

一草中醫 洋溢滿滿文青風

嚴選中藥 精研針灸 以療效為依歸

文、攝影／洪詩茵

「一把良心中藥草，十年精研除病針」，座落在新北市新莊區大觀街上的一草中醫，跳脫一般中醫診所給人的既定印象，全透明的玻璃門面、純白的裝潢色調，搭配木質地板與原木座椅，初次路過，常會讓人誤以為是一家咖啡廳。李佳憲院長與林巧梅醫師，夫婦二人攜手創業，希望打造一家以處理疾病為根本的中醫診所，提供在地鄰里最貼近需求的傳統醫學服務，更結合音樂會、講座等活動，成為在地最獨特的一隅風景。

這個診所很文青

2019年，一草中醫成立，2020年新冠疫情大爆發，面臨現實環境的嚴苛考驗，一草中醫憑藉紮實的傳統醫學服務，以及改善效果顯著的針灸技術，即便診所位於過路客不多的路段，透過患者的口碑相傳，4年時間慢慢站穩腳步，贏得周邊鄰里的信任。

一手打造一草中醫的林巧梅醫師分享，「院長一直都是在新莊的診所服務，當時適逢工作轉換之際，而他也40多歲了，如果再不出來自行創業，未來就更沒有精力創業了！雖然擔心失敗，但在



林巧梅醫師親力親為，致力打造理想中的診所樣貌。

『做自己想做的事』的企圖心下，我們還是決定踏出創業的那一步！」

選擇現址，除了夫妻倆是新莊人之外，也是一場緣分，林醫師說：「選擇診所地點的時候，正好經過現址，過去本來是髮廊，我看到房東在門外整理，卻沒有招租，於是自行上前詢問，房東才透露，房子有些屋況，原本他打算整理過後再招租，得知他們是要經營中醫診所，雙方一拍即合。」

為了打造理想中的診所樣貌，賦予診所「家」一般的舒適氛圍，讓每位進來的患者都有「放鬆」的感覺，林醫師親力親為，完全沒考量成本效益，僅規劃



林醫師親手繪製的診所圖，診所也展現她理想中的樣貌。



吧台的设计賦予診所咖啡廳的悠閒感。



牆上滿滿都是林醫師與兩位小孩的畫作，畫作下方的一草字樣是小孩的墨寶。



一草的候診區寬敞明亮，左側的白牆可當作投影牆。

一間診間與一間針灸室，保留非常大的候診區，牆上掛滿了她自己及兩個小孩的畫作，賦予診所畫廊的印象，畫作右下方的牆上更有診所名稱「一草」的白色立體字樣，這兩個字是複製林醫師小孩的墨寶！

最特別的是，診所入口處有一台鋼琴，學過鋼琴的林醫師透露，她過去在醫院認識一位非常會唱歌的小男孩患者，當時起心動念，很想給男孩一個舞台，同時也讓診所病人感受溫暖氛圍，就開始固定每年年底都會在診所舉辦小型音樂會，愈來愈多小朋友與樂器加入演奏的行列，也豐富了一草的色彩，帶來醫療之外的另種風景。

而畫作另一側的大片白牆，也是林醫師的巧思，平時可以張貼各式各樣的衛教文章，也能當作投影牆，配合舉辦活動講座，近期才配合舉辦長照講座，讓更多民衆有機會了解長照福利政策。

林巧梅用「家」的思維打造一草，也賦予了每位來到一草的患者，「家」一般放鬆的看診體驗。

嚴選中藥 專研精進 療效至上

一草的 LOGO 有醫療的十字、有草字頭，還有中醫的太極，象徵著他們的服務理念，一把良心中藥草，也蘊含著小草的韌性，開診第一天就有患者是被這個名字吸引而來。

曾經有患者說：「我兒子叫我來一枝草就對了！（台語）」林醫師分享：「很開心這個名稱這麼老少咸宜！一草其實對我們而言有許多含義，一枝草一點露，代表我們一點一滴把今天的一草建立起來；一草一木皆有情，代表我們尊重萬物生命，小至一草；一草一天堂，代表我們中醫診察，是可以從微小之處，去知道全身的狀況，例如診脈看舌，也代表我們人體是配合著宇宙天地節律在運作。」

為了達到為患者處理疾病的理念，林醫師拋棄成本思維，採用高品質安心中藥、醫療等級遠紅外線儀，給來診朋友最好的醫療。她透露：「使用好的中藥，療效才會好，推己及人，我們自己想使用好的中藥，就想讓患者也使用好的中藥，水藥使用的是成本高出二、三倍的安全中藥，科學中藥也挑選成本稍高、效果較好的品牌，包括診所內的遠紅外線儀，也是引進同亞東醫院相同等級的儀器，一切都是以療效為考量。」

有鑑於針灸效果快且有感，李院長專研針灸多年，幾乎是投入整個生命在精進中醫與針灸專業，林醫師笑著透露：「院長非常熱愛學習，不僅參加許多課程，也非常喜歡看書，我們夫妻開車去接小孩，等



一草引進醫院等級的遠紅外線儀器。

候的那十幾分鐘時間，院長也要拿起書來看，幾乎是無時無刻都在學習。院長曾說，每當看到病人有效果，就會非常有成就感，這也是促使他一直專研精進、深入學習的動力。」

口碑相傳 以療效贏得支持

在一草中醫的 Google 店家資訊下，可以看到許多患者的看診感言：

Joy Chou：「之前滑雪摔到，痛很久，之後來到一草中醫針灸，院長針灸很厲害，來了幾次，不痛了！最近肩頸不舒服，繼續來找院長針灸！院長針灸技術真的很好，櫃檯服務小姐態度也都很好，很溫柔！」

Sherry Lee：「從小到大一直都很害怕看中醫，來到這裡馬上改觀！一草中醫環境佈置的很溫馨，跟一般中醫診所不太一樣，放著輕快的音樂讓人很放鬆，櫃檯醫護人員也很親切，因近期腸胃不適加上燥熱來尋求林醫師，林醫師看診很詳細，先詢問哪裡不舒服，再來查看舌頭狀況，然後邊把脈邊詢問其他不舒服的問題，腸胃不適已困擾我整整3天，今晚吃完第一包藥後就感覺到改善，謝謝一草中醫，謝謝林醫師！」

Glory Lu：「非常感謝院長這樣親切耐心的為母親治療。母親因為長期帕金森用藥副作用，腦部循



每年年底，林醫師都會在診所舉辦小型音樂會。

環不好會有幻覺，但是吃治療幻覺的藥會嗜睡整個人變得呆滯，經過朋友介紹來一草經過院長針灸診治後，母親精神變好也不需要再吃幻覺的藥了。」

高達 4.8 顆星的評價，足見一草中醫的醫療服務倍受患者肯定，附近許多阿公、阿嬤都喜歡來找院長針灸，改善長年積累的痠痛，也有許多倍受長新冠困擾的患者，在這裡透過中藥調理獲得改善。林醫師坦言，長新冠引發的問題包括腦霧、體力下降、咳不停、肺功能下降、睡不好、焦慮…等，在中醫的表現就是氣虛，透過投藥與針灸及飲食的控管，可以有效調理體質、改善虛弱與疲勞。

未來，一草中醫將持續服務鄰里，堅持精進專業，嚴選安心中藥，以療效為依歸，提供高 CP 值傳統醫療服務，發揮小草一樣的精神與韌性。🌱

Profile

【院長 李佳憲】

◆ 現任：

一草中醫診所 院長

◆ 經歷：

亞東紀念醫院 主治醫師

◆ 證書：

中醫師 & 中醫藥師雙執照、中醫耳鼻喉科專科醫師
中醫皮膚科專科醫師、中醫兒科專科醫師

◆ 主治項目：

顏面神經麻痺、中風後遺症、帕金森氏症、坐骨神經痛、
肩頸痠痛、各關節疾患、痠痛麻痺症…

【主治醫師 林巧梅】

◆ 現任：

亞東紀念醫院 主任

◆ 經歷：

亞東紀念醫院 主治醫師、柳營奇美醫院 總醫師
奇美醫學中心 住院醫師、嘉義基督教醫院 醫師

◆ 主治項目：

新冠確診後遺症、上呼吸道疾病、胃食道逆流、腸胃
疾患、睡眠障礙、經前症候群、尿失禁、更年期障礙、
量身產後調理、自律神經失調…