

## 日本東京醫科大學醫院交換心得報告

獲補助年度	107
薦送學校、系所、年級	中山醫學大學醫學系七年級
中文姓名	謝佳陵
國外實習國家(含城市)	日本東京
國外實習機構	東京醫科大學醫院
國外實習考評成績或評語	如附件

當初會選擇日本東京醫科大學醫院是因為我的夢想一直是可以出去國外念書，由於從國小到大學一直都待在台中，希望可以去別的環境看一看增加自己的視野，又加上我一直都很喜歡日本文化也有學習日文，在之前的交換甄選說明會上看見學長姐的介紹時覺得很心動，所以選擇了日本作為交換的學校，也幸運地通過了甄選。

通過了甄選很開心但之後的各種申請文件其實也花了很多的時間準備，剛好遇到了麻疹疫苗缺貨所以一直到出發前一天才補打，又在出發前夕腰扭傷所以其實很擔心此次的出國交換是否順利。但是事實證明我的擔心是多餘的，因為對方的國際交流中心接待人員永田小姐和她的同事人都很好很親切，即使我的日文不好也不影響溝通因為她們的英文能力非常好，在第一天就帶我們去吃壽喜燒和介紹環境和各科室，在第一周時由於還在適應各科，不管是甚麼問題我們都跑去請叫她們，她們總是耐心地為我們解決各種疑難雜症，之後更熟了之後我們就像朋友一樣，開始聊起生活的大小事，像是超市的打折時間，交通方式還有購物的推薦等，我們也聊了很多關於日本跟台灣之間的文化差異，後來還發現其實永田小姐去香港學過廣東話所以他也會些許的中文，可以遇到她們我覺得真的很幸運，減輕了不少出發前的焦慮，也因此結交到日本朋友，在離開前夕還一起吃了附近的夜景餐廳開心地聊天在不久的將來她們也會來台灣到時候也換我們盡地主之誼接待他們。(永田彩小姐和同事以及教授依同吃壽喜燒)



我們住的宿舍叫 COSMO HOUSE，管理人山崎夫妻非常親切可愛，由於他們沒有孩子所以把我們當作自己的孩子一樣看待，因為山崎先生以前曾當料理師傅所以在歡迎餐會上還親自釣魚做生魚片給我們吃還告訴了我們很多關於日本傳統的文化還有生魚片吃法的各種小常識。至於房間的格局是採用和室，比我們想像的還要寬敞而且乾淨，還有一大片的落地窗採光十分良好，更備有廚具可以自己煮飯少開水十分方便。這麼舒適的空間也不收取租金和水電費等其他費用很貼心。宿舍座落的地點十分方便，走路到醫院約莫十五分鐘附近有二十四小時開的超市和便利超商，也有費用一百日圓的巴士可以到達歌舞伎廳以及新宿車站，節省了很多的交通費用。在上班途中會經過東京都廳在高樓層有展望台可以眺望美麗的夜景，值得一去。要說唯一不方便之處就是資源回收做得非常仔細而且一周一次，常常會搞不清楚丟錯



(山崎先生親自釣魚做生魚片給我們吃)

氣候也比台灣來的極端，一半的時間白天還是豔陽高照，但是大部分的時間都下大雨伴隨強風，以至於每次衣服鞋子都全濕十分狼

狽，早晚溫差也很大建議如果九月去要加一件秋天外套以免感冒。

這次我們總共待一個月跑兩個科，分別是皮膚科和高齡診療科，我和吳立智先跑皮膚科，原本以為會和台灣的皮膚科一樣可以看到許多醫學美容的部分，但實際上卻和我想像的不一樣，負責照顧我們的是一位看起來很年輕的主治醫師，內山真樹，他的英文能力極好，原本還擔心自己的日文能力差會讓溝通產生困難，他的專長和興趣是病理，這點也和台灣有很大的不同，所以在每周的禮拜四下午都會一起參加病理會議，在會議中他教了很多皮膚疾病的基本病理特徵，同時配合畫白板解說，讓我們對於很多臨床上常見的皮膚疾病，例如:基底細胞癌、乾癬、脂漏性角化症的病理特徵有更進一步的認識。



(內山醫師與我們的合照與病理室)

皮膚科基本上是以跟門診為主，坪井教授是專門看禿頭的專家所以在他的門診可以看到不同禿頭的鑑別診斷，我們也遇到東京一大的五年級生也同時一起跑皮膚科，他們在門診十分忙碌幾乎沒辦法好好坐下來休息，因為他們在教授親自看病人前，必須先自己問完病史並做完理學檢查，還要自己先下初步的診斷之後向教授報告。可以想見理學檢查的部分一定會做不詳細而被教授責備，而且門診人數多十分地緊張，但在門診結束後教授會親自跟學生討論他

們的 thinking process 和鑑別診斷，相較之下在台灣的皮膚科我們沒有機會可以親自初步問診少了學習的機會比較可惜。雖然病人人數眾多但向每個病人解釋病情的時間卻沒有被壓縮從發病的原因，病生理機轉，預後好壞到治療選項都沒有遺漏。我們也發現了制度上的不同，在台灣你可以看到其實可以在診所就被治療好的小病，卻都跑到醫學中心，真正需要醫療中心資源的病反而只有在少數幾間醫學中心才可以看的到

，但是東京醫學大學附設醫院的轉診制度十分完善，可以看到幾乎每位病人都是經過地區醫院或診所轉診評估後，認為需要醫療中心的資源協助才會來到門診看，分級制度的完善不僅比較不會造成醫療資源的浪費，也有助於學生學習到不同種類疾病的鑑別診斷和思考邏輯。

手術的部分也和台灣的皮膚科有很大不同的地方，我們在第一周的周三參與了皮膚腫瘤切除和皮瓣移植的手術，在台灣這樣的手術多由整形外科來操刀，我們得知後覺得非常驚訝，也覺得非常新鮮，在台灣我跑過整形外科也參與過類似的手術，我們也發現日本人的個性非常的追求完美，下刀前的切除範圍還用紙尺量過用筆畫範圍，電燒止血也不馬虎，不會把現場弄得血肉模糊十分凌亂，縫合皮瓣時每一針都縫的非常仔細，發現兩邊對不齊就會重縫，每個步驟都很仔細不容許一點不完美。本來以為我們是留學生的身分只能在一旁觀看，但入澤醫師給我們機會縫合也在一旁教導我們，覺得十分開心。後來我們聽內山醫師說才得知，原來入澤醫師在東京醫療中心的皮膚科裡面的手術技術是數一數二的，而且他本人也十分幽默親切總是主動跟我們搭話，在皮膚科的餐會也是由他請客，很有外科醫師阿莎力的乾脆與帥氣。

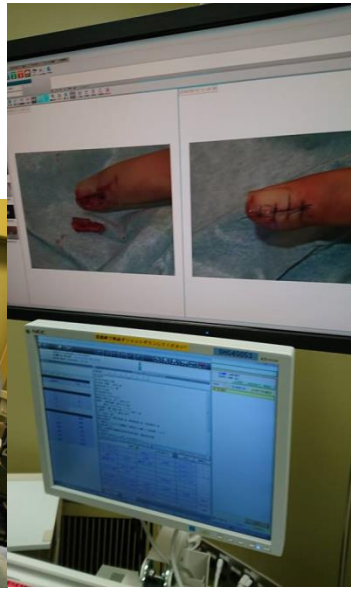
另外還有一項活動令我們非常驚訝，就是褥瘡迴診，整棟醫院的褥瘡都是由皮膚科負責一個禮拜舉行一次，團隊的成員不只有醫生與護士還包含了藥劑師和營養師，傷口照顧十分完善，他們會記錄褥瘡的型態深度以及乾淨程度來決定要用何種方式換傷口，我們跟著團隊換的過程也發現他們使用的敷料跟台灣有很大的不同，在台灣大部分的褥瘡換藥都是由實習醫師來換，護士不會參與這項活動，更不用說用藥和營養評估，使用的敷料是用濕紗瘡生理食鹽水後捏乾塞入傷口，但他們的做法是把抗菌優點藥膏直接塗滿傷口，然後用透氣自費的人工皮覆蓋十分方便，既省力又有遵守無菌觀

念，也不會造成人力的負擔。不過這樣的制度在台灣推行有難度，畢竟人力普遍缺乏而且醫病關係很緊張，加上健保制度太方便以至於大家貪小便宜的心態等。

在病房的時候有兩位住院醫師學姊帶我們，看見了許多罕見的疾病，像是癩瘋病、象皮病，這些只會在教科書上出現的疾病都親眼看到，覺得非常興奮，兩位病人都是外國人都有明顯的出國接觸史，我們還跟象皮病的病人聊天，他說之前去印尼回日本時才發病，那時兩隻腳腫到完全無法走路，他說根本不像是人類的腳，後來經過治療後有很大的好轉還一直跟我們說謝謝，覺得很替他感到開心。還有一點和台灣有很大的不同，就是他們日本人的個性比較有禮貌，有一次學姊要去叫病人時病人還在吃早餐，學姊就先回治療是等了半小時才又走進病房，護士和醫師之間的關係也比較和諧，討論事情的時候態度都很好，保有尊重的態度，對學生也是一樣，不會有直接的衝突。

在最後一周的大會議，我們被要求準備了一份病歷報告外加一份自己學校介紹和在日本所見所聞的報告，我準備的病例是一位轉移性乳癌的病人在手術前初步被診斷為血管瘤，另一位同學則是報癩瘋病

，一開始得知要報告時非常緊張因為我從來沒有用全英文在大型會議報告的經驗，花了很多的時間去想草稿及製作投影片，最後成功的完成報告的時候感到很大的成就感，跑完皮膚科後我更加喜歡東醫大的環境，真的收穫滿滿讓我大開眼界，而且每個老師都對我們很好，在我們遇到困難的時候給予幫助，教學氣氛也很良好，很想在這裡工作



(皮膚科手術室)

第二科是高齡診斷科，其實一開始有點不能適應因為科內會說英文的醫師很少 而且我的日文程度也不足以讓我可以很清楚地了解病人的狀況，又加上遇到連續兩個三天連假，每天都有新病人不斷湧入，主治和研修醫前輩都十分忙碌幾乎沒有時間可以好好跟我解說病人的詳細情況，大部分的病人都是腦中風或感染的病人，常常跟在學姊旁邊練習評 NIHSS score 還有 MMSE，還有看他們做 procedure 像是腰椎穿刺等。印象最深刻地是一位眼科轉科的病人，診斷是 Vogt-Koyanagi-Harada disease 是一種與免疫有關的全身性疾病，因為免疫系統功能失調，進而造成全身黑色素細胞發炎，出現頭痛、發燒及嘔吐；雙眼廣泛性葡萄膜發炎；產生耳鳴及聽力受損；皮膚黑色素明顯減少、睫毛變白或白斑。雖然在台灣跑過眼科卻對這個疾病一點概念都沒有。至於認知症的專家羽生教授我也有參與他的門診，在門診學習到如何去鑑別診斷，瞻妄、精神疾病以及不同失智症的種類，也學習如何去判讀腦部 CT 影像覺得收穫良多，也彌補了在台灣從沒跑過神外的遺憾。還有另一位金子醫師雖然跟他相處的機會只有短暫的一個禮拜，但由於他很親切總是會跟我大概講解病人的情況，還有高齡醫學科的各種現況，他說由於高齡人口上升需求也會變得更多，他笑說真的很累因為畢竟是綜合評估的科別 常常必須會診其他較為專門的內科，尤其是病人同時有各種不同疾病時 而且我們也有相同的興趣就是動漫，他還是有名的角色扮演者，覺得很難得可以在醫院遇到跟自己有相同興趣的人，十分開心。還有另一位平尾醫師也很親切，雖然他不是我的指導醫師但都會關心我的狀況，也一起邀請我

們三個留學生到他的家裡去吃飯，還送我們好吃的山梨縣白葡萄。日本人的待客之道好到讓我覺得禮物買不夠多而會覺得很不好意思。



(圖為失智症病患的腦部 CT)

除了醫學知識的學習在休假的時候也跑去各地觀光像是琦玉縣的川越小江戶，日光東照宮，體驗了各種傳統的日本美食像是拉麵鰻魚飯也參觀了許多歷史古蹟更加了解日本的歷史以及文化，也有去淺草第一次體驗穿和服，還有去港都橫濱體驗自己做杯麵，去箱根的雕刻之森美術館及蘆之湖搭船，我們也跑去各地的瞭望台觀賞東京的夜景，雖然並不是第一次來日本觀光，但是跟著朋友們一起去旅行會感到更加地快樂，他們兩位真的幫了我很多的忙，東京真的是個很有趣的地方，保留有傳統文化也有各式各樣的流行文化，充滿著各種新鮮的事物等待我們去發掘，日本真的是一個很有趣的地方。



(圖為三人一起吃當地的蕎麥麵)

很推薦學弟妹來東京，不僅知識收穫滿滿也可以了解日本和台灣醫療體制的不同，這次的日本留學之旅真的讓我大開眼界，也讓我更加喜歡日本，深深感受到他們良好的待客之道，希望不只是觀光也有機會能在那裏工作。