

## 越南旅行初見胡志明

臺大醫院家庭醫學部 林靖傑管理師



胡志明，舊稱西貢，是越南五大直轄市之一，也是越南政治、經濟、交通及文化的中心，胡志明市屬於悶熱的熱帶型氣候，且因該市為歷史悠久的城市，生活環境較為老舊，飲食方面更是有傳染風險需特別注意，對這個城市非常陌生的我，除在新聞或疾管署的公開新聞稿獲得疫情資訊，現在衛生福利部疾病管制署與臺大醫院合作成立「新南向人員健康服務中心」，為國人到新南向國家洽公、旅遊或留學提供醫療資訊或諮詢服務，於

是我利用官方網站的諮詢表單詢問我至胡志明市須注意的即時疫情及常備藥品，該中心於 24 小時內就回覆到我的信箱，非常有效率而且專業，幫助我解決這次行前準備最大的問題。

第一天，臺灣到胡志明市的飛行航程約 3 小時 40 分鐘，時差比臺灣慢 1 小時，我們走到胡志明市人民委員會大廳(UBND Thành Phố Hồ Chí Minh)，前方有胡志明的銅像，他是越南民主共和國建國領導人、越南勞動黨主席兼越南民主共和國主席，銅像面對著阮惠街行人廣場(Nguyễn Huệ Walking Street)也是胡志明市最熱鬧繁華的街道，著名的咖啡公寓該條路上，胡志明市主要的交通工具是計程車，起跳價是 12,000 越南盾，相當於臺幣 17 元左右，比臺北捷運 IC 卡最低單程價還便宜；檳城市場是西貢時期少數保留至今的建築之一，也是胡志明市的地標，市場裡面除飲食小店之外，還賣很多名牌 A 貨，而且價格都非常便宜還可以殺價，其實在這個市場就可以逛上半天；結束後，前往下個著名網美聖地：「新定教堂(Nhà thờ Tân Định)」，宏偉的建築配上粉紅色的外觀，看起來相當有朝氣又好討喜，吸引好多遊客來這裡狂拍，當然我也不例外，教堂附近還有一座新定市場(Chợ Tân Định)，這個市場就比較類似臺北的永樂市場或五分埔商圈，主要販售織品布料及衣服。胡志明市的夜生活也非常豐富，最有名氣的就是碧文街(Phố đi bộ Bùi Viện)，這裡聚集各式酒吧及夜店，到午夜十二點都還非常熱鬧呢！這裡的調酒價格也非常便宜，惟該區環境較為混雜，要特別注意飛車搶奪。

第二天早上我們早餐到中原咖啡(Trung Nguyen Café Legend)，越南著名的連鎖咖啡店，而且內用座位地板都是白砂，在海灘上點一杯越南冰滴咖啡配一份法國麵包，真的是好享受的早晨啊！今天就是一連串歷史建築的巡禮，先從紅教堂開始，原名為西貢聖母聖殿主教座堂

(Nhà thờ chính tòa Đức Bà Sài Gòn)，建築材料完全從法國進口，直到今天紅色的磚仍然沒有褪色，故暱稱為紅教堂，很不巧我們去的時候正在整修，無法望見全貌，不過紅教堂旁的對街是文青必訪的書街，但所販售的書全都是越南語，這條街是由樹木覆蓋，太陽灑進樹葉間，感覺相當愜意；附近還有必須造訪的胡志明市中心郵政局(Bưu Điện Trung Tâm Sài Gòn)，這是法國殖民時期第一座郵政局於 1892 年啟用，現在仍提供郵政服務，還有紀念品販賣店，可以在此買明信片寫完就可以直接在旁邊的櫃台貼郵票寄出去囉！接著晚上我們特別安排觀賞一場表演：「Teh Dar Show」，講述越南原始部落的故事，現場有越南傳統樂器伴奏且展現各種高超的特技，而且是在 1900 年落成啟用充滿法式華麗風格的胡志明市大劇院(Nhà hát Thành phố Hồ Chí Minh)觀賞表演。胡志明市夜景可以選金融塔(Tòa nhà tháp Thương mại)，位於 51 樓的「EON51」360 度的高空酒吧，胡志明市盡收眼底！

第三天就是瞭解胡志明市戰爭歷史的一天，同時也是我最難熬的一天，一大早起床就出現頭暈、頭痛、手麻以及噁心想吐的症狀，但我仍是撐著難過的身體走完今日所有的景點，先是統一宮(Dinh Thống Nhất)，興建於法屬印度支那時期，曾經於越南戰爭時被摧毀，由越南南方共和國重建後稱為獨立宮(Dinh Độc Lập)的總統官邸，因 430 事件中北越一部 T-54 坦克衝入南越總統府撞毀大門，結束越戰，這部終結越戰的坦克車目前亦停放在統一宮外頭的公園，現已改稱為統一宮並開放展示建築內總統辦公室、賓客接待廳、餐廳、廚房、電影播映室以及酒吧等。建議大家可以買統一宮跟戰爭遺跡博物館(Bảo tàng chứng tích chiến tranh)的套票，可以一起參觀這具有歷史意義的博物館，戰爭遺跡博物館還陳列各種槍砲射擊後斷垣殘壁的紀錄，還有化學武器攻擊後越南人民受感染或生產出畸胎的嚴重程度，因為這些照片太過震撼，讓我久久無法忘懷，到現在仍歷歷在目。晚餐選擇當地著名的烤肉晚餐：「5KU Station」這間餐廳在當地很有名，就算是因身體

不適而食慾不振的我都覺得美味，一定要點海鮮來烤！到現在都很想再去吃一次！吃完晚餐回到酒店後立刻躺下，感覺畏寒伴隨喉嚨劇烈疼痛而且全身發抖，就算蓋著棉被都覺得不夠暖，猜測可能是腸胃炎或中暑，於是服用醫師建議事前準備的腸胃藥，並先至新南向人員健康服務中心的網站查詢在胡志明市合適就醫的醫療院所，告訴我的同行友人若我身體有任何突發狀況需緊急送醫時就到網站所建議的醫院。

度過一個生不如死的第三晚後，經過充分的休息及用藥，第四天早晨起床倒是精神不少，又開始揮霍我的腸胃大吃大喝，畢竟吃在我的旅程當中佔有一席之地，體驗當地人氣很高而且最地道的越南式早餐：BanhMiHoa Ma，最多人點的就是承襲法國殖民風味的鐵板三明治法包，烤得硬脆的長棍麵包配上一碟鵝肝醬、餐肉及半熟蛋夾著，在巷道旁的低桌矮凳一口接一口享受最傳統的早餐；接著來到最近 Instagram 上打卡的熱門地標：咖啡公寓，越南人真的非常喜歡喝咖啡，街邊咖啡店林立之外，還特地在這棟前身為當地政府辦公大樓，集合所有特色咖啡店進駐，坐在店裡陽台的位子可以眺望前段所提到的阮惠街行人廣場及金融塔，欣賞著斗大陽光灑落在這座城市最熱鬧且忙碌的區域，非常愜意！由於是半夜回程的班機，所以我們的晚餐選擇 Mountain Retreat 這間屋頂餐廳當作在胡志明的最後饗宴，這是一間當地人都推薦的越南菜餐廳，靠近濱城市場的一棟舊公寓的頂樓，有別於觀光客都會去吃的好吃館(Nha Hang Ngon)，這間餐廳最著名的就是融合中法越等特色料理，包含越式春捲、煎蛋餅、涼拌海鮮、海鮮炒飯等，吃起來非常爽口沒有負擔，我個人最推薦也最喜歡的一道是「Deep-fried Bacon」，這道做法很像紅糟肉的料理，先滷過再用小火稍微油炸後上桌，吃起來卻很不油膩反而有肉汁回甘的味道。趁著吃完晚餐還早，到機場前又去了一趟碧文街聽音樂喝調酒，結束這趟令我印象深刻到不行的旅程！