

教育貢獻四十載，衣帶漸寬終不悔

牙醫師公會全國聯合會金質獎得主 臺北醫學大學口腔醫學院鄭信忠院長

採訪／閻以輝、劉兆媛、黃秀錦

今年（2022 年）中華民國牙醫師公會全國聯合會特別將「教育學術特殊貢獻金質獎」頒發給鄭信忠院長。這是牙醫界最高的一項榮譽，從訪談中，可以深深感受到，對鄭院長來說，這是對他將近 40 年的牙醫人生的一大肯定。

提前 30 年預見牙科感控需求 雙「金」得主第一人

2019 年年底，新冠肺炎（COVID-19）開始肆虐全世界，嚴重影響了所有人的生活層面，連牙痛不適看診都需要考慮承擔感染的風險。早在 30 年前，鄭院長已預見牙科感染控制這件事的重要性，於是撰寫了《牙科感染控制》，且長期投入牙科感染控制推廣及研究，不管是面對 2003 年的 SARS 風暴，或是現在的新冠肺炎的威脅，這本書對牙醫界都發揮了很大的幫助。後來，鄭院長擔任台北市牙醫師公會出版主委期間，又以 3 年時間，親自參與編纂《臨床牙科寶鑑》，而且榮獲 1996 年「全國圖書金鼎獎」，這是一個國家級獎項，也是牙醫界目前唯一的得獎著作和得獎者。



我的人生態度就是——做什麼，像什麼，是什麼；
赴湯蹈火，勇往直前，使命必達。



左上圖：榮獲中華民國牙醫師公會全國聯合會「教育學術特殊貢獻金質獎」。

左下圖：長期投入牙科感控，編著書籍、國際研究論文、參與國際合作，表現卓著。

右圖：1996年榮獲全國圖書金鼎獎，與當時任台北市牙醫師公會理事長陳時中部長出席領獎。

除了學術方面的傑出表現，鄭院長也持續不斷的投入教育中，尤其是在接任臺北醫學大學口腔醫學院院長之後，在前人耕耘的基礎下，以「培育下一代優質的口腔醫療與研發人才」為使命，「打造國際一流的口腔醫學院」為願景，提出了「多元發展、團隊合作、國際接軌、永續經營」四大策略。2022年4月28日英國泰晤士高等教育（Times Higher Education, THE）發表全球最新影響力排名（THE Impact Rankings 2022），臺北醫學大學名列全球101~200名，相較去年的201~300名，大幅躍升100名的排名區間，表現亮眼，該機構9月公布「2022 THE 泰晤士亞洲大學排名」，北醫大學名列第29名。

在牙醫界將近40年的努力與慢慢累積的成就，鄭院長在今年獲得了牙醫師全聯會

頒發的「教育學術特殊貢獻金質獎」。這是牙醫界裡最高的一項榮譽與極大的肯定。「獲得金質獎，並不是靠我一個人就能得到的。這個獎項對我的意義，除了給予肯定之外，更加強了我的使命感。我今年已經63歲了，再3年不到就要退休，我希望在退休前，能全心投入牙醫界全方位優秀人才的培育，做好傳承的工作。」鄭院長堅定而謙虛的說。

肩負使命打造一流北醫人 醫學倫理從「心」培養

「要找到一位技術高超，能為病患解除牙痛的牙醫師不難，但要找到一位高EQ、具備良好溝通能力的醫師卻愈來愈不容易。」鄭院長認為，現今改善醫病關係的根本解方，並非全然憑藉著高超的技術

與先進的設備，而是需要從醫者本身尋找答案。「有什麼樣的醫師，就有什麼樣的病患。」鄭院長發現年輕一輩的 IQ 及醫療技術青出於藍，但距離成為一位「好醫生」的標準，仍有許多進步的空間。

於是，從「心」紮根的角度，便可以從鄭院長為學生們新開的「牙醫倫理之理論與實務」一窺究竟。「信任感很重要，是建立良好醫病關係的基礎。」有感於近年來媒體報導植牙醫糾的案件層出不窮，鄭院長經常告訴學生：「學校沒有教你的，將來病患會教你，但代價可能是昂貴且慘痛的。」於是，鄭院長在北醫口腔醫學院開設全國第一個「牙醫倫理微學程」，從教育端教導準牙醫從業人員。

加強醫病關係的第一步，需要以同理心來化解病患對植牙的疑慮，而教導學生如何與病人建立互信感，也是「醫學倫理」課堂推廣的核心理念。在課程中，鄭院長編

著《牙醫倫理之理論與實務》一書，以案例故事當作「活生生」的教材，沒有深奧難懂的大道理，「理論是死的，人生是活的，年輕人很怕師長嘮叨，照本宣科只能應付考試，無法解決人與人活生生的問題。對牙醫師而言，看診開業就是在解決病患的問題。」所以，鄭院長倡導以實境切入的方式，讓學生學習如何「完善」的處理問題，收斂起白袍下專業的傲慢。

「要當一個有溫度的牙醫師，『三心二意』是基本配備——三心，就是慈悲心、同理心、服務心；二意，就是誠意與善意，戴上基本配備，便能降低醫糾發生的機率。」

首創多元跨域課程與創新教育模式 全方位拓展學習視野

「所有的成果都是累積而來的。北醫牙醫學系到現在已 60 年、口腔醫學院 20 年，



北醫大牙醫系 60 年，口腔醫學院 20 年，做好交棒與傳承規劃，給年輕人空間，再造永續發展。



左上圖：開設全國第一個牙醫倫理微學程，編著《牙醫倫理之理論與實務》，從教育端教導準牙醫從業人員。

右上圖：2021年完成口腔醫學大樓整修工程，再造空間及添購設備，得到學生高滿意度肯定。

左下圖：北醫大已改為創新研究型大學，讓口腔醫學院研發跟著學校轉型持續發展，已有成效與進展。

右下圖：從事齒顎矯正臨床及研究逾35年，國際演講及國際論文無數，也有臨床專利，桃李滿天下。

要感謝過去所有前輩、領導者的共同努力，一棒接一棒，直到交接給我，讓我能夠在很好的基礎上，更上一層樓。」鄭院長接任後，便著手從硬體設施的完善及醫學研究雙管齊下。

無論是蓋大樓或是醫學研究論文表現，上任短短4年，要達成許多人得花很多時間才能完成的工作，聽起來很不真實，但鄭院長卻實實在在的做到了。「很多人聽了都搖搖頭，認為這需要更多的預算投入，或更多的時間才能完成。對我來說，這確實也不是簡單的任務，但路是人走出來的，當你全心全意耕耘，就一定會有收穫。」除此之外，鄭院長從事齒顎矯正臨

床及研究逾35年，國際演講及國際論文無數，也有臨床專利，每年教導矯正專科醫師及海外留學生，桃李滿天下。

除了提供良好的學習環境給學生之外，鄭院長還希望從學生進入口腔醫學院學習直到畢業，學校所提供的學習量能，能夠照顧到學生未來的生涯，全方位滿足學生的需求。「教育的難題常常是無法學以致用，理論畢竟只能應付考試，而畢業之後都是真槍實彈。很多學生在校成績優異，但畢業後投入牙醫業，卻面臨從業、執業的困境，許多實務操作（包括：跨域整合牙醫人才、診所的管理與經營）學校沒有教，面對現實的轉變，搜尋不到臨機應變

的方法，導致功虧一簣，甚至關門大吉，這都是牙醫界屢見不鮮的案例。」

所以，基於這個需要，鄭院長除了寫作《牙科作業流程管理學》，協助學生開業後的流程管控外，也首創多元跨課程模擬實際臨床職場跨域合作：「團隊客觀結構式臨床測驗及教學」（簡稱 GOSCE）。為此，鄭院長還特別到 OSCE 的發源地，蘇格蘭愛丁堡丹堤大學教育學院取經學習，也到日本 3 所大學觀摩學習，結合牙醫學系、牙體技術學系、口腔衛生學系三系的學生，創新 Group OSCE 教案及教學。這不只是台灣，也是全球首創跨域牙醫教案學習活動（整合牙醫、牙體、口衛三系學生一起參與 GOSCE 教學活動），不但能全方位照顧到牙醫從業人員，彼此合作，培養默契，同時也提升了產業上的協作。這樣的教育創新，也獲得國際的迴響，像是鄭院長多次應日本姊妹校的邀約，每一次都引發了熱烈的討論與效應。

另一個首創，是將牙醫 OSCE 應用在電腦作業（IT），簡稱 iOSCE，開發全台灣第一個齒顎矯正及牙髓病科 iOSCE 學習電腦教案及學習模式，並且重新修訂北醫牙醫四年級和五年級「臨床牙醫核心課程」教材，更顛覆了以往不同的見習模式，比如：重新制定一對一老師的預約制度，甚至調整跟診方式、教材……為的就是希望與時俱進，從現實面，讓學生有更多應變與提升的方式。



上圖：2011 年 12 月遠赴蘇格蘭愛丁堡丹堤大學教育學院 OSCE 發源地學習取經。

中圖：帶隊親赴日本 3 所大學觀摩學習牙科客觀結構式臨床測驗（OSCE）。

下圖：開發全球首創跨域牙醫課程 GOSCE 及台灣首創 iOSCE，發展新穎教育模式。

目前鄭院長也正在策劃更多課程，針對牙醫人執業時，或擔任牙醫院所高層遇到經營或管理的問題時，也能成為參考或應變的方法而預備推出的「牙醫醫務管理微學程」，從基礎、核心與應用循序漸進，就是希望能協助學生更貼近現實，不只提供高品質的醫療，也可以發揮所學，運用在管理與經營上，讓診所甚至牙醫院所能維持良好的經營與運作，鄭院長嚴肅的說：「就是教學生如何開業，寧可在學校好好教，不要以後開業亂亂做！」

文筆精彩的白袍總編 ON 與 OFF 時刻充實

稱鄭院長是披著白袍的文化人，可以說是名實相符。從 1992 年至 2019 年，鄭院長已完成 23 本牙醫領域的專業著作，而且每本書從策劃到出版都是親力親為。「我本身也喜歡創作、編輯。文字具有力量，能夠傳承知識，透過書籍，也能打開交流

之門。」

提起著作，言談中就能感受鄭院長對於創作的熱忱，但不只是熱忱，而是要做就要做到最好。「1996 年《臨床牙科寶鑑》榮獲金鼎獎，領獎現場，主辦單位詢問我們是哪間出版社時，我回答『台北市牙醫師公會』，只見當時人員一臉訝異。每回創作，我總是恨不能將所知道的全部撰寫收錄，以至於書總是愈寫愈厚，就是希望閱讀者能夠吸收這些知識。」鄭院長憶起當時的情景。

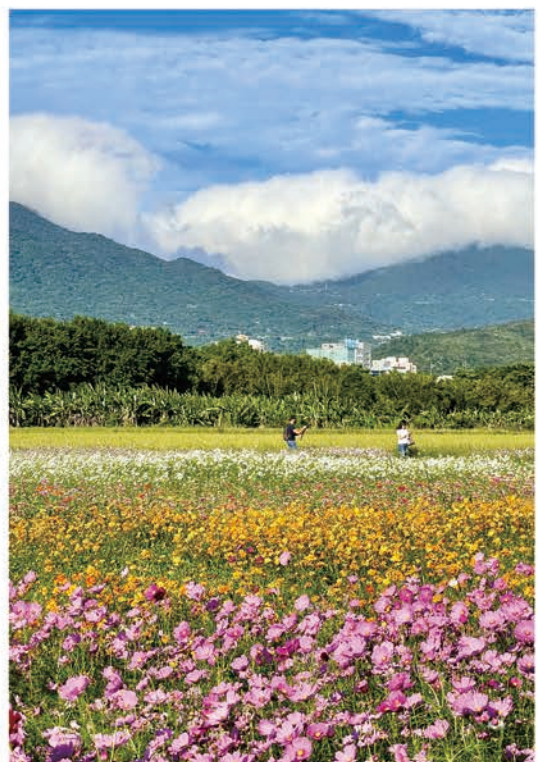
或許有人會覺得鄭院長像個「拼命三郎」，但對他而言，絕非用「拼命」來形容。「我的人生态度就是赴湯蹈火，勇往直前，使命必達，既然花了時間行動，就一定有所收穫。那是一種全心的投入，並且在投入的過程中，從裡頭獲得很多快樂與滿足的享受。」



左圖：著作 5 本管理書籍，得到 2008 年台灣國家品質標章 SNQ，成立國內第一個牙醫管理微學程，教導學生開業，寧可在學校好好教，不要以後開業亂亂做。

右圖：台灣編著牙科專業書籍及衛教書籍最多的牙醫師，共計 23 冊。





愛好攝影，曾舉辦 2 次個人攝影展，每年都將拍攝作品加上短文印成月曆，餽贈親朋好友。

除了創作出版，原以為繁忙的工作脫下白袍後會是單色調畫布，休息都來不及了，還會有時間經營 OFF 後的人生嗎？答案卻意外的顛覆想像，鄭院長不只 ON 時豐富精彩，OFF 後的私領域也不遑多讓。

「人生有太多值得欣賞的風景，我不會只停留在一方眷戀，就好像喜歡攝影，按下快門留下感動的瞬間，6 年間開過 2 次攝影展，每年都將拍攝的作品加上短文印成月曆，餽贈親朋好友，那樣的心情能夠蓄積能量，讓我保持對人生的熱度。喝紅酒的時候，舉起酒杯，我就是品酒師，細細品味當下的滋味，在那個 MOMENT，我做什麼，像什麼，是什麼，讓我的每一刻都很充實。」

瘋狂騎士的公路車訓練筆記 6 個月征服 58 趟

提起騎自行車的興趣，鄭院長回憶道：

「這要回溯到 10 年前（2012 年）花 15 萬買了一輛越野車談起。之前的休假日，我都只騎河濱公路的自行車道，這樣大概騎了 7-8 年。騎的頻率不是很高，就當成是強身健體偶一為之的運動選項。後來，因為疫情的關係，這兩年騎得特別勤，直到 2021 年中秋節的前一天，我參加一個自行車隊，跟著車隊騎烏來，隊友帶著半開玩笑的口吻：『Johnson，你騎越野車要上烏來啊？』騎上去，鄭院長才知道隊友這句話是什麼意思。從來沒騎過烏來，沿路既要爬坡又崎嶇，一路騎下來，「簡

直要我命啊！這真的是用生命去騎！騎程中很痛苦，一面騎一面流淚問我自己，為什麼要騎得這麼辛苦？不過，即使這麼痛苦，我仍然咬著牙騎到終點；回程中因為腳抽筋，還在碧潭休息將近半個小時，然後再繼續騎完全程。」當時，隊友又湊過來，「Johnson，你應該要買公路車才對。」

隔天中秋節，看見自行車店營業中，鄭院長立刻賣掉原本的越野車，換上公路車，並且開始研究台北市公路車訓練路徑，制定練習計畫。「我先騎中社路 10 趟，然後挑戰劍南路 5 趟，接著是風櫃嘴 5 趟，每次騎乘都會寫心得筆記，包括記錄騎乘時間、距離等。」於是，短短 6 個月期間，鄭院長把中社路騎了 20 趟、劍南路 30 趟、風櫃嘴 7 趟、冷水坑 1 趟，隊友紛紛嚇壞直呼：「哪來的瘋子，我們騎了 10 年卻不如 Johnson 騎 7 個月。」誠如愛因斯坦的名言：「什麼叫瘋子，就是重複做同樣的事情，還期待會出現不同的結果。Insanity is doing the same thing over and over again and expecting different results.」後來，鄭院長再度征服烏來，他形容全程吹口哨，相當輕鬆愜意。只要下定決心，



騎腳踏車是興趣，但公路騎是菜鳥，已騎遍重要路段。

就沒有什麼能阻止一個有決心的人。

熱瑜伽一練 15 年 運動是爲了能吃遍天下美食

好醫生就是除了照顧好病人，也要照顧好自己。鄭院長毫不諱言自己也喜好美食、

鄭信忠院長單車筆記——台北市爬坡公路訓練路徑推薦

道路	總長 (公里)	爬升 (公尺)	坡度 (%)	難度 (武嶺當 100)
內湖區劍南路	2.2	123	10 (中等坡)	5
士林區中社路	5.7	283	13 (陡坡)	10
士林區風櫃嘴	10.7	559	12 (陡坡)	18
士林區冷水坑	15.5	820	14 (陡坡)	26

參考資料來源為單車百岳官網及爬坡難度系統 <https://bike100.tw>

品酒，結果體重大幅超重。有一陣子運動是為了減重，但後來提早實施養生計畫，連飲食都變得清淡。儘管是為了體態與健康而開始講究飲食，鄭院長依然認為「美味是必須的，人生就是要酸、甜、苦、辣、鹹，五味豐饒，才顯豐盛，」這樣的人生才會比較有趣。因此，當他慢慢的對養生養出心得，喜好運動也得到成效，在放縱與節制之間，他漸漸的找到了平衡點。除此之外，平時為了照顧健康，鄭院長上班前一定會吃五種保健食品，做好體內保養。

談起運動，令人訝異的是在騎車的興趣之前，鄭院長竟也練熱瑜伽，而且一練就長達 15 年，持續到現在。為了練好瑜伽，鄭院長每周都到瑜伽教室報到。熱瑜伽是在高溫（36-40°C）與高濕度環境下，伴

隨著呼吸的節奏，做不同肢體伸展動作，過程中會大量出汗，自然能排毒、提升新陳代謝活動。因為高溫，一堂約 60 分鐘的課裡，皮膚常常熱到發燙，揮汗如雨。

「每次練習時，以為自己快撐不下去，很想放棄，是靠著意志力做完的。雖然身旁的瑜伽女同好都穿比基尼，熱浪來襲，自然的什麼都視而不見了。所以，熱瑜伽對鍛鍊專注力、意志力與耐力、平靜我的心情有很大幫助，身邊就不乏企業老闆朋友來練熱瑜伽。」練完熱瑜伽之後，整個人會感到全身通體舒暢，頭腦如電腦 Format 後，重新 Refresh，不但壓力獲得緩解，情緒上的負能量也能一掃而空，對醫生來說，是很好的釋壓運動。

做好交棒與傳承規劃 給年輕人空間再造永續發展

很好奇鄭院長如此嚴謹自律，回家之後會不會帶給孩子壓力？「我對孩子採民主制放牛吃草，從不給孩子設限，讓他們自由發揮，但都要感謝老婆的悉心照顧。說到相處，每次聊天，兩個孩子常常當面給我吐槽、開我玩笑。」鄭院長在孩子的心裡就是個好相處、好溝通的朋友，但孩子們也承襲了父母優秀的能力，在學業與事業上從來不用父母操心。「除了大兒子碩士畢業，是上市企業的電腦工程師，小兒子也是牙醫師，目前正在攻讀研究所。一家四口，一個是電腦工程師，其他三人都是牙醫。」鄭院長說得輕描淡寫，卻也掩飾不住對孩子們表現的肯定。而另一半更是優秀的牙醫師，「我太太也是我努力追來



喜好熱瑜伽，減壓又健身，每周練習 2 次以上，已有 15 年。



左上圖：2017 年擔任中華民國齒顎矯正學會理事長，在東京與日本矯正齒科學會簽署住院醫師交流協定。
左下圖：每年參與北醫大新生啦啦隊比賽，分享八連霸奪冠的牙醫系年輕人的喜悅。
右 圖：影響我最大的父母，老爸的盡職認真，老媽的全力以赴，造就我的人生態度，惜兩位已成仙去了！

的，在長庚醫院時，R1 追求 R2。」鄭院長靦腆的微笑。

63 歲的人生往前看，鄭院長認為每個里程都有自己赴湯蹈火的成績，曾當過五個全國性牙醫學會理事長；教學醫院行政副院長、部主任、科主任；學校系主任、所長、院長……牙醫 63 歲後的人生往後看，當時的年輕衝勁與拼命，也化作雲淡風輕，更多了智慧的歷練。「想完成的事、制定的目標，我從來不會放棄。先知先覺者，本來就會背負許多更大壓力，因為常走在最前面，遇到困難也愈多，愈需要人與事的消化與溝通也愈多，這是終身學習的課業。直到現在，做好培育下一代比我更優

質的牙醫師，是我的職志與使命，但積極做好交棒與傳承規劃，給年輕人更大的揮灑空間與責任，正是我目前的積極任務，也是永續發展的核心。」隨著時間推移，人生的經歷增加，詮釋事情的角度與想法都改變了，心理上也跟著不斷的成長，責任也改變，鄭院長笑笑的說：「我想，這樣也很好！」

鄭院長的人生哲學深受父母親的影響，尤其從小在母親的教養中潛移默化，任何時刻都全力以赴，人生就是「做什麼，像什麼，是什麼」，只要付出，勇往直前，全力以赴，就會有收穫的豐盛。