

29 JUL, 2020

Medical tourism

Sin Chew Daily, Malaysia

不在於“跌”多少 夠“快”反彈才重要

醫句話：科技是否能够帮助医疗旅游的发展？无可否认，科技的确能帮助医患之间的交流、改善远程监测等，但是医疗保健是需要个性化接触的，好比一个人不会单凭网上约会便与他人结婚，都需要去建立信任和沟通。这一点无论科技如何发展，似乎都不会有太大的改变。

“相比旅游业如何在COVID-19时代蓬勃发展，我更倾向于谈论医疗旅游业如何在COVID-19时代蓬勃发展。由于边境的关闭，许多医疗机构包括我所工作的医院，都面临着医疗游客人数骤减的状况。其实许多患者都希望回到大马继续他们的治疗护理，也有一些新患者由于对祖国的医疗体系感到失望，因此想到本地治疗。

虽然一些医院仍为患者跟进护理提供远程医疗服务，但是在疫情影响下我们仍可以发现，这当中存在许多差距（gap），譬如法规（regulatory）、技术基础设施（technical infrastructure）和合作（partnership）方面的差距。

虽然如此，无论是在前或后疫情时期，医疗旅游一些原则将保持不变。就好像我们为何要发展医疗旅游？其中一个主因是促进经济，并带来声誉（prestige）和国际认证等。同时大马和医疗推广至全世界。尤其疫情时期许多国家的边境关闭，也令我们领回无国界医疗制度（borderless healthcare system）迈进了许多。再者，便是医疗机构之间的合作、譬如医院之间、政府与私立之间、国家之间等，而我方此打上一个问号。如果要为无论是本地或国外患者提供高质量的医疗保健服务，那这便是个很重要的层面。

作为医疗服务提供者，我们的职责是什么？当我们同意接受外国患者时，便承担起护理的重担，特别是在慢性疾病中可能会涉及多学科护理。其中一个关键的领域是突发事件（contingencies）的应对，譬如当某些状况发生时，我们该怎么做，以确保患者得到良好的护理？

了解医客文化 分析患病人口

此外，我们也需要记得这些患者来自不同的国家，需要的是个具体的医疗模式（approach），因为他们有不同的文化背景、语言也有所不同。因此是非常重要的，一旦医患之间互不了解，或无法进行有效的沟通，即便有良好的设施或漂亮的医院，我们也无法提供良好的护理。

当然，我们也需要了解患者国家的患病人口统计（disease demographics），不能将他们完全当作大马患者对待。因此，我们需要保持联系，譬如关心印尼发生了什么事情，或那些地区会有哪些因素导致较高的患病率等。

我们也需要了解患者国家的医疗基础设施，譬如来自柬埔寨或印尼的患者非常不一样，因为他们的医疗水平较高，他们回国后还能继续接受后续治疗，反之柬埔寨患者因国内医疗资源缺乏，需要在我国逗留较长的时间，以完成治疗。总而言之，我们要请他们不要“视同”，即便他们不是通过医疗旅游而来的。

外国患者离开大马后，护理并没有结束，这是我想要传达的重点之一。当我们荣获各种奖项，或宣传自己为最佳医院时，也需了解和发现本身的局限性，譬如我们什么时候会发现给予患者的模式并不理想，会有很多可改进的地方。

在后疫情时代，我们应该好好地思考与准备，是什么令大马成为一个好的医疗目的地，当各国正努力赶上来的时候，我们该如何更进一步。

谢天养医生 (Benjamin Cheah Tien Eang)
风湿内科顾问

養精蓄銳 以利再戰 醫療旅遊

遠程會診成新常態

“政府早前宣布允许医疗游客入境，伴随着严格遵守操作程序（SOP）的规定，这是为了平衡境内与患者的安全。这样“严格”的开放还将持续一段时间，直到整个区域的疫情得到良好的解决。

目前我们都学习在新常态下的电子化处理。许多医院都在用现有或自创的平台进行远程会诊（teleconsultation）。不过，无论是什么国家，法规总是会比实践落后一些。譬如患者的隐私和权益是否受到保护等。在大马，我比较自豪的一点是，法律规定已经接受过首次会诊的患者，可以进行远程会诊。然而这也意味着限制了新的医疗游客。这是我们需要考虑的问题，在平衡风险之下，允许真正需要医疗服务的患者入境。

跨国寄药遇药令限制

另外，网上药房（ePharmacy）的概念也有需要探讨的问题。由于行动限制等因素，许多药商提供网上订购和寄送服务。但是来到马来西亚，就会碍于各国的药法法令让药物“登陆”无门。我们其实从两个方面都得到了反馈。传统上来到大马的医疗游客，可能难以在此获得自己所使用的药物，而更多的曾在此接受治疗的患者，回到自己的国家后难以获得药物。

除此之外，各种会议和研讨会已转为线上举办，但这种方式能否有效传达内容呢？也许1小时的会议没有问题，但若两天的研讨会，就得考虑一些问题。譬如我们没办法令人就这么坐在电脑前2天等。该如何适应和了解这样的信息传达能否达到我们想要的结果。这是远程医疗需要考量的因素。”

雅丝敏 (Yazmin Azman)
马来西亚医疗旅游理事会 (MHTC) 首席商业员 (CCO)

了解體質服中藥 擇己所宜 避免相克飲食

問：中藥的服用禁忌有哪些？

答：吃中藥要有效，除了要有正確的証症及用藥外，還要病人必須按時服藥及避開药物的禁忌，以获得最好的疗效。

吃中藥時是有一些飲食禁忌的，为了让中藥达到最好的疗效，凡是生冷、不易消化、腥臭、油腻及有刺激性的食物都要避免食用。

市面常见的一些禁忌食物有：
 (1) 白萝卜：不与补药一起服用，如人参、黄芪类，会降低疗效。
 (2) 生冷：生冷食物会刺激脾胃，影响脾胃对药物的吸收，尤其是在治疗寒症时温补中药时更要禁忌。
 (3) 辛辣：食用辛辣刺激食物会增加热象，因而抵消清热凉血药物的疗效。
 (4) 浓茶：因茶叶含有鞣酸，与中药同服会影响中药中有效成分的吸收，而减低疗效。
 (5) 油腻：油腻食物与中药物混合会阻碍脾胃对药物有效成分的吸收，从而降低疗效。
 (6) 冰：人体必须气血调和才能运作，冰冷食物会耗损消化系统的功能，尤其是对正服用温热的中药，更会导致药物无法发挥功效。
 (7) 腥臭食物，如鱼腥、海鲜、牛肉等：对敏感性体质的病人，这类食物中含有的异性蛋白，部分病人特别敏感容易产生过敏，从而加重病情。
 (8) 糯米：糯米类食物不易消化，会增加脾胃负担，对于正在服用健脾胃药的病人最好避免。
 (9) 正在服用治疗皮肤疾病的患者，也应避免食用鱼腥、荔枝、花生、海产类等食物，不过，忌口也不是完全绝对的。要因而异，依体质不同而进行适当的调整。

因现代医学及统计学的进步，对于疾病的病因也更清楚。以前的很多禁忌可能已不完全适合今日。比如不是每个人吃蛋会过敏，所以过敏体质的人不都要禁止吃蛋；也不是关节炎病人不都要吃豆类，因关节炎的病因除了痛风性关节炎外，还有退化性关节炎，类风湿性关节炎等等。所以谈禁忌时要把病体质先搞清楚。

中医强调的是平衡，相生相克，重视以阴、阳、表、里、寒、热、虚、实八纲辨证来探求疾病的性质。所以，除了上面提到的有些食物会减低药物的吸收及疗效外，一般的禁忌，可以用简单的概念来解释，比如寒凉的中药就要忌温热的食物；温热的中药就要避寒凉的食物，反之亦然。这就是中医相克的道理。

药食同源，先了解自己的体质，选择适合自己体质的食物，避免对自己有害的食物，而明知自己已经上火了，还吃一些温热的食物，这当然无异是火上加油，自找罪受了。



29 JUL, 2020

Medical tourism

Sin Chew Daily, Malaysia

Page 2 of 2

SUMMARIES

中西医林顺木

问：中药的服用禁忌有哪些？答：吃中药要有效，除了要有正确的辩证及用药外，还要病人必须按时服药及避开药物的禁忌，以获得最好的疗效。吃中药时是有一些饮食禁忌的，为了让中药达到最好的疗效，凡是生冷、不易消化、腥臭、油腻及有刺激性的食物都要避免食用。市面常见的一些禁忌食物有：(1

)白萝卜：不宜与补药一起服用，如人参、黄苗类，会降低疗效。(2)生冷：生冷食物会易刺激胃肠道，影响胃肠对药物