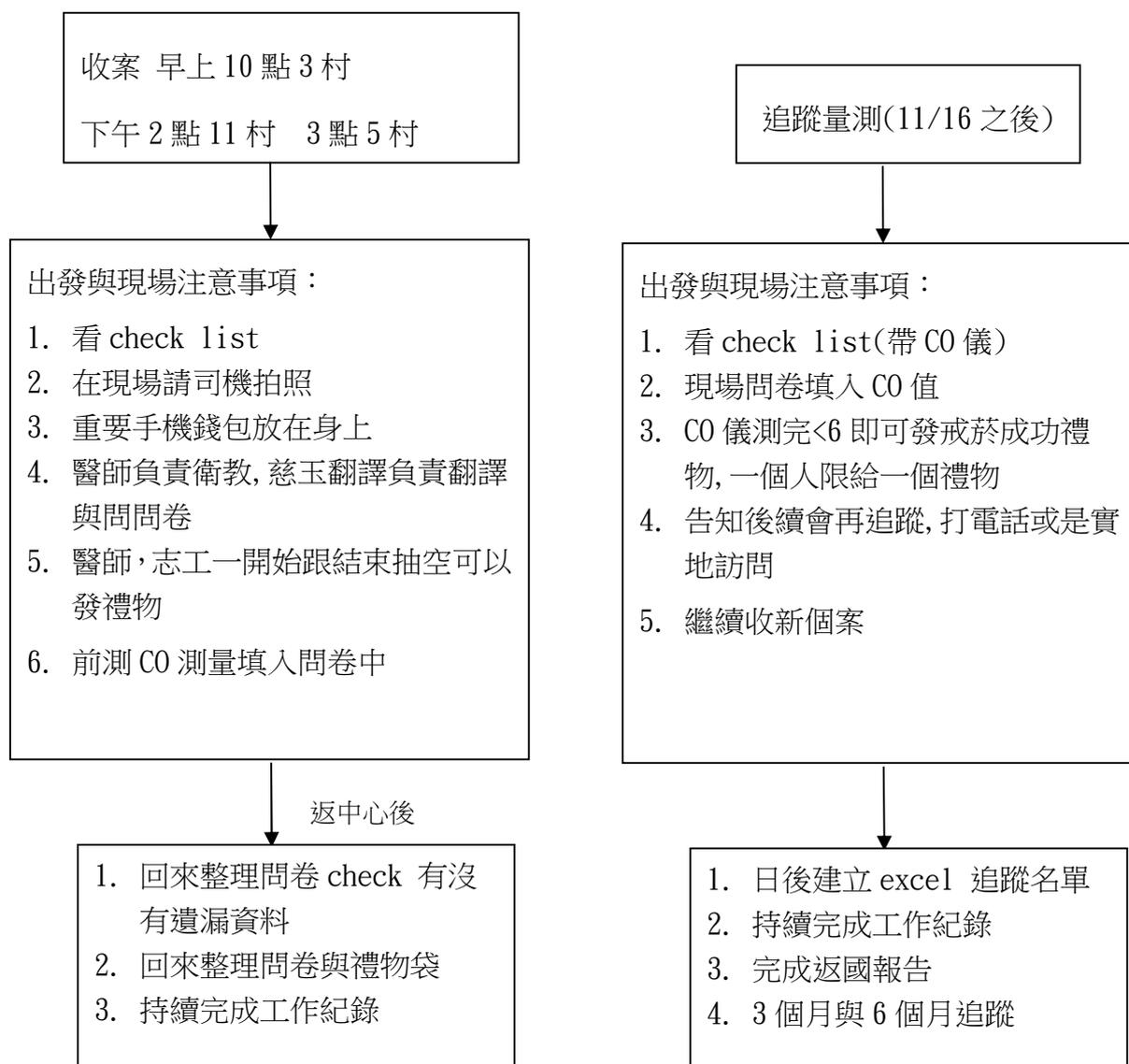
1. 建議事項一：由此次戒菸宣導團的經驗，發現因兒醫部林彥婷醫師及其 NGO Asanga 的深耕及先前高雄榮總醫療團的援助，不少村民對台灣及高雄榮總有很深刻正面的印象，加上小孩多、民風純樸好客等因素，讓戒菸活動推廣順利，短期減菸成效良好，若能將計畫延續，甚至拓展至其他村落，相信對戒菸宣導及無菸家庭的推廣能獲得更大的成效。此外柬國政治近期相對較為穩定，吸引許多國家投資及透過外交積極建立關係，若台灣能同時藉由醫療軟實力深化與柬國的關係，可謂一舉兩得，也不會讓此次成功經驗淪為曇花一現。
2. 建議事項二：此次是家醫部戒菸醫療團第一次至柬埔寨推廣戒菸，雖僅短短不到一個半月，仍獲得超乎預期之良好減菸成效，基於這次試水溫之成功經驗，若將來於柬埔寨有類似戒菸計畫，建議能延長至二到三個月，如同在台灣及越南的活動，至更多醫院、衛生所宣導及與企業、工廠合作收案，達到更良好之成效，並進一步深化與柬埔寨之關係。
3. 建議事項三：已有強力證據顯示戒菸單靠意志力，成功率遠不及搭配藥物併衛教的介入，此次為避免違反當地法律及考量到文化、知識上的落差，故沒有從台灣攜帶戒菸藥物至柬埔寨；而當地戒菸藥物昂貴，因經費不足而無法在當地購買及施用，若有足夠經費支持藥物之使用，以及排除違反當地法規之疑慮，再透過適當個案之篩選，例如具備足夠動機卻仍難以戒除菸癮的個案，預期戒菸成功率將更明顯提升。

# 附錄

## 【附錄一】

106 年 10 月版

### 高雄榮民總醫院柬埔寨作業流程圖-目標 50 個



【附錄二】

戒菸服務計畫個案紀錄表 ពាក្យគម្រោងបញ្ឈប់ការ

料 ឯកសារ មូលដ្ឋាន	姓名 ឈ្មោះ	出生日期 ថ្ងៃខែឆ្នាំកំណើត	ថ្ងៃខែឆ្នាំ	ភេទ ថ្ងៃ ( )	
	身分證字號 អត្តសញ្ញាណប័ណ្ណ		性別 ភេទ	<input type="checkbox"/> ប្រុស <input type="checkbox"/> ស្រី យប់ ( )	
	地址 អាស្រ័យដ្ឋាន		手機 លេខទូរស័ព្ទ		
初診資料 ព័ត៌មានលើកដំបូង	已吸菸__年，前戒菸超過1天有__ប៉ុន្មានដំបូងកន្លះ ធ្លាប់ជក់បារីលើសពី១ថ្ងៃទេ?		病 史 លើ ក	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有，急性腫瘤/腦血管疾病/肝病/腎病/心臟病/糖尿 病/肺病/高血壓/其他 <input type="checkbox"/> 糖尿病 <input type="checkbox"/> 哮喘 មហារីកកាចសាហាវ /សរសៃឈាមខ្លួនក្បាល/ជំងឺឆ្អឹង ជំងឺក្រលៀន/ជំងឺបេះដូង ទឹកនោមជ្រួម/ជំងឺស្រួត/លើសឈាម/ផ្សេងៗ	
	#近1年內有戒菸超過1天嗎? 有 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>				
	ជិតមួយឆ្នាំមកនេះធ្លាប់ជក់លើសពីមួយថ្ងៃទេ?				
	1. 起床後多久抽第一支菸? <input type="checkbox"/> 5分鐘以內 (3分) <input type="checkbox"/> 5-30分鐘(2分)				
	ប្រាកដតែងមករយៈពេលប៉ុន្មានទើបជក់បារីដើមទីមួយ <input type="checkbox"/> រយៈពេល៥នាទី(៣នាទី) <input type="checkbox"/> ៥, ៣០នាទី(២នាទី)				
	2. 在菸區不能吸菸會讓你難以忍受嗎? <input type="checkbox"/> 是(1分) <input type="checkbox"/> 否(0分)				
	នៅកន្លែងហាមជក់បារីម្នាក់មិនបានជក់បារីធ្វើអោយមានអារម្មណ៍ថាលំបាកទេ? <input type="checkbox"/> បាទ(១វិនាទី) <input type="checkbox"/> ទេ(០វិនាទី)				
	3. 那根菸是你最難放棄的? <input type="checkbox"/> 早上第一支菸(1分) <input type="checkbox"/> 其他(0分)				
បារីមួយដើមនោះធ្វើអោយម្នាក់ពិបាកបោះចោលមែនទី? <input type="checkbox"/> ពេលព្រឹកបារីដើមទី(១វិនាទី) <input type="checkbox"/> ផ្សេងៗ(០វិនាទី)					
4. 您一天最多抽幾支菸? <input type="checkbox"/> 31支以上 (3分) <input type="checkbox"/> 21-30支(2分)					
ត្រង់១ថ្ងៃតើម្នាក់ជក់បារីប៉ុន្មានដើម? <input type="checkbox"/> ៣១ដើមឡើងទៅ(៣វិនាទី) <input type="checkbox"/> ២១, ៣០ដើម(២វិនាទី)					
<input type="checkbox"/> 11-20支 (1分) <input type="checkbox"/> 10支以下 (0分) <input type="checkbox"/> ១១, ២០ដើម(១វិនាទី) <input type="checkbox"/> ១០ដើមឡើងទៅ(០វិនាទី)					
5. 起床後的幾小時是你一天中抽最多菸的時候嗎? <input type="checkbox"/> 是(1分) <input type="checkbox"/> 否(0分)					
ប្រាកដប្រាកដតែងប៉ុន្មានម៉ោង ពេលណាខ្លះម្នាក់ជក់បារីច្រើនជាងគេ? <input type="checkbox"/> បាទ(១វិនាទី) <input type="checkbox"/> ទេ(០វិនាទី)					
6. 當您嚴重生病，幾乎整天臥病在床時還抽菸嗎? <input type="checkbox"/> 是(1分) <input type="checkbox"/> 否(0分)					
ពេលម្នាក់មានជំងឺធ្ងន់ធ្ងរ ឆ្អែតទៅដើម្បីមិនឲ្យហើយតើម្នាក់នៅជក់បារីទៀតទេ? <input type="checkbox"/> បាទ(១វិនាទី) <input type="checkbox"/> ទេ(០វិនាទី)					
身高__公分 體重__公斤 កម្ពស់__សង់ទីម៉ែត ទម្ងន់__គីឡូ					
CO	就診序次	日期 ថ្ងៃខែ	體重 ទម្ងន់	(支\天) 吸菸狀況 ពេលណាជក់បារី(ដើម ថ្ងៃ)	
	1.				
	2.				
	3.				
	4.				
	5.				

【附錄三】

醫療設備及文宣品採購：

1.CO 測量儀及吹管



2. 衛教貼紙



### 3. 無菸家庭畫紙及蠟筆



### 4. 戒菸文宣





5. 戒菸宣導見面禮



## 6. 戒菸推廣後測獎品

