

## 走自己的路，發現改變的力量

### 專訪中華民國口腔顎面外科學會理事長 暨台大口腔生物科學研究所所長

#### 鄭世榮 醫師



相片出處：臺灣大學牙醫校友總會社群

#### 【學經歷】

- ◆ 中山醫學大學牙醫學系學士
- ◆ 台灣大學臨床牙醫學研究所碩士、博士
- ◆ 台大醫院口腔顎面外科主治醫師暨病房主任
- ◆ 台灣大學口腔生物科學研究所教授暨所長
- ◆ 中華民國口腔顎面外科學會理事長

溫文儒雅、謙恭有禮是鄭世榮醫師給予人的深刻印象。踏入口腔顎面外科的領域，以照顧口腔癌患者為初衷，並因佛法的薰修，以醫者父母心的慈悲心腸，盡力給予病人全人醫療。鄭世榮醫師明白自己的人生價值，並將自己做到極致，活得通透。

#### 從小病痛纏身，學會忍耐

來自彰化二林的鄭世榮醫師，家裡從事傳統的鞋業。「媽媽一心盼望兒子能當醫生，不要像他們一樣做生意，看別人的臉色過日子。從小我就看著爸爸、媽媽工作很辛苦，加上自幼被灌輸的觀念，讓我覺得當醫生好像也不錯！」鄭世榮說。

但生來體弱多病，卻對鄭世榮醫師的求學之路造成困擾，甚至大大地影響了他的人生。提及童年，鄭世榮說：「我常常覺得為什麼別人有一個健康的身體，而我卻小病不斷？像是我非常容易感冒、拉肚子、頭痛，甚至到了國中開始會心悸、腰痛。」儘管他也曾經試圖將這一份阻力化成動力，可是面對虛弱的身體沒有辦法將自己的能力發揮到應有的水準的時候，經常懷疑自己。

這種壓力，父母無法體會、旁人不能理解，即便苦苦遊走多家醫院依然遍尋不著解方，於是他開始學會忍耐，因為唯有耐住身體的不適，才能把握住那短暫的時間好好讀書。當時，憂鬱的鄭世榮，找不到安定內心的



方法，一味相信只要忍耐就能考取好的成績，達到父母的期望。

### 面對眾人與自己期望的壓力

國三那年，鄭世榮醫師以全校前五名優異的成績畢業，父母師長看好他可以考上建國中學，卻僅考上了成功高中，高中聯考的失利對他打擊相當大。鄭世榮坦言，離鄉背井到台北念高中時，自己的情形每況愈下，甚至罹患了胃潰瘍，嚴重到幾乎無法讀書。在生理與心理的交互作用下，他越發沒有自信，開始不確定自己是否能考上醫學院。

高三那年，為了試圖轉換心境。鄭世榮醫師開始閱讀名人傳記，其中最喜歡富蘭克林自傳、居禮夫人傳和史懷哲傳。而這之中，影響他最深的是富蘭克林自傳。他認為富蘭克林為自己提出的十三種德性：「節制、靜默、條理、決斷、儉僕、勤勞、誠摯、正直、中庸、整潔、寧靜、貞潔及謙遜」，來要求自己養成好習慣，並製作了表格記錄是否做到，這份自律的精神，值得效仿，於是他開始學習富蘭克林培養自律人生，日復一日地記錄著生活中的重要規範及生理狀況。

雖然大學聯考成績不如預期，幸而鄭醫師依然順利地進入中山牙醫系。縱使身體狀況依舊不見改善，好在當時的女朋友（現在的太太）非常了解他，也經常鼓勵他。鄭世榮回憶當年身為中山國樂社的社長，要到中山堂表演一首〈二泉映月〉時

緊張的情境，他說：明明已經做好充分的準備，知道自己不需要緊張，卻沒有辦法控制自己，「強烈要求自己一定要做好的心情，反應到身體的感受就是病痛。那樣的日子真的很痛苦！」

### 宗教不只是信仰，也是一種方法

鄭世榮醫師在大學最後一年分發到三軍總醫院實習，發現對口腔外科非常有興趣。同年他便考取台大口腔外科研究所碩士班，之後保留學籍，先去當兵。當兵的時候，鄭醫師認識了一名醫務士，因為知道他的狀況，便建議他不妨多看看聖嚴法師或是證嚴法師的書。某天他經過一間書局想添購與佛學相關的書籍時，老闆推薦他如果想要學佛可以去「普眼精舍」。在這樣的因緣際會之下，開啟了他的學佛之路。



2019年10月 參加第64屆日本口腔顎面外科大會攝於北海道大學門口（鄭世榮醫師與夫人曾意芸醫師）

「有一天，我跟韓良俊教授一整天的刀後發現，當天沒有吃早餐，但到下午意外地沒有任何不適感，我察覺到，

## 名醫專訪 Interview

長年以來干擾我學習的病痛居然都沒有出現。」鄭世榮回憶起當年：「我審視這些日子跟過去幾十年來有什麼不同？唯一的不同就是，我接受了法師的建議試著吃素，並且每天誦經和靜坐。從那時候我就發願，這一輩子都要吃素，這二十七年來我真的逐步做到了。」「並且，我每週三晚上到普眼精舍上禪修課，從未間斷。」鄭世榮醫師心懷感恩的述說著：「因為這一件事情，讓我徹徹底底地改變了我的想法跟做法，它就像我在練習口腔外科的刀法，佛法不僅僅是一個道理而是一個方法，是可以經由實踐而帶來正向的改變。」

### 感念生命中的貴人，成就圓融

在台大讀了兩年研究所再接受五年的口腔外科住院醫師訓練之後，鄭世榮醫師便去和信醫院擔任口腔外科主治醫師。在和信醫院的四年半的時間，他遇見了影響他極深的黃達夫院長。鄭世榮醫師吐露：「黃院長不論在領導風格、待人處事及癌症治療等各個層面，都相當值得學習；特別是他不但尊重醫師的專業與意見，同時也格外重視病人的尊嚴與隱私。」

在和信醫院服務時，他跟耳鼻喉科醫師學習內視鏡的使用，跟整形外科醫師學習顯微手術，同時也加深加廣了內外科的知識，這對他之後到台大醫院口腔外科服務有很大的幫助，是以他很感謝那時的團隊。「當年我們三個耳鼻喉科醫師、一個口外醫師加上一個整形外科醫師組成團隊，號稱『頭頸五劍客』，到現在我們關係一直都很好！」鄭

世榮醫師笑著說。

2015年，鄭世榮醫師到墨爾本參加世界口腔顎面外科大會，看到國外醫師運用導航開刀及達文西手術，心中正思量著該如何修習這門技術，輾轉得知台大耳鼻喉科楊宗霖醫師是達文西手術的權威，他表示當下他很希望可以跟楊醫師學習。但同為副教授一時放不下身段，內心確實也很掙扎，反覆思考了一個月之後，「我還是跑去拜託楊醫師教我。在某些時候，口外與耳鼻喉科屬於競爭的關係，但是楊醫師依然願意毫不藏私的指導我。」鄭世榮跟了楊醫師學習八、九個月之後，開始自己的第一台達文西手術，「到現在我心中對他只有感謝。所以如果有人問我怎麼樣可以跟別人形成一個團隊？我的作法就是放下身段、尊重別人，不以自己利益為優先。」



2018年9月 參加歐洲顱顏大會台灣全體醫師合照於慕尼黑會場

### 不只是同理心，更是感同身受

因為自身曾經經歷病苦，鄭醫師



更懂得理解病人的情緒及感受。鄭世榮指出，病人來台大找我開刀覺得感謝我；相對的，我其實也很感謝他們。「通常我在跟病人講解完手術之後，我會帶著他們跟我一起念佛五分鐘。」這樣，病人知道醫師同理他們的憂慮，願意陪伴他們，同時病人也理解到其實醫師壓力也很大。「醫療是有限的，我希望他們內心有一個依靠。」

鄭世榮醫師說：「最初我們只是藉由宗教的方式讓病人的情緒放下，提升病人的免疫力，最後我們還是要運用醫學來幫助病人，並適時的給予病人及家屬關懷、包容，傾聽他們的聲音。我們盡力做好我們能做的，而在這當中又必須繼續保有自己的生活動力。我還是持續練習誦經、靜坐，這是把心收回來，訓練專注，這點我覺得非常重要。此外，我早上常常從家裡走路到台大醫院，大概三十五分鐘的路程，當作是一種運動，同時鍛鍊自己的體能與毅力。」

## 時間化零為整，專注當下

自民國九十三年發表第一篇論文至今已達八十五篇，鄭世榮醫師體悟到一天只有二十四小時，必須投入大量心力在教學、研究與服務，之間如何取得平衡？那就是三環一體，一門深入，他專心於口腔腫瘤的治療與研究，並且練習運用零碎的時間。

鄭世榮醫師以親身經驗舉例說明，如果今天他要看一份報告，開會與看診間剛好有一個十五分鐘的空檔，他會刻意把那份報告拿出來看，雖然十五分鐘不夠看完報告，「但唯有當我不再執著在這十五分鐘我可以完成什麼？我才有辦法化零為整、專注當下，才能夠真正利用每天零碎的時間去做想做的事。如果每一件事情我都需要安排一個完整的時間去完成，那幾乎是不可能的。」

經由一次又一次的練習，他發覺自己有長足進步，也得到適當的回饋。與求學階段的挫折相比，他的教授之路算是相當順利，民國九十五年擔任台大牙醫系講師，九十九年升助理教授，一〇三年升副教授，一〇七年升教授。所以，鄭醫師感念台大給他這些機會，也感謝韓良俊教授、郭英雄教授、楊博正教授、郭彥彬教授、江俊斌教授、郭生興教授、李正喆教授及其他多位老師們給他的幫助，讓他有



2016年9月 參加歐洲顛顏大會於倫敦會場（左起 - 鄭世榮醫師 歐洲理事長Prof. Wolff 林冠州醫師）

名醫專訪

## 名醫專訪 Interview

這個舞台可以盡情發揮。

### 走過跌宕人生，展翅飛翔

身兼多職的鄭世榮醫師，現任中華民國口腔顎面外科學會理事長，同時也是台大口腔生物科學研究所教授兼所長、台大口腔外科主治醫師，儘管平日公務繁忙，但他覺得現在的生活是幸福的。鄭醫師坦言：「經過人生前半段痛苦的日子，好不容易走到現在，我真的倍感珍惜，但我知道我仍然要繼續努力。」

身為理事長，鄭世榮表示繼續努力的重點是傳承。口腔顎面外科於1998年獲行政院衛生署公告為牙醫師第一個正式的專科分科，如今學會的制度規模已趨成熟。雖然仍有許多醫療政策的問題需要面對，但是學會積極與其他科及各國口外學會交流，精進知識與技術，希望所學的專業能夠實質嘉惠病患。而學會的永續經營，主軸是傳承。鄭世榮理事長期許學會能邁向學術化、年輕化、多元化、及國際化，他認為與其他牙科分科相較，口腔外科專科醫師的養成之路辛苦多了，他希望有更多的年輕醫師能走進這個領域。「向下扎根，是我們的目標。技術上，指導年輕醫師掌握臨床工作的要領，知識上，引導年輕醫師具有臨床研究的熱忱。」「我們也希望帶領年輕醫師參與國際會議，這正是學習與提升自我的機會。」

身為研究所所長，鄭世榮又有不同的願景。研究所發展的重點領域為「轉譯醫

學」與「生醫材料」，短期目標為，整合並建構具本土特色及臨床應用為導向之口腔醫學研究。鄭所長表示台大教學研究資源豐富，跨領域學習和產學合作的機會也很多，他期待能夠為口生所師生整建更友善的教研空間，形成更深入的研究團隊。以臨床醫師的身份擔任此重任，其實壓力頗大，但是這也是回饋培育他的台大牙科的機會，「我相信，只要出發點是正確純粹的，外緣就會具足而成就了。」

最後，鄭世榮醫師希望藉由自己的座右銘：『自心清淨、勤奮努力，放下身段、廣結善緣，做眾人的事、利他自利。』鼓勵大家，要訓練自己能忍耐學習，強大自己的抗壓性，平時要廣結善緣，願意服務他人。在面臨困境的時候千萬不要輕易放棄，想一想自己的優點有沒有什麼緣可以去連結，讓自己能有一個動力鼓勵自己，便能輕易地越過困境。



2017年4月 參加韓國第58屆口腔顎面外科年會會議於首爾會場