

婦產科醫療服務體系，往往並非以女性的需求為中心，而是充滿醫療威權的體系，女性的健康權益並未受到保護。醫院就醫流程的設計，常讓婦女感覺沒有隱私與不舒服。缺乏隱私讓人不安的就診環境，以及難以對男醫師啟口，是大多數女性共同的求醫經驗。尤其是對未婚的女性而言，看婦產科更會有「污名化」之焦慮，擔心會被認為貞潔之操守有問題，以至於即使有經期的不舒服也常常隱忍而不願看婦產科。女性在「醫院叢林」間只能赤手無助地面臨各種危機與陷阱。由於門診時間匆促，醫師解釋病情的時間很少，即便病人提出問題，醫師也不一定會回答，甚至可能引起醫師的不悅。當向醫師索取資訊遭拒絕時，會令女性感到挫敗與屈辱，如此即可能導致女性不敢再發問，擔心自己的問題過於無知，或是擔心醫師不高興而連累其所提供的醫療服務。女性害怕挑戰男性權威的現象，在醫病權力不對等的醫療叢林裡，更形嚴重。但女性渴望醫師能體貼、有同理心、耐心，又有能力，並且要有時間回答她的問題，願意聆聽她的擔憂，肯多花時間解釋目前發生的狀況。她們不希望聽到醫師告訴她「妳不必擔心那方面，讓我來操心就好」，今天的女性希望獲得資訊，使她們能參與自身健康醫療的決定，主導整個求醫過程，而不再成為任人宰割的女性器官而已。在消費者主義的時代，醫師口口聲聲說醫療不是消費行為，但他們的行徑卻很商業化。現代女性不能再被動地侷限於不利於她的醫療院所，必得明瞭自己想要的醫療照護方式，並對此採取行動，蒐集資訊，力圖對抗，改變不利的就診環境，尋求一份最適合自己、能被尊重的醫療對待。以下提出幾點如何與醫師平等對話的行動建議。

• 主動

女性必須自身有健康意識的覺醒，才能感受到自身權益的受損，否則渾然不自覺已被醫療體系所操弄了。首要工作是使婦女對自身健康權益有所覺知。在醫病互動中，女性不再任醫師擺佈，她主動提出問題，確保自己瞭解醫師的言詞，並同意所做的醫療決定。當然醫師也應修正對女性的態度，學習與她們討論健康問題，並用她們能瞭解的語言。

面對寡言面無表情的醫師時，女性可以反向操作地給他一個微笑，向他打聲招呼。將對自己健康問題的觀察詳實地記錄下來，交給他，讓他知道妳一直在參與自己的身體。整理問題時要條列式的記錄，清楚地記下重點。例如如果是月經不順，應該把半年左右的月經情形記錄下來，或是作基礎體溫測量，繪製成圖表，將每天的症狀記錄下來。另外，今天門診期待收到的效果也可以清楚地寫下。事前做好症狀或問題的準備工作，可以縮短診察的時間，增加說明的時間。對於受限於門診時間而無法多提問題的困境，大方地問醫師，可以在那裡查詢相關資料，表現出對身體參與實踐之企圖心。

• 多方蒐集資訊

知識使個人有能力去做選擇和控制自己所想要的。如果個人有適當的確實資訊，和一點技巧，或一些工具，或是可以很快地獲得它們，就會處於較有利的地位，來因應健康事件。例如，除了在門診時詢問醫師所開列的藥方為何，如何使用後，可以再至藥局尋求藥劑師確認藥物的適當性與使用細節。

今日健康和醫療的資訊比過去更多，也更容易獲得，除了醫師外，護士、健康教育者、藥劑師、書籍、雜誌、民間婦女團體、媒體、電腦網路等，都是可以取得健康資訊的來源。醫療院所和其他相關單位，亦開始定點安放婦女健康資訊手冊以備索取。

婦女在醫療互動中，在事先作足充分準備後，才能不畏權威，主動地提出問題，學習爭取瞭解自己本身狀況的權利，以確保她們是在充分被告知的情況下，做成最佳的選擇，使自己的健康權益獲得保障。

找好醫師--好醫師名單、找人陪妳去看病 找一位適合妳的婦產科醫師和找理想伴侶一樣重要。千萬不要迷信名醫與大牌醫師，這些權威人士往往有非常多的病人，妳被分配到的就診時間會很短。可以聽聽朋友鄰居介紹，或是直接打電話至有好聲譽的醫院詢問口碑好的醫師。

* 自己判斷這個醫師是否真正關心我的問題？

* 是否肯花時間去傾聽、瞭解妳的問題？

* 妳是否很自然地對他/她有信心？

* 他/她是否尊重妳的判斷與意願？

* 身體檢查過程是否覺得被尊重？

如果覺得不合意，再換一位，如果妳找到適合自己的醫師就固定下來，讓他能完整持續地瞭解妳的健康資料。當醫師建議你要手術時，一定要再聽聽第二位醫師的意見。找個人陪妳去看病，他可以幫妳問問題，評估醫師的回答，同時提供支持給妳。

• 如何問問題

當有醫師告訴妳需要做手術時，一定得要再找另一位醫師確認，是否真的
一定得開刀，或是有其他的治療選擇。手術前可以問醫師下列問題：

* 診斷是什麼？他是如何診斷出來的？

* 手術要切除哪些部位？

* 手術應多快進行？

* 如果不手術會如何？

* 需要住院多久？

* 出院後要休息多久才能恢復正常生活？

* 對性生活的影響是什麼？可以如何調適？

* 手術的短期、長期副作用以及風險是什麼？

* 醫師做過多少次這種手術（盡可能地從親朋好友、

門診護士或其他管道，側面打聽這位醫師的手術經驗）？

- * 有無其他的治療方法？
- * 健保負擔多少？
- * 手術後再問病理報告結果如何？
- * 若是惡性腫瘤，手術後的後續治療計畫是什麼？
- * 若是乳房切除手術，手術後的胸部整型手術？
- 如果是藥物內科治療，應該要問下列問題：
- * 如何治療？
- * 有沒有潛在的副作用？
- * 會不會與目前正服用的其他藥物干擾？
- * 會不會與已罹患的其它慢性病相互作用？
- * 藥多有效？吃多久才會有作用？藥物的效果是永久的嗎？
- * 要吃多久？
- * 可以自己依症狀來調配藥物的量與服用時間嗎？
- * 健保給付嗎？
- * 會影響懷孕嗎？如果懷孕了要再服用嗎？

如果無法從醫師處獲得關於藥物的資訊，可到醫院藥劑部詢問藥劑師，或至社區有執照藥師開設的西藥房詢問。

張菊惠簡歷：

學歷：台大醫學院護理系畢業

陽明醫學院衛生福利研究所碩士

台大衛生政策與管理研究所博士生

現任：國立空中大學講師