

## 學生出國實習心得報告內容大綱

出國學年度	108學年度
薦送學校、系所、年級	中山醫學大學醫學系六年級
中文姓名	丘主恩
國外實習國家(含城市)	United State, Alabama
國外實習機構	University of Alabama at Birmingham
國外實習考評成績或評語	(附件實習證書)
<p>一、緣起</p> <p>這一次會選擇出國交換實習的原因有幾個，其實在剛進來醫學院的時候就得知醫學系將會有不同的交換機會，而當中最讓我想去嘗試的就是去美國，畢竟台灣的醫療水平其實已經在世界的前端，能夠比台灣更超前的當然就要提到美國。而我認為出國交換對於我未來有很大的幫助，第一就是經驗上面的豐富，每個醫學生都為了自己的未來不斷累積經驗，臨床上你遇到越多你就越有經驗並且越有醫療的觸覺。第二就是出國交換能夠讓我體會不一樣的醫療制度和背景，讓我有更多的啟發。在美國的體制下我能夠感覺與台灣直接的差別，而這些差別有好有壞。第三就是對未來申請醫院將會有幫助，有與別人不一樣的人生經歷將會讓我的履歷有更吸引人的地方，先不提去美國實習有沒有特別優勝，但當面試員看到有特別的交換經驗，也會比較提起興趣。以上就是大概這一次會決定出國交換的緣起。</p> <p>二、國外實習機構簡介</p> <p>UAB是一件美國有名的醫學中心，位於美國阿拉巴馬伯明罕的州立大學，歷史可追溯至1936年，但1969年才成為獨立機構，現在是阿拉巴馬大學系統的三所盟校之一。全美最大的醫療科學學術中心之一，也是全美一級的創傷中心，順帶一提全球著名的內科參考書籍，由哈爾森所寫的，作者就是畢業自這一所學校的醫學院，在醫院裡面還有他的銅像，可想像這所學校對醫學界的貢獻之大。</p>	

### 三、國外實習企業或機構之學習心得

UAB的醫院實習是我的第二次經驗，第一次是四年級剛考完國考的暑假去了尼泊爾。可以想像去尼泊爾和去美國實習的不一樣是非常大的，所以也讓我可以從尼泊爾、台灣、美國之間作出不同層面的對比，讓我有學習醫療知識以外更多的不同得著。不過在講這些得著之前，也先講一下在醫療知識方面的得著。這一次在美國實習的科目是神經內科，而UAB醫院的神經內科是一個非常大且在美國非常有名的部門，很多罕見疾病或者難以診斷的病人都都會送到這個醫學中心，希望可以得到更好的醫療。其實在去實習之前，我並不知道原來他們的神內很出名，雖然我原本未來打算走外科，可是我還是認為去到一個陌生的環境，最能讓我融入的就非內科莫屬了，我會有更多的機會與當地人溝通，無論是醫院的同仁或者是病患亦然。結果的確也如我想像的，我真的有很多機會接觸病人，親自接新病人，為病人詢問病史進行理學檢查，向團隊內的所有同仁報告我照顧的個案，每天報告病人的更新狀況還有與主治醫師討論該病人需要有什麼樣的醫療計劃。看到他們在醫學的知識量真的非常大，就像我需要問什麼這個主治醫師都能夠告訴我答案一樣，讓我非常佩服。所以作為實習生的身份，我覺得非常值得來到美國接受他們知識的洗禮與灌輸。另外在其他層面上，我認為尼泊爾和美國有一個共同點是與台灣不太一樣的，就是病人對於醫護人員的信任和尊重。並不是說台灣的病人都很不講理很不尊重，只是比例上，還是有這樣的狀況。相反，在美國，病人非常了解醫院裡面會有醫師也有學生，學生也會進行一些醫療手段還有一些學習的時段，可能需要跟病人進行更全面的評估還有一些醫療手段去作為學習的機會，而美國的病人很清楚這一點就會很樂意成為這些醫學生的學習教材，並且安然配合，就算醫學生比較笨拙，他們也不會介意。可是在台灣，這樣的畫面似乎不太常見。另外就是在美國，醫學生基本上不用進行病例寫作還有開立醫囑等繁重的事務，反而是住院醫師會讓醫學生去專注一兩個病人的照顧，去問診去做理學檢查，做完之後口頭報告，但是不用去做過多的事情。我覺得其實先學會這些作為醫師最基本的能力後，在住院醫師時處理病例寫作開立醫囑其實都會是非常容易上手。反觀在我五年級剛進臨床時，就要完成病例寫作，又要做較多的事務，可是我們在臨床的基本經驗不足，好像一次要學太多方面的東西，並不是從臨床的思考邏輯開始學習，反而要了解病例寫作的文法，寫法，而且每個人教的又不一樣，這樣真的會讓我們這些菜鳥非常的混亂。所以我覺得在美國學習的模式非常穩固從基

礎做起，醫學生也比較知道自己一直的學習方向是如何。

#### 四、國外實習之生活體驗

說到生活體驗的部分，我不得不提學校之間的雙向交換非常重要，原因就是因為當時就有美國UAB來的學生到我們學校交換，我們就有機會接待並且認識他們，而當我們到美國的時候，他們就成為了我們的嚮導了！有照應的話真的會讓我們在國外的生活體驗差非常多。首先是因為我們沒有車，所以當地學生開車在我們到處吃到處逛真的省下許多麻煩。另外就是一些當地的背景還有什麼可以做什麼不能做，他都會告訴我們，至少我們不會因為不了解這裡背景而踩到當地人的地雷。在阿拉巴馬附近其實有很多好風景可以爬山的地方，也有一些可以看夜景的地方。另外就是還有很多美食（當然大部分是我們所說的垃圾食物哈哈）但是是非常好吃的！為了平衡健康的飲食，所以我們在實習期間晚上大部分都是自己在宿舍煮晚餐，吃的比較均衡飲食一點。另外我們也有利用一個週末去了亞特蘭大，看了NBA的比賽也有去了可口可樂工廠，真的是非常酷。另外就是也有去NASA的博物館，也是非常值得去的。雖然阿拉巴馬其實不像是美國一些大城市如紐約一般那麼的繁華，可是我覺得也有許多值得去的地方，只是真的需要在地人帶領了。

#### 五、國外實習之具體效益(請條列式列舉)

1. 獲取不一樣的臨床經驗，學習到更多醫學知識
2. 了解兩地醫療制度和醫師工作的不同，從而被啟發把好的東西帶回台灣
3. 豐富個人履歷和人生經歷
4. 認識不同背景的外國朋友，拓展人脈，未來如果需要一些國外合作夥伴或者支援，都更有機會
5. 增加個人語言能力
6. 培養在陌生環境的抗壓能力，和與不同背景之同仁合作之能力

#### 六、感想與建議

我覺得這一次的交換機會非常難得，也非常值得。可能剛開始還會覺得其實在台灣實習也可以學到東西為什麼要花費大量金錢到國外實習一個月，但是後來覺得其實收穫的真的不是這個金錢可以衡量的，不過也要看學生本人有沒有好好把握這個機會。所以建議第一就是，出國交換要盡量投入，主動學習，太被動的話很容易就浪費掉時間，最後也得著更少，所以其實收穫多少與自己付出多少也有關係，不要期望自己是外國學生別人就要特別關注你。第二個就是英語能力真的是十分重要，雖然有托福門檻，但是我覺得口說能力和聽力真的是很講究，當地人會有不一樣的口音不一樣的說話速度，我建議要去美國的同學真的要多聽或多看一些美國電影或者影集，讓自己適應他們講話的感覺，自己也要多學學這麼比較口語化的描述一些事情。第三就是該玩的時候盡情玩，在美國實習的時候其實都比較忙，也比較累，在週末的時候就好好把握時間去哪裡玩一下，好好體會一下出國旅遊的感覺！最後就是如果你猶豫要不要出國的時候，就想一下自己需要的是什麼，並不是每個人都需要到國外跑過，還有也要衡量一下自己的能力是不是適合，要不然為了出國結果自己沒有準備好，最後自己可會吃虧了。

七、照片(檢附學生實習交流活動概況，至少4張-請簡要說明)，或是可在上述各項內容中呈現

❖ 由於實習期間，在醫院內比較不能拍照而且也沒有多餘時間拍照，所以實習照片較少請見諒

➤ 補充照片與資料



圖一：與當地神內主任合照，他真的是我看過最厲害的神內醫師





圖二：實習最後一天在其中一個醫學大樓前獨照，UAB 是美國第三大規模的醫院，醫院非常大一開始常常迷路



圖三：第一天到達在美國學生 Kevin 家烤肉做漢堡



圖四：賣相不怎麼樣可是非常好吃的美國食物們



圖五：泛舟天氣非常好溫度剛剛好！



圖六：爬山風景一流



圖七：與當地學生聚餐





圖八：臨時決定的水族館行程，可以摸水裡的魚非常酷



圖九：去亞特蘭大看最喜歡的 NBA！而且是老鷹隊難得的贏球...



圖十：宿舍的最後一晚，自己煮的最後晚餐，亞洲人就是要煮飯啊

November 17, 2019

Chung Shan Medical University  
No. 110, Sec. 1, Jianguo N. Rd.,  
Taichung City 40201, TAIWAN

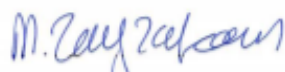
To Whom It May Concern:

Please accept this letter as verification that your medical student, **Zhu En Joshua Yau**, a visiting student from Chung Shan Medical University has attended and completed the following non-credit clinical elective listed below at the University of Alabama at Birmingham School of Medicine:

35-200 Inpatient Neurology: October 16, 2019 to November 16, 2019

Please feel free to contact me if you have further questions.

Sincerely,



Majd Zayzafoon MD, PhD, MBA  
Professor of Pathology and Medical Education  
Assistant Provost, UAB International Education  
Assistant Dean, UAB International Medical Education

(附件實習證書)