

灑下台灣口腔愛的種子～ 建構流亡印度藏人口腔健康促進計畫

文► 黃耀慧 孫曼漪 鄭家泉 邱耀章 本會口衛委員

圖片提供► 黃淳豐



1. 土地貧瘠的藏人屯墾區，雨季時期一片綠意盎然。

徒步翻越喜馬拉雅山尋求自由的辛酸歷史

1959年約13,000名西藏人追隨著達賴喇嘛流亡到印度，其後一兩年間，約六萬多名西藏人不願留在中共統治下的祖國故鄉，陸陸續續以徒步方式翻越喜馬拉雅山，分別到達印度、尼泊爾、錫金、不丹等西藏之鄰近國家尋求政治庇護，成為一群流亡各地的政治難民。

1960年達賴喇嘛接受當時印度

政府提供的北印度的達蘭莎拉設立「西藏流亡政府」。為了妥善安置這群流亡藏人，達賴喇嘛向印度總理尼赫魯提出了幫助藏人在印度建立定居屯墾區的要求，以保護西藏的宗教文化傳統，維持藏人的認同與政治社會凝聚力，防止藏人流散印度各地。尼赫魯總理於是致函印度各州政府，希望能提供無人居住的未開發地區給流亡藏人居住，獲得不少正面回應。從1960年開始，

在印度、尼泊爾及不丹共建有46個流亡藏人屯墾區，其中印度就包括有29個屯墾區，至2004年流亡在外的西藏難民總人數已達13萬人之多。

五十多年來，這批流亡藏人必須克服一般難民最難捱過的身體健康和族群凝聚的生存考驗及適應當地的社會經濟制度之衝擊。西藏流亡社會的建立可以分成三個階段：第一個階段（1959~1969年）：由於

剛從西藏流亡到印度不久，被安排住在北印度喜馬拉雅山區的臨時難民營中，從事山路修築和苦力的工作，主要收入來源是每天辛苦勞動的微薄工資和配給的少量食物。最大的挑戰是氣候適應和水土不服的問題，為數不少的藏人，因為生病和營養不良抵抗力弱而死亡。

第二個階段（1970~1980年）：印度政府陸續提供未開發的偏僻地區做為流亡藏人的屯墾區，這使得原本流離失所的藏人取得了永久定居地，他們在屯墾區中分配到房子和耕地，建立了地方行政單位、學校、寺廟、合作社和醫院等組織，從事農業的耕種和織西藏地毯等手工業的經濟活動，收入比以前提昇而且穩定，人口開始成長。

第三個階段（1981 迄今）：由於西藏屯墾區已經在地主國當地社會經濟的適應上建立了穩定的基礎，西藏人開始尋求進一步發展的機會。除了在農業屯墾區從事農牧

業的生產外，在手工業屯墾區建立了自己的地毯工廠，把傳統的西藏地毯加以改良，以符合西方世界市場的品味與需求，成為新興的熱門行業，為流亡藏人帶來新的工作機會與收入，甚至產生小資本家階級，部分流亡藏人的平均生活水準甚至比附近的印度鄉村人民更高，這也表示流亡藏人已成功地適應了在地主國的社會經濟制度。

快速成長的社會經濟衍生環境及健康之隱憂

從流亡藏人社會發展的歷程可以發現，整個流亡社會寄人籬下的宿命角色，不但無法創造工作機會，加上快速成長的人口及社會經濟環境的衝擊，許多年輕及身體力壯的藏人，為了尋求更好的經濟前景，不得不離鄉背井，放棄家鄉的小孩、老人及耕耘的土地，而居住在衛生條件差而且較為擁擠的城鎮小角落。更由於流亡政府長期依賴



2. 道路泥濘、房舍簡陋，普遍缺乏公共建設的藏人屯墾區。



3. 學童於泥土地的餐廳席地而坐吃午餐。



4. 學童營養午餐內容雖簡單，然而卻都露出喜悅的笑容。

國際經濟援助，財源無法穩定，許多基礎建設及醫療政策均無法抵擋現代文明疾病的衝擊。

在衛生的基礎建設方面，由於硬體設施嚴重缺乏或現有設備簡陋，導致飲水、餐飲條件乏善可陳，傳染病因而容易滋生。根據調查：印度藏人屯墾區肺結核發生率

約為10%，其中喇嘛僧侶的發生率更高達17%，遠高過於WHO於1997年在全印度所作的調查數據--1.9%。另一方面，醫療專業人員在職教育嚴重不足及數量極度缺乏，常因繁重的業務負擔造成醫療品質無法提昇，更無暇顧及預防保健之相關議題。

根據台灣西藏交流基金會於2003年委由本會所做之口腔健康調查發現，寺廟的學齡小喇嘛齲齒盛行率約為60-90%，平均每人約有3顆齲齒。屯墾區學童有牙結石必須洗牙的比例超過50%，且有多數學童有牙齦炎或牙周病的早期徵兆。



5. 民眾參加口檢大排長龍，可見來自台灣牙醫師的驚人魅力。



6. 專業又敬業的工作態度，頗為參加口檢民眾津津樂道。

開啟印度藏人口腔健康促進合作計畫破冰之旅

牙醫師公會全國聯合會與台灣西藏交流基金會經過一年多的研商與討論，共同擬定了一項專為流亡印度之西藏人量身設計的口腔健康促進計畫，期能在有限經費條件下，協助他們建構一套完整的牙科訓練與健全的臨床技術整合系統。

2005年8月20日在全聯會口衛主委邱耀章醫師的率領之下，三位口衛委員（包括孫曼漪醫師、黃淳豐醫師及黃耀慧醫師）及來自花蓮的虔誠佛教信眾鄭家泉醫師，加上數名台灣西藏交流基金會之會務、研究及翻譯人員一行10人，開始一趟印南藏人屯墾區口腔健康促進之破冰之旅。

本次行程包括學童及社區民眾之口腔健康篩檢活動、學校口腔衛教、牙科技術人員專業訓練以及民眾牙科就醫需求之問卷調查等四大項田野工作。在五天的工作期間，共完成約500人的口腔健康篩檢，在資料蒐集方面，尤其是喇嘛學校的學童口腔健康資料相當完整，目前正在進行建檔及分析。由於關於6-18歲喇嘛學童的齲齒狀況資料相當少見，相信這些資料將會是相當珍貴的口腔流行病學資訊。

另外，我們利用清晨學校朝會或是寺廟晚課時間，進行約一小時的學校口腔衛教示範觀摩。特別是經過妙語如珠及經驗老到的邱耀章醫師與黃淳豐醫師，透過簡單明瞭的語句，搭配活潑生動的衛教海

報，及西藏小喇嘛從未見過的牙菌斑顯示劑與口腔清潔贈品，幾乎是場場爆滿，從頭到尾歡笑聲、讚嘆聲更是此起彼落。外表看似木訥、嚴肅的喇嘛們，在提出疑問的時候，頗有幾分像在「辯經」的邏輯思考過程，實著顯現這樣的課程已經獲得相當的衛教成效。

由於在印南藏人屯墾社區中，除少數醫院聘有印度牙醫師外，大多數醫院是由當地牙科技術人員來執行簡易的牙科醫療服務。此行另一項主要的任務是：訓練當地牙科技術人員在臨床牙科工作之專業技

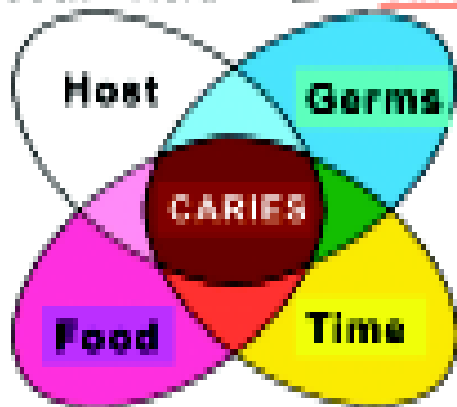


7. 邱耀章醫師在喇嘛學校以牙菌斑顯示劑輔助實施口腔衛教。

མི་ལུ་ཁྱིམ་ལ་ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ How does dental caries form?

ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་
Germ + Sugar $\xrightarrow{\text{time}}$ Acid

མི་ལུ་ཁྱིམ་ལ་ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུ་
Teeth + Acid $\xrightarrow{\text{time}}$ Caries



8. 專程設計同時具有英文及藏文的全套衛教海報之一。



9. 印南藏人屯墾區牙科技術人員基礎牙醫課程訓練。

能。參加本次受訓的牙科技術人員共有 10 人，分別來自南印度四大屯墾區公立醫院、佛寺附屬醫院、中印度 Orissa 及北印度的德里。訓練課程內容則依個人臨床經歷分別參加基礎學理課程與臨床技術提升兩部分。基礎學理課程內容包括：牙齒之重要性、牙齒結構與解剖、牙齒命名、牙齒種類、長牙換牙時間、蛀牙成因與處理、潔牙保健、牙材簡介、牙科器械認識及牙科感染控制等。臨床技術訓練包括拔牙、牙體復形(銀粉填補、樹脂填

補、玻璃離子體填補)、洗牙、根管治療之示範、教學與實習。

結語

記得看過一幅強烈對比的新聞畫面：那是一篇報導 2002 年初，在舉世聞名的紐約華爾道夫飯店舉行一年一度「世界經濟論壇」(World Economic Forum)的新聞照片，其中有穿戴太陽眼鏡及黑色皮衣的搖滾樂壇大哥大、聯合國秘書長安南、微軟公司老闆比爾蓋茲以及美國財政部長歐尼爾同席而坐，

會議討論的主題是「如何解決世界的貧窮問題」。這趟印度之行，竟翻出這幅早已深深堆積在我腦海深處的畫面。

沒有到過真正貧窮的國度，沒有實際看到急需醫療照護的地域，只有在會議室裡研商計畫、討論執行方法，恐怕是無法制訂出一項真正適合當地的口腔健康促進計畫。這也是教課書上一直提到的：從事社區公共衛生計畫的第一步，必須要瞭解社區的實際狀況，做好社區診斷。



10. 印南藏人屯墾區牙科技術人員臨床訓練。

這次印南藏人屯墾區的口腔檢查初步結果發現：

- 一、學童齲齒盛行率偏高，且治療填補率相當低。
- 二、青少年的牙結石狀盛行率極高，牙齦炎相當普遍。
- 三、成年村民及喇嘛的牙周病普遍嚴重。
- 四、老年人口缺牙現象相當常見。
- 五、一般民眾對口腔預防保健的觀念薄弱，且行為未落實。

上述觀察顯示：當地急需臨床牙科治療設備、材料及專業人員的培訓。由於當地牙科硬體設備及材料不足，及臨床牙科人力之不足，造成牙科醫療品質與服務量之限制。建議未來除了補強硬體建設之外，應朝向加強牙科技術員臨床技術及無菌觀念之提升，另一方面更應朝向提高民眾口腔衛生知識及態度，以及加強學校口腔衛教推廣等方向努力，以完成全聯會口衛委員會「國際口腔衛生援助」之使命。

財團法人台灣西藏交流基金會 函

地址：台北縣新店市民權路 95-1 號 3 樓
聯絡電話：02-26194211

受文者：社團法人中華民國牙醫師公會全國聯合會

發文日期：中華民國 94 年 10 月 11 日
發文字號：台藏基字第 0941004 號
類別：惠知件
附件：

主旨：貴會長期以來鼎力支持本會執行南印度流亡藏人健康促進計劃，特此申謝。

說明：一、92 年度協助本會執行南印度 Bylakuppe 藏人屯墾區佛牙僧堂牙科再植及治療。

二、今(94)年度更擴大與本會合作執行於南印度 Mundgod 藏人屯墾區五項牙科訓練計畫，包含：①篩檢村民及僧侶約 500 人②訓練來自南印度及中印度 10 名牙科技術員③學理知識與技術提升④學校口腔衛教推廣⑤開展鑲牙及矯治治療，成效顯著，並獲得社區藏人信賴與流亡政府衛生部的肯定。

三、蒙 貴會多次協助本會辦理協助印度流亡藏人健康促進計劃，不勝感戴。茲期盼 貴會未來仍大力支持本會醫療促進計劃，感恩。

正件：社團法人中華民國牙醫師公會全國聯合會
副件：

(會) 財團法人台灣西藏交流基金會

作者簡介

邱耀章醫師

- 高雄醫學大學口腔衛生科學研究所碩士
- 全聯會口衛委員會主任委員

黃淳豐醫師

- 台北醫學大學牙醫學士
- 全聯會口衛委員會副主任委員暨國際口腔衛生教育交流組組長

黃耀慧醫師

- 國防醫學院牙科公衛碩士
- 全聯會口衛委員會學齡兒童組長

孫曼漪醫師

- 中山醫學院牙醫學士
- 全聯會口衛委員會委員

鄭家泉醫師

- 國防醫學院牙醫學士
- 家傳牙醫診所



11. 參加本次牙科技術人員訓練課程全體大合照。