

中華民國家庭牙醫學會邀稿

COVID-19 疫情中來自西雅圖牙醫師的經驗談 by 馬學澄(Polly Ma) 2021.05.25

我是在西雅圖開業的牙醫。我的專科是 prosthodontics，在我的病人族群中，60 歲以上的病患超過一半，全算是高危險群。華盛頓州是全美出現第一例新冠確診的州，去年 2 月華州一處安養中心爆發第一起群聚感染。之後的病例數如雪球般滾大，去年 3 月起每日數百例確診，華州州長下令封城。所有牙醫診所在華州州長緊急行政命令之下，自 3 月中之後，除了急診之外，休診兩個月。剛開始時，待在家中覺得很不真實，百般無聊，短期之間並沒有感到經濟壓力，覺得疫情離我很遙遠。直到 5 月時，在 Seattle Times 上讀到一篇報導，一位李先生在兩週之內失去三位親人，細讀之下，才發現那是我的病人，前兩個月我才完成那位病人的假牙，我的病人及同住的兩位女兒，三人在兩週之內相繼因新冠肺炎去世，我才驚覺疫情就在我身邊，才確實感到“stay home to save lives”不是口號，新冠肺炎也不是嚴重的 flu，因為全家可能同時得 flu，但不會同時因 flu 而死亡。

雖然疫情並沒有減緩太多，但是經濟必須重啟的壓力，華州州長緊急行政命令于 5 月中到期，大部分診所于 5 月中重新開診。在停診的兩個月中，上了很多 webinar，ADA 也有提供“Return to work toolkit”。經過兩個月的整備後，員工們也願意回來上班，我的診所也在去年 5 月中重啟，到現在也一年了，我有病人得 COVID，也有病人死於 COVID。但他們並非在牙科被感染的。至少我沒有聽過牙科裡的群聚感染。

以下整理我們診所採取的措施以及一些經驗，提供台灣的同業參考。

在**硬體**方面，

1. 在前枱加裝“sneeze guard”



2. 所有診間及候診室皆加裝 H13 空氣清淨機，工作期間全天運轉。Hygiene room 加裝 Extra-oral suction unit，供 hygienist 在用 Cavitron 時使用。這台機器很吵，但是讓員工和病人比較安心。



3. 使用 fogger，用 hypochlorous acid 消毒室內全處。我們也用 hypochlorous acid 消毒照 x-ray 時使用的 lead apron。



在看診流程上，

所有病人一律先以口頭詢問，確定近日內沒有發燒，咳嗽，呼吸困難，傷風感冒類似症狀，喪失味覺嗅覺等症狀，或與確診者有接觸，才可約診。

Patient Name: _____	PRE-APPOINTMENT		IN OFFICE	
	Yes	No	Yes	No
Do you/they have fever or have you/they felt hot or feverish recently (14-21 days)?	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No
Are you/they having shortness of breath or other difficulties breathing?	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No
Do you/they have a cough?	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No
Any other flu-like symptoms, such as gastrointestinal upset, headache, or fatigue?	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No
Have you/they experienced recent loss of taste or smell?	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No
Are you/they in contact with any confirmed COVID-19 positive patients? <small>Patients who are used but who have a close family member or home with COVID-19 should consider undergoing elective treatment.</small>	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No
Is your/their age over 60?	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No
Do you/they have heart disease, lung disease, kidney disease, diabetes or any auto-immune disorders?	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No
Have you/they traveled in the past 14 days?	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No	<input type="checkbox"/> Yes	<input type="checkbox"/> No

Positive responses to any of these would likely indicate a deeper discussion with the dentist before proceeding with elective dental treatment.

* For testing, see the list of State and Territorial Health Department Websites for your specific area's information.

所有員工及病患進入診所，必測體溫及血氧值，正常血氧濃度至少有 95%，慢性肺阻塞(COPD)病人會略低，以期偵測有否 happy hypoxemia 情形。每位患者進出之後，前枱員工一定用 HOCl 噴灑擦拭櫃檯，門把及椅子的扶手（如果病人有坐下來）。

減少患者在候診室等候的時間。要求患者在車上等候，待診間清空，再電話通知病患進入。我的診所很小，若要維持社交安全距離，最多只能有兩位患者在候診室，一位坐這頭，一位坐那頭。但疫情期間，儘可能不讓任何人坐在候診室等，若不得已有患者在候診室等待，就讓看診完的患者由不同出口離開，減少患者之間的接觸。

病人就座之後，會先以 Peroxyl(1.5% hydrogen peroxide) 漱口 30 秒，然後才開始治療。也有聽過別人用 iodine 或 CTx4 rinse (Carifree 的產品) 讓病人漱口。

減少看診人數，每位患者間留 10 分鐘空檔，加強消毒。

若診所所有病人確診且在就診日 14 天內時，會接到通知，診所內所有員工及確診病人來診日之後的病人都必須去採檢。如果有任何員工有感冒生病症狀，我們就休診，全部員工都去採檢，直到得到陰性結果，確定不是新冠才重新開診。採檢多半在空曠的停車場，都是網上先預約，完全免費。生病的員工也是得等到全部症狀解除，採檢陰性，才能回來上班。開始時，檢測結果要等好幾天才能拿到。幸好員工生病這樣的危機只發生一次，不然對診所的財務打擊是雪上加霜。

在 PPE 方面，剛開始時，完全買不到 N-95 口罩。幸好有 Washington State Dental Association 及 American Dental Association 的協助，能以只付運費的低價，得到一些 KN-95 口罩，另外也有同僚從韓國買來一些大陸製的 KN-95 口罩，也能派上用場。

工作時，KN-95 口罩戴在內層，外面加上 surgical mask，再加面罩，戴 surgical cap，穿隔離衣。不同病患之間會換外層的 surgical mask，不在患者之間跳來跳去的看診，一位看完再看下一位。我看診時，助理會 saliva ejector and HVE(High-Volume

Evacuator) 兩者併用，在面罩之下覺得滿安全的。但因為我常戴 loupes，同時再戴 face shield 會很笨重，有時會偷懶不戴 shield。

我們診所是用可以洗的隔離衣，每天會將隔離衣留在診所換洗。下班回到家之後，第一件事就是換下工作服洗澡。除了上班之外，平常都乖乖待在家，不拜訪親友，也不外出用餐，偶爾出門採買食物或外賣。

華盛頓州人口不到 8 百萬，現在每天仍然有近千新確診，但 16 歲以上疫苗覆蓋率近一半，我們已經認為安全多了，百業要重啟了。台灣近來才迎來 first wave，其實也不必要太驚慌，注意衛生，避免群聚，及戴口罩是好的，可以降低感染的可能性。室外活動如果不是群聚，應該還是很安全的。如果有疫苗可打，有機會打就去打，可以明顯的降低感染後的嚴重性。若這裡能下降到一天兩、三百個以下的新確診，大概我們會認為疫情已經結束了吧。希望台灣能快些買到疫苗。祝大家身體健康！

作者簡介

馬學澄 Polly Ma

國立台灣大學牙醫學系畢業

國立台灣大學補綴科專科訓練

美國華盛頓大學補綴專科碩士畢業