

中醫臨床技能測驗

失眠

- ☐望
- ☐聞
- ☐問(含病史詢問)
- ☐切(含脈診及身體診察)
- ☐病情解釋
- ☒醫病溝通
- ☐臨床處理
- ☒衛教
- ☐單項技能操作(技術名稱)

☒跨領域照護(非必選)：中醫會診

測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	1/15	版本日期	2021/09/09 Final
------	--	------	------	------------------

一、告示牌

第_____站

場景：復健科病房

姓名、年齡、性別：

63 歲許先生

主訴：

失眠已半年，近三日加重

測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	2/15	版本日期	2021/09/09 Final
------	--	------	------	------------------

二、考生指引

■ 背景資料：

63 歲許先生，退休教師，半年前發生腦中風後，現因右側肢體無力住院復健治療中，並會診中醫針傷科合併治療。於中風後開始出現失眠情況，服西藥安眠藥效果不佳，近三日幾乎整晚反覆難眠，白天精神差、頭暈痛、注意力無法集中。

■ 測驗主題：

1. 你是這位會診病人負責醫師，請就患者
2. 主訴適當安撫其情緒。
3. 告知針灸治療失眠的原理及解釋針灸副作用。
4. 針灸治療的部位、經絡和穴位說明。
5. 給予失眠相關的衛教。

■ 測驗時間：8 分鐘

■ 案例資訊：診間內還有案例資訊，統一放置於診間桌面上。

測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	3/15	版本日期	2021/09/09 Final
------	--	------	------	------------------

案例資訊

63 歲許先生，台北人，已婚，高中教師退休。本身有高血壓病史，長期服藥控制。於半年前發生腦梗塞，現仍有右側肢體無力，持續住院復健並會診中醫針傷科合併治療。此次前來會診自述於中風後開始現失眠情況，至少需要兩小時以上才能入睡，眠淺易醒，眠中斷尚可再入眠，多夢，服用安眠藥剛開始稍微有效，但日久效果又不佳。近三日因受住院同房他人影響，即使有入睡也極淺眠，眠中斷後難再入眠，因而白天精神差、頭暈痛、注意力無法集中。無咖啡、抽煙、飲酒習慣。

望：身型稍胖，面色稍白，舌稍暗紅，苔薄白，舌下絡脈無曲張。

聞：聲音正常。無特殊氣味。

問：口乾欲飲，難入眠，眠淺易醒，多夢，納可，二便尚可

切：脈弦，沉取無力。

測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	4/15	版本日期	2021/09/09 Final
------	--	------	------	------------------

三、考官指引

■ 測驗目標(可複選)：

- ☐望
- ☐聞
- ☐問(含病史詢問)
- ☐切(含脈診及身體診察)
- ☐病情解釋
- 醫病溝通
- ☐臨床處理
- 衛教
- ☐單項技能操作(技術名稱)

■ 考官任務提示：本題目標為測驗考生醫病溝通及衛教的能力，能夠根據獲取的相關資訊對患者進行針灸治療的優勢、副作用、治療的經絡及穴位、衛教等。

考生須具備能力：

1. 快速分析病史的能力，做出基本失眠治療的計畫，並以病人可理解之語言說明。
2. 針對病患的疑問給予說明。
3. 偵察病患的情緒，安撫病患情緒之技巧。

■ 測驗場景：☐中醫門診、☐中醫病房、■其他：復健科病房

■ 病情摘要

(一)個案情境與主訴

63歲許先生，台北人，已婚，高中教師退休。於半年前發生腦梗塞，現仍有右側肢體無力，持續住院復健並會診中醫針傷科合併治療。此次前來會診自述於中風後開始現失眠情況。

(二)病史詢問

1. 主要臨床症狀：失眠約半年
2. 現病史：平均至少需要兩小時以上才能入睡，眠淺易醒，眠中斷後尚可再入睡，多夢，服用安眠藥剛開始稍微有效，但日久效果又不佳。近三天又因同住院易受同房他人影響情況加重，即使有入睡也極淺眠，眠中斷即難再入睡，因而白天精神差、頭暈痛、注意力無法集中。
3. 過去病史：本身有高血壓病史，長期服藥控制。
4. 個人史：無咖啡、抽煙、飲酒習慣。

測驗對象	☐ 中醫內科■針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	5/15	版本日期	2021/09/09 Final
------	--	------	------	------------------

(三)身體檢查特徵

- 望**：身型稍胖，面色稍白，舌稍淡暗，苔薄白，舌下絡脈無曲張。
- 聞**：聲音正常。無特殊氣味。
- 問**：口乾欲飲，難入眠，眠淺易醒，多夢，納可，二便尚可
- 切**：脈弦，沉取無力

(四)本案例臨床診斷與處置之參考

1. 失眠的定義和中醫認識

失眠，指的是睡眠的品質或時間長短不能達到正常人體生理需求，表現包括入睡困難、淺眠易醒、眠中斷後難再入睡、多夢、早醒等情況，而白天可能出現精神不振、疲乏、易激怒、困倦、焦慮和抑鬱等症狀。本症屬於中醫的「不寐」、古代文獻稱為「不得眠」、「不得臥」、「目不瞑」、「少寐」等。多因邪氣擾動或正虛失養，陰陽失衡，導致心神不寧或心神失養，神不守舍。

2. 失眠的針灸治療：

根據病因病機而有所不同，故需分清虛實。虛證多屬陰血不足，責在心脾肝腎。實證多因肝鬱化火，食滯痰濁，胃腑不和、外感時邪不癒。在治療上當發補虛瀉實，調整陰陽為原則。虛者宜補其不足，益氣養血，滋補肝腎；實者宜瀉其有餘，或消導和中，或清火化痰，或散表除邪。實證日久，氣血耗傷，亦可轉為虛證。虛實夾雜者，應補瀉兼顧為宜。從經脈特質而言，足陽明、足太陰、足少陰經氣不和及陰蹻脈虛均可導致失眠。另外，氣血不足時又有「善驚」、「多夢」等臨床表現。治則為寧心安神、清心除煩。常用針灸治法，根據病因病機處理為本，輔以寧心安神的穴位為標。常用穴位：百會、神門、內關、印堂、三陰交、照海、安眠穴等。

3. 失眠的衛教包括：

- (1) 壓力的調適以保持情緒平穩，如從事運動、旅遊、靜坐、放鬆、深呼吸等。
- (2) 營造良好睡眠環境，如儘量減少噪音和光線，維持適當的溫度。
- (3) 規律作息，固定時間起床和就寢。
- (4) 良好的飲食習慣，勿過飽或過飢，避免以酒精助眠，中午過後避免咖啡或茶等咖啡因的攝取。
- (5) 避免於睡前使用 3C 產品
- (6) 平時養成規律運動習慣，但睡前避免劇烈運動。
- (7) 儘量不要在開始針灸治療後突然停止使用平時已有使用安眠藥物，避免症狀反彈。

測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	6/15	版本日期	2021/09/09 Final
------	--	------	------	------------------

四、評分表

■測驗目標：失眠-醫病溝通及衛教

■測驗時間：8 分鐘

評分項目：	評量考生			
測驗項目：	完全做到	部分做到	沒有做到	備註
1. 向病患自我介紹與確認病患身份	2	1	0	
2. 傾聽患者不滿情緒	2	1	0	
3. 眼神注視患者並表現認同的肢體語言	2	1	0	
4. 使用安撫話語增加認同感(同理心)	2	1	0	
5. 適當轉移患者注意力至自身病況	1		0	
6. 說明針灸治療失眠的原理	2	1	0	
7. 詢問病患是否空腹，並提及可能有暈針的副作用	2	1	0	
8. 針灸時請病患勿移動有針的部位，避免出現滯針、彎針或斷針的副作用	2	1	0	
9. 針灸時若有明顯疼痛可以立即反應，提及可能有起針後出血或瘀青的副作用	2	1	0	
10. 針刺後部位避免按揉，提及可能有局部血腫的副作用	2	1	0	
11. 起針後 1 小時內避免泡澡或游泳，提及可能有感染的副作用	2	1	0	
12. 告知針灸治療的經絡	1		0	
13. 告知針灸治療的穴位	2	1	0	
14. 能向病患進行相關衛教 ☐ 壓力調適 ☐ 運動 ☐ 睡眠環境 ☐ 飲食 ☐ 作息 ☐ 避免睡前使用 3C	2	1	0	
15. 可以直接停藥西藥嗎?	1		0	

測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	7/15	版本日期	2021/09/09 Final
------	--	------	------	------------------

您認為考生整體表現如何：

及格標準 設定方法	※註：教案通過審查後，請 OSCE 中心提供(須包含設定 標準原則)		及格分數	※註：教案通過審查後，請 OSCE 中心提供	
考生整體表現	差 1	待加強 2	普通 3	良好 4	優秀 5
說明：					

評分考官簽名：_____

測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	8/15	版本日期	2021/09/09 Final
------	--	------	------	------------------

五、 評分說明

1. 向病患自我介紹與確認病患身份				
完全做到：有自我介紹且確認病患身分				
部份做到：上述 2 項僅完成 1 項				
沒有做到：上述 2 項都沒做到				
2. 傾聽患者不滿情緒(聆聽不打斷)				
完全做到：聆聽患者訴說時不隨意打斷患者說話，並引導其繼續陳述				
部份做到：上述 2 項僅做到 1 項				
沒有做到：上述項目都沒做到				
3. 眼神注視患者並表現認同的肢體語言				
完全做到：聆聽患者陳述時注視患者且表現認同的肢體語言 正向肢體語言：聆聽時不時點頭或雙手交握在桌面呈正三角 負面肢體語言：皺眉或插手在胸前				
部份做到：上述 2 項僅做到 1 項				
沒有做到：上述項目都沒做到				
4. 使用安撫話語增加認同感(同理心)				
完全做到：複述患者的話語，增加認同感，表現同理心				
部份做到：使用其他安撫話語增加認同感				
沒有做到：上述項目都沒做到				
5. 適當轉移患者注意力至自身病況				
完全做到：在患者陳述完病情之後，引導患者關注自身病況				
沒有做到：上述項目都沒做到				
測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	9/15	版本日期	2021/09/09 Final

6. 說明針灸治療失眠的原理				
完全做到：說明針灸可以放鬆、寧心安神(標)，針對本身的體質還可以調理臟腑氣血陰陽的偏差(本)，若以舉例方式說明(如氣血不足可以補益氣血、肝氣鬱結可疏肝解鬱等)亦可。				
部份做到：僅提到上述治標或治本其中一項。				
沒有做到：完全未提及上述說明				
7. 詢問病患是否空腹，並提及可能有暈針的副作用				
完全做到：有提及空腹和暈針的副作用				
部份做到：上述 2 項僅做到 1 項				
沒有做到：上述 2 項均未提及。				
8. 針灸時請病患勿移動有針的部位，避免出現滯針、彎針或斷針的副作用				
完全做到：有請病患勿移動有針的部位和提及滯針、彎針、斷針的副作用。				
部份做到：僅提及部分上述內容				
沒有做到：完全未提及上述任一說明。				
9. 針灸時若有明顯疼痛可以立即反應，提及可能有起針後出血或瘀青的副作用				
完全做到：請病患若有明顯疼痛可以立即反應，並提及可能有起針後出血或瘀青的副作用。				
部份做到：上述 2 項僅做到 1 項				
沒有做到：上述 2 項均未提及。				
10. 針刺後部位避免按揉，提及可能有局部血腫的副作用				
完全做到：請病患針刺後避免按揉，並提及可能有起針後出血或瘀青的副作用。				
部份做到：上述 2 項僅做到 1 項				
沒有做到：上述 2 項均未提及。				
測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	10/15	版本日期	2021/09/09 Final

11. 針後 1-2 小時避免泡澡或游泳，提及可能有感染的副作用				
完全做到：向病患說明起針後 1-2 小時避免泡澡或游泳，並提及可能有感染的副作用				
部份做到：上述 2 項僅做到 1 項				
沒有做到：上述 2 項均未提及。				
12. 告知可能治療的經絡(心經、心包經、肝經、膽經、腎經、督脈)				
完全做到：提及上述經絡之任一即可				
沒有做到：完全未提及上述任一經絡				
13. 告知針灸治療的穴位(百會、神門、內關、印堂、三陰交、照海、安眠穴或其它穴位)及理由				
完全做到：提及上述常用穴位之一或其它穴位，並有合理解釋(補益肝腎、補氣養血、疏肝、寧心安神、補腎養陰等)。				
部份做到：僅提及上述常用穴位，但無合理解釋 或非提及上述穴位但解釋合理。				
沒有做到：提及非上述常用穴位，且無合理解釋。				
14. 能向病患進行相關衛教 ☐ 壓力調適 ☐ 運動 ☐ 睡眠環境 ☐ 飲食 ☐ 作息 ☐ 避免睡前用 3C				
完全做到：上述 6 項提及 5 項以上				
部份做到：上述 6 項僅提及 3-4 項				
沒有做到：上述 6 項僅提以 2 項以下。				
15. 向病患說明能否直接停藥西藥				
完全做到：提及和西醫醫師討論或不建議立即停服任一回答即可				
沒有做到：未提及和西醫醫師討論或不建議立即停服任一回答即可				

六、SP 指引(劇本)

考題說明

■ 測驗任務：失眠-醫病溝通及衛教

■ 任務：

1. 考前：依據劇本及共識影片，與訓練師試演至少一次，以確認演出之有效性。
2. 劇本未提供之訊息，在不協助/不阻礙考生得分的原則下，可自行決定回應方式，考前請向工作人員參閱評分表，以了解演出之原則與底限。
3. 考試時：心態請力持公平，不協助/不阻礙考生得分。

■ 場景：中醫會診門診

■ 起始姿勢：坐姿

■ 表情、情緒、動作：表情是皺眉眯眼的，情緒是生氣、無奈、焦慮不滿，動作偶爾一手扶著頭

■ 人員/道具：無

■ 演出時間：8 分鐘

SP 開場語

醫師，我這三日幾乎都沒睡，頭快痛死了。

SP 必問問題

1. 針灸是如何治療失眠
2. 針灸的副作用和注意事項
3. 針灸的部位、經絡和穴位
4. 生活注意事項

回應考生原則

■ 對話：考生詢問到劇本未描述的問題，回應還好或不確定即可。

測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	12/15	版本日期	2021/09/09 Final
------	--	-------	------	------------------

劇情

(一)臨床資料

1. 基本資料：63 歲許先生，台北人，已婚，高中教師退休。
2. 個案情境與主訴：

於半年前發生腦梗塞，現仍有右側肢體無力，持續住院復健並會診中醫針傷科合併治療。此次前來會診自述於中風後開始現失眠情況，非常困擾。

(二)病史詢問包含：(主要臨床症狀、現在病史、過去病史可包含家族史、藥物史、過敏史、其他病史)

1. 主要臨床症狀：失眠約半年
2. 現病史：平均至少需要兩小時以上才能入睡，眠淺易醒，眠中斷後尚可再入眠，多夢，服用安眠藥剛開始稍微有效，但日久效果又不佳。近幾天又因同住院易受同房他人影響情況加重，即使有入睡也極淺眠，眠中斷即難再入睡，因而白天精神差、頭暈痛、注意力無法集中。
3. 過去病史：本身有高血壓病史，長期服藥控制。
4. 個人史：無咖啡、抽煙、飲酒習慣。

(三)身體檢查：

望：身型稍胖，面色稍白，舌稍暗紅，苔薄白，舌下絡脈無曲張。

聞：聲音正常。無特殊氣味。

問：口乾欲飲，難入睡，眠淺易醒，多夢，納可，二便尚可

切：脈弦，沉取無力。

測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	13/15	版本日期	2021/09/09 Final
------	--	-------	------	------------------

劇本對白例句

SP 對醫師的問題		醫師的回答			
開場語		您好，我是 XXX 醫師。請問您是？			
	醫師，我這三日幾乎都沒睡，頭快痛死了。	詢問患者失眠情況			
陳述失眠情況	我從中風以來睡眠很淺，這次入院又整晚被隔壁床吵得睡不著，然後護理師又半夜來巡視也會受影響，我又會認床，所以從住院以來已經幾乎沒辦法睡好多天了，頭整天都好暈好痛快瘋了，做復健時注意力也無法集中，安眠藥吃了也沒用，很怕我沒辦法好好把握復健的黃金時間，請問醫生我到底為什麼會這樣？這樣有救嗎？針灸會有幫助嗎？	(傾聽並安撫患者情緒)針灸也可以幫助睡眠。			
必問問題	針灸可以怎麼幫助睡眠啊？	針灸可以安神助眠，如果是本身氣血陰陽不平衡造成的失眠，針灸也可以調整氣血，處理失眠的根本原因。			
	針灸有沒有什麼要注意的事或副作用？	可能會有暈針、感染、局部血腫、滯針、彎針、斷針、氣胸、出血等副作用，但機率都很低。針灸時避免肢體移動，如果下針有明顯疼痛可以反應調整位置，針灸前避免空腹，針完 1 小時避免泡澡或游泳，針刺後部位避免按揉，若有出血則按壓止血即可。			
	請問你要幫我針灸哪裡？這是什麼經絡和穴位？	我今天會針灸頭部和四肢，選的是督脈的百會、心經的神門和腎經的照海。			
	生活上有沒有什麼要注意的？	(1) 壓力的調適以保持情緒平穩，如從事運動、旅遊、靜坐、放鬆、深呼吸等。 (2) 營造良好睡眠環境，如儘量減少噪音和光線，維持適當的溫度。 (3) 規律作息，固定時間起床和就寢。 (4) 良好的飲食習慣，勿過飽或過飢，避免以酒精助眠，中午過後避免咖啡或茶等咖啡因的攝取。			
測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案		14/15	版本日期	2021/09/09 Final

		(5) 避免於睡前使用 3C 產品 (6) 平時養成規律運動習慣，但睡前避免劇烈運動。 (7) 儘量不要在開始針灸治療後突然停止使用平時已有使用安眠藥物，避免症狀反彈。
--	--	---

■ 診間示意圖：無

■ 道具及器材：無

測驗對象	☐ 中醫內科 ☒ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☐ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	15/15	版本日期	2021/09/09 Final
------	--	-------	------	------------------