

桃園立潔牙醫診所 健身牙醫廖秉輝 回歸口腔預防醫療

文／洪詩茵 攝影／余秀萍 部分圖片提供／桃園立潔牙醫診所



廖秉輝醫師致力口腔衛教，回歸預防醫療本質。



廖醫師與診所助理致力滿足患者需求。

座落在桃園市龜山區文化二路 34 巷上的桃園立潔牙醫診所，有一位健身帥氣牙醫——廖秉輝醫師當招牌門面，熱愛健身的廖醫師透過健身改善牙醫師常見的職業傷害，讓自己對於牙醫診療服務更加行有餘力，力行口腔清潔的衛教，期許在地區建立以「預防醫療」為主的牙醫服務，回歸牙科治療的根本，從小做起，改善台灣齲齒與牙周病比率過高的問題。

定著桃園提供服務

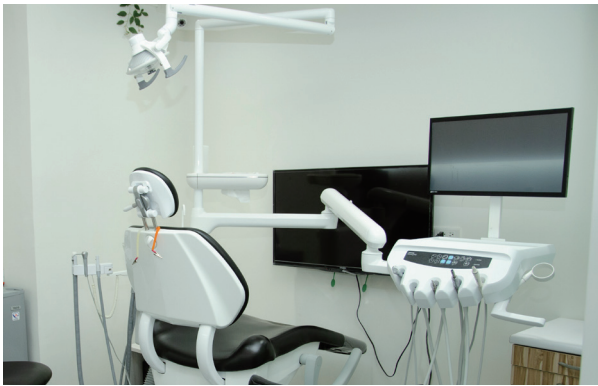
談起選擇牙醫這行的故事，廖醫師直言，就是自然而然地走上這條路，從小到大都是念升學班，當

時資優班的學生幾乎個個都是拚醫學系，他也就順理成章地選擇了牙醫科系，再加上他從小就熱愛手作，喜歡玩拼圖、模型之類的玩具，而牙醫師這行正好需要接觸齒模、假牙之類的事物，與他的興趣不謀而合，就這樣定著牙醫工作。

從高雄醫學大學畢業之後，廖醫師緊接著於 2008 年研讀高雄醫學大學牙醫碩士，專研假牙補綴專業，2010 年從碩士班畢業，工作 4 年之後，才與其他牙醫師合夥創立桃園立潔牙醫診所。自行開立診所需要機緣，廖醫師坦言，畢業後雖然一直都有自己創業的想法，但在心態上，會比較抱持隨緣的態度，一直都有在尋找適合開立診所的地點，直到剛剛好找到現在這個地點，才毅然與其他牙醫



廖醫師熱愛健身，訓練出一身好體魄。



獨立診療空間給予患者自在的看診體驗。



診所裝潢簡潔大方，氣氛溫馨舒適。



立潔牙醫診所位於桃園市龜山區文化二路。

師合資創業，「我們本來就鎖定桃園地區，正好找到這個區域，發現附近早餐店多，這就代表住戶多，而周邊牙醫診所又不太飽合，看好周邊住戶的口腔需求，立刻決定將診所定著在這個地區。」

以患者需求為出發點

「牙醫這個產業，只要口碑好，就算不開在市中心也無妨！」廖醫師表示，診所從 2014 年成立到現在，完全沒有做過任何廣告宣傳，也沒有經營任何社群粉絲專頁，光靠周邊患者的口碑宣傳，看診人數就一路成長，現在每天的看診人次都是滿檔，診所的牙醫師也從創業時的 5 位增加到現在的 8 位，以應付越來越多的患者需求。

問廖醫師如何建立好口碑？他大方分享，就是「以患者需求為出發點」，他舉例表示，就像現場掛號的服務，現在大多數牙醫診療都需要提前預約

掛號，或者是只接固定數量的現場掛號，考量到牙痛的發生無法預期，就患者而言，已經非常不舒服的狀況下，又要等預約或者被拒之門外，真的會非常無助，所以只要在掛號截止時間前掛號，他們都會接納患者。不過，除非突發狀況，仍是建議預約。

另外，考量到患者就診時的心理感受，立潔的診療空間是採取獨立包廂的設計，讓患者看診時也能享有絕對的隱私權。同時，前年診所才從隔壁搬到現址，診所空間全部重新裝潢設計，以原木色系搭配純白色系，設計簡潔大方，有家的溫馨感、也有診所的潔淨感，相當舒適宜人。

熱愛健身的牙醫師

廖醫師給人第一眼的感受就是年輕、活力，大冷的天穿著短袖上衣，而且從手臂也看得出來有健身習慣。問及熱愛的健身運動，廖醫師坦言，他的健

廖醫師 @ 正確口腔清潔衛教

必備工具：牙刷、牙線、牙間刷（有裝牙橋或齒縫大、學習能力差的長者）

注意事項：

1. 先使用牙線將齒縫的食物殘渣清除乾淨，再使用牙刷刷牙，可避免食物殘渣黏著在牙刷上。
2. 刷牙時，建議採貝氏刷牙法，務必要刷到牙齦與牙齒的交界處。
3. 由於牙線無法清潔到假牙縫隙，有裝牙橋的人，必須使用牙間刷清潔牙橋縫隙；另外，牙齒縫隙大或學習能力較差的長者，也可以牙間刷輔助清潔。

★首次使用牙線，建議對著鏡子練習使用，每天操作自然熟練，若真的無法學會使用牙線的長者，可用牙間刷或沖牙機取代。



身歷史已有 10 年，牙醫師工作忙碌、壓力大，導致生活作息不正常、飲食習慣不健康，加上看診時需要長時間維持相同的彎腰姿勢，通常都會有腰酸背痛的后遺症，他大概在 30 歲左右就開始有腰酸背痛的毛病，為了改善腰酸背痛的問題，才開始健身，並且加強做一些腰部與背部的訓練，而且隨著健身教練的建議，飲食方面也會有所改善調整。

廖醫師進一步分享：「健身之後，不僅看診姿勢有所改善，腰背也變得比較有力，當腰背力量穩定，連帶看診時也會比較輕鬆穩定。同時，因為飲食自律，整個人的精氣神越來越好，情緒安定溫和，連帶展現在診療品質上，帶給患者最佳的診療體驗。」

推廣口腔預防醫療

依據多年臨床治療的經驗，廖醫師分享，當前台灣人最常見的口腔問題，仍是以齲齒與牙周病為主，另外，還有一些狀況是「不必要的多餘治療」。

身為補綴科醫師的他解釋：「看診的過程中，我發現有些患者會被進行『不必要的多餘治療』，舉例來說，有時候患者完成根管治療，其實只需要做一顆假牙就好，卻被告知要做二顆相連，這樣的處理方式有待商榷，而且未來兩顆牙齒也有可能會出現狀況，處理起來可能更麻煩。另外，許多有治療機會的牙齒被拔除做成植牙，未來也可能產生其他問題。每位牙醫師擅長的治療方式不同，患者處

於資訊不對等的狀態下，會建議當碰到這類假牙或補綴等治療問題時，可以多諮詢一些專科醫師的意見。」

再談到齲齒與牙周病的問題，其實應該要從最根本的清潔衛教來討論，蛀牙與牙周病都是口腔清潔不確實引起，就算牙醫師當下為患者解決牙齒問題，只要口腔清潔仍舊不確實，未來還是會發生問題。廖醫師戲稱自己非常懶惰，「我喜歡一次把事情做對、做好，這樣患者就不需要一直回頭來找我們，所以我非常重視口腔清潔衛教，即便患者自稱有確實做好清潔，我也會請他們帶著自己的牙刷對著鏡子示範給我看，確實做好口腔清潔的衛教。同時，還會請助理提前幫患者預約好每半年一次的洗牙時間，目前患者的回訪機率高達 8、9 成，可見良好的潔牙習慣是可以靠診所的督促養成的。」

廖醫師希望將診所經營成該地區牙齒的「預防照護中心」，他提及，歐美國家的牙科治療，原本就是以「預防醫療」為主，因為歐美國家看醫生非常昂貴，所以歐美有所謂的口腔衛生師，可以直接幫患者洗牙，並且進行日常的保養檢查，他希望台灣的牙科醫療也能邁向「預防醫療」，由桃園立潔作為起點，培養有共同理念的新進醫師，待時機成熟，再推動這些醫師出去開立以「口腔預防醫療」為理念的診所，由小而大，藉此改善台灣整體牙科治療的觀念，也進而優化台灣口腔衛生現況。🔥