



幸福的兒科醫生

何慕清醫生

以母親的心照顧孩子



醫心直說

DOCTOR'S INTERVIEW

DOCTOR'S PROFILE

何慕清醫生

DR LINDA HO

- 澳洲昆士蘭大學內外全科醫學士
- 英國皇家內科醫學院院士
- 英國皇家兒科醫學院院員
- 香港醫學專科學院院士（兒科）
- 香港兒科醫學院院士
- 愛爾蘭皇家醫學院兒科文憑

對她而言，孩子健康燦爛的笑容就是幸福所在。無論是關於初生嬰兒、會走會說話的小人兒，還是已有獨立思考能力的青少年，只要說到孩子的種種可愛，她的臉上就會不其然流露溫暖喜悅的微笑；當話題一轉，談論孩子的成長問題時，她又會變得憂心忡忡，語重心長。

她是資深的兒科專科醫生，是孩子信任的親切姨姨，是與媽媽們並肩同行的夥伴，也是三個孩子的母親。她是何慕清醫生。

撰文·攝影／Sylvia Wong（部分照片由受訪者提供）



兼顧繁忙的醫務工作，同時要照顧三個兒女，何醫生認為職業媽媽的時間有限，給予孩子的是「Quality time」，而不是「Quantity time」。

像媽媽般愛惜孩子

何醫生在私人執業前，曾於基督教聯合醫院的兒科部門服務二十多年，負責新生嬰兒科、深切治療科、普通兒童病房和青少年科病房，工作範圍涉獵過度活躍、專注力不足症、厭食症、心身病、體重超標等問題。在政府醫院工作多年，何醫生照顧過不同類型和層面的病人，曾與無數的父母一起，並肩幫助有需要的孩子。

想當年，原來何慕清醫生自小的志願並不是當醫生。「小時候曾接受骨科手術，之後有好一段時間要每天做物理治療，因為經常接觸物理治療師，當時就立志投身這個職業。」那為甚麼最後卻當上醫生？「準備升大學的某一天，哥哥問我為何不考慮當醫生，幫助更多不同層面的病人。哥哥是社工，有一顆熱衷幫助別人的心，他是第一個啟發我立志當醫生的人。」何醫生最後選擇了兒科，就是因為她喜歡小朋友，「與小朋友一起，真的很開心。」說起孩子，何醫生的臉上溢滿溫暖的笑容。

在眾多病人當中，有些小朋友由於糖尿病、飲食失調等長期病患，需要長時間由何醫生照顧，因此互相建立了特別親厚的關係。何醫生說，對於這些病人，自己的角色是醫生，是朋友，也是姨姨。「在醫學上，這樣可能不好，醫生和病人之間應該比較分得清楚。感性上，我對病人和我們的家屬會存在感情。不過在給予治療時，我身為醫生，會確保從理性角度作出判斷。」去年離開政府醫院，何醫生最捨的，是她的病人。

兒科醫生的工作，就像給予小生命祝福的天使，他們用專業知識，也用愛心幫助孩子重拾健康。懷著一顆愛惜孩子的心，何

慕清醫生每次看到細小的身軀漸漸成長，見證著母愛的偉大，每個片段都為她帶來難以形容的感動。

孩子健康帶來感動

「在新生嬰兒科，看到出生時只有手掌般大的『七星仔』每周都在改變，到出院時有2公斤體重，身為醫生，在那數月間與父母一起見證孩子成長的喜悅，同時也一起經歷早產嬰兒出現的各種問題，大家就像家人一樣，會很想支持對方，一起為孩子的健康努力。」

曾有一位位居高職的媽媽誕下早產嬰兒，為了照顧孩子甘願放棄一切；留院的幾個月期間，媽媽無論打風落雨都會留守醫院。見到小小的身軀上插滿喉管，何醫生能夠體會母親那難以形容的心痛。「身為醫生，在醫學角度，除了用醫學的方法幫助媽媽，在心靈上，我們也要做很多工夫，給予心理上的支持，幫助父母度過難關。」

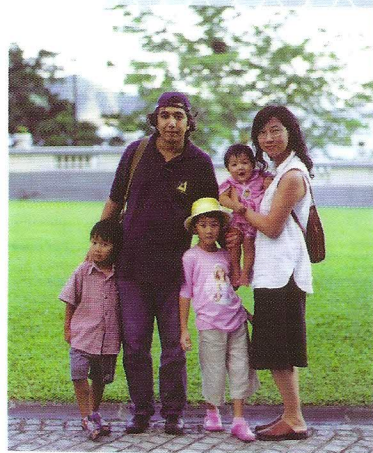
何醫生本身也是三個孩子的媽媽，對她來說，很能代入父母的境地，醫治小朋友的同時，也幫助爸爸媽媽。「父母憂心、恐懼，是因為不知道將會遇到甚麼問題，只要讓他們知多一點，明白醫生的工作，就不會那樣擔心。其實給予孩子治療的過程中，父母和我們是同一個團隊，而不只是醫生和護士醫治小朋友。」

打開年輕人的心窗

病人當中有粉嫩般的初生嬰兒，有牙牙學語的幼童，也有思想獨立的青少年；問何醫生最喜歡哪類孩子，她似乎有點為難。



何醫生的身份既是兒科醫生，也是媽媽的同伴和孩子信任的親切姨姨，她的診症室內，便貼了許多小朋友畫的畫。



何醫生認為，家庭的力量很重要，生三個孩子，是希望他們互相扶持，得到更多家庭溫暖。



「你知道嗎，每個年齡都有他們可愛的地方！田真的很可愛，抱著他們，看著他們每天改變，第一天未開眼，第二天眼睛開了一點，第三天懂得打開大大的眼睛，成長速度真的很快。到了小朋友3、4歲，開始懂得說話，會跟我們有很多互動，他們說話很率直，沒有修飾。我也喜歡與青少年聊天，希望用我的方法打開他們的內心世界；只要打開他們的心窗，就可以解決到他們的問題。」

幫助孩子的養分

何醫生的大女兒現在已15歲，雖然女兒現在有自己的世界，照顧她的時間相比小時候少了，但需要從母親得到精神力量卻更多。「青少年人嘛，有很多很多成長的煩惱，你要跟他們傾談，探討他們的世界。」

在教養三個孩子的歲月中，這位醫生媽媽也遇到不少讓她頭痛的問題；不過這些過去的煩惱，今天已成為她幫助其他

孩子的養分。何醫生說，以前細女不專心，影響學習，兒子則有學習障礙，小學時曾試過用上9個小時也不能完成功課，為此她和孩子一起花了許多努力克服問題。現在，細女的學業已有進步，而念中二的兒子亦能處理好自己的學業。「當中付出了很多，但不要放棄，小朋友的潛質很大。」

媽媽的角色加上醫生的身份，對何醫生處理家庭問題、醫治小朋友疾病等有很大幫助。「對於有發展障礙、學習障礙、專注力不足的小朋友，我會有一顆同理心，亦很明白小朋友所面對的問題，很貼切地知道每個細節需要甚麼。」

的確，幫助孩子，無論是醫治疾病，還是修補心靈，醫生除了聽起聽筒，更要如父母般，付出一顆愛惜孩子的心。

「每個孩子都這麼珍貴，父母將他們最寶貴的孩子交到我手上，我應該要做得最好，盡能力幫小朋友一路成長；其實這是很開心的經歷。」

何慕晴醫生

對於三個小朋友，何醫生會一視同仁，讓他們感受到父母一樣的愛。不過她認為這是一門很高深的學問，現在仍需繼續鑽研。

PRE-MO
MUST KNOW

打開孩子心窗的魔法

FROM DR. LINDA HO

建立親子關係並非一朝一夕的事，當孩子到了12、13歲充滿成長煩惱的時期，才突然進入他們的內心世界，孩子是不會接受的。想孩子的心窗永遠為你敞開，就要讓孩子在嬰兒階段開始，養成與爸爸媽媽聊天、聽爸爸媽媽說話的習慣。

要記住溝通不可單向，就算孩子不主動分享也沒有關係，父母可以先說說自己的事

情。例如我會對孩子說說「今天在診所發生的事情」、「下午到甚麼地方吃飯」等。父母每天分享當日發生的事，用一些方法，慢慢打開孩子的心窗，孩子自然就會加入對話，告訴你上學時「哪個同學做了甚麼」、「老師說了些甚麼」。

我在孩子小的時候，喜愛每晚睡前與他們聊天。曾經聽專家指出，睡覺前小朋友是

最不會反抗的，無論大人對他們說甚麼都願意接收，不會跟你爭論。我發現這個說法是對的，孩子睡覺前，無論我說甚麼他們都會點頭，好像催眠一樣。父母也可以試試，與小朋友睡前聊天、說故事，會有好多得著呢！