

榮潤國

精神學翻譯家

小孩子失眠？失眠會致肥？夢遊會打人？這些問題看似奇怪，但原來都是事實。精神科學系教授兼睡眠檢查室主管榮潤國校友（86 聯合內外全科醫學）分享指，常持開放態度看事物，懂得提問、追尋，自能在學術研究之中找到樂趣。



作為中大首屆醫科生，榮潤國經歷過創院時最艱苦的「container generation」（在貨櫃上課的「貨櫃教室」年代），亦見證過醫學院始創人的遠見卓識及踴躍奮發之志：「創院院長蔡永業教授是『中大醫學院之父』！他高瞻遠矚，在當年已看到香港需要另一間醫學院，並在醫學院推行全人教育的模式。我的另一位恩師，則是創辦中大醫學院精神科的陳佳勳教授。」他坦言，當年之所以選擇投身精神科及睡眠醫學研究，都是受陳教授的啟發。早年習醫，威爾斯醫院尚未建成，蔡院長及李國章教授等四出尋找教學醫院，最後找到聯合醫院及九龍醫院；因此，曾有一段時間，醫科生就在聯合醫院內設的貨櫃上課。榮潤國笑說，在風風雨雨之間，他們走過了那段「container generation」。

發問乃研究之本

對於陳教授的教導與鼓勵，

榮潤國至今未忘：「陳教授相當着重鼓勵學生提問。還記得他說過：『愈多問問題，愈多好答案；愈多好答案，愈多好問題。』這個『search and research』的過程，正是研究之本。」此外，榮潤國仍然對醫學院的老師李川軍教授坦白地向學生表示「我不懂回答（你的問題）。」感到敬佩不已：「讓我改一改《論語》的說法來形容，那是『知之為不知，不知為知之。』的態度，即是當你自以為知道答案時，其實你並不知道；當你開始知道自己不知道甚麼時，就是知道了！」他強調教授們對知識的開放態度，為中大醫學院形成優良的文化傳統，這份虛心求學的精神，實在難能可貴。

在80年代初，「精神科」相對屬較「冷門」的學科，為何榮潤國會對這科情有獨鍾？「第一，在眾多疾病之中，精神科的疾病對病人影響深遠，不單病人自身的精神健康，甚至他們的家人亦會受到一

定困擾；第二，它有隱藏性，例如病人沒精打采，自己也說不出怎樣不適，而醫生就像「翻譯家」，負責「翻譯」病人的病情，為他們進行分析，找出因由；第三，未來數十年或百年，是一個『腦科學』的年代，潛力無限。我們如何思想？為何會有思想、感情？我們如何存取記憶？延伸可研究有關腦退化等課題。」他指出，研究人的思想、感情、情緒、行為等，雖然「無形」，卻影響深遠，是人類重要的課題。

教育減負面標籤

精神病患者，或會無故傷害自己，聽榮潤國一席話，頓感他對病人的那份體察與關懷：「精神科讓我看到很多別人看不到的東西。病人看似行為怪異，但我常告訴學生，我們要嘗試理解看似不能理解的事情。若你細心聆聽、細心看，他們其實有自己一套邏輯。病人為何無故傷害自己，甚至傷害別人？



精神科屬較冷門的學科，但榮潤國（第3排右1）對此情有獨鍾，98年更成為中大醫學院精神科學系教授，圖為當年該系教職員合照。

或因他們有幻覺、幻聽，對他們而言，那都是真實的。所謂『旁觀者清，當局者迷。』他們傷害他人，是因為要保護自己。原來，當人患病的時候，最易受傷害、最痛苦的人不是別人，而是他自己。若站在病人的角度，就能跨越標籤的鴻溝，理解他們的行為。正因為那是『病』，醫生才要幫他們解決問題。」偏見源於誤解，榮潤國相信，教育有助減輕人們對精神病患的負面標籤。

一些看似平凡不過的問題，往往潛藏危機——睡眠正是其一。榮潤國說：「從前，大家都會忽視睡眠的問題，事實上，睡眠與情緒問題，兩者互為因果。1988年，正是陳佳肅教授率先在香港成立首個睡眠檢查室，把睡眠醫學引入香港，而我，則跟隨陳教授的足跡，研究睡眠問題。」這些年來，睡眠問題漸受社會關注，榮潤國和他的團隊，在當中有相當大的貢獻，亦澄清了不少人對睡眠的誤解，例如他曾與兒科的李民瞻教授合作，研究小學生的失眠和夢遊問題，發現家長作息時間對子女睡眠有決定性的影響；長期睡眠不足，會造成肥胖，甚至對血糖、血壓、情緒、免疫系統等多方面都有影響；此外，原來長者夢遊的問題，亦可能是腦

退化症的先兆……這些重要的研究，對香港社會公共衛生的長遠發展亦有相當的啟發性。

“精神科讓我看到很多別人看不到的東西。
病人為何無故傷害自己、傷害別人？
傷害他人是因為要保護自己。
原來，人有病時，
最受傷害的不是別人而是自己。”

打蛇善用心理戰

回想校園生活，榮潤國最懷念的，還是與同窗在赤坭坪合租村屋，以及在聯合書院湯若望宿舍的日子：「當年中大醫學院尚未被英國醫學總會承認，同學們都以此為目標，拼命耕耘。曾一起經歷風雨飄搖的年代，那些同學，至今仍是我最好的朋友。」至於近年在新亞書院擔任宿舍委員會及舍監的工作，則是一段有趣的經歷。「記得有一次『打蛇』，同學們都聚在大堂議論紛紛，但有同學卻躲在一角用電話。我告訴導師指那名同學正是『蛇』。那

導師驚訝於為何我知道那同學就是『蛇』？其實那不過是簡單的心理觀察：當人人都有興趣知道發生甚麼事，為何只有他沒有興趣知道？」榮潤國微笑着說。他強調為安全及資源公平考慮，要求非宿生購買「蛇飛」住宿，實有其必要。

至於日後發展，榮潤國認為中大醫學院未來應要繼續創新，堅持以科學方法進行研究，且鼓勵跨科合作，融合研究。在金禧校慶年，他寄語在學弟妹，須忠於自己的想法：「做科研首重興趣，同學要敢於提問、想問題，然後尋找答案，一個又一個問題接連追尋下去，這正是研究的樂趣。」

榮潤國小檔案

1986	香港中文大學聯合書院內外全科醫學士
1996至今	香港中文大學新亞書院宿舍委員會委員
1997至今	香港中文大學睡眠檢查室主管
1998	香港中文大學醫學院精神科學系教授
1998至今	沙田威爾斯親王醫院精神科部門主管
2002至今	中醫中藥研究所中藥臨床研究中心副總監
2004至2006	香港中文大學新亞書院輔導長
2006-2010	香港睡眠醫學學會主席
2007	英國皇家精神科學院院士（FRCPsych）
2007-2013	香港中文大學新亞書院宿舍委員會主席
2011至今	香港中文大學醫學院副院長（學生事務）

曾獲獎項：2010年全國睡眠科學技術大會獲中國醫師協會頒授傑出貢獻獎、2011/12年度香港中文大學醫學院全年最佳教師獎等。