

學海築夢學生出國實習心得報告內容大綱

請於封面上方列標題 (選送生獲補助年度、薦送學校系所、年級、中文姓名、前往國外實習國家、國外實習機構名稱、國外實習證書或評語)

獲補助年度	107
薦送學校、系所、年級	中山醫學大學醫學系六年級
中文姓名	郭程璋
國外實習國家(含城市)	日本東京
國外實習機構	日本東京醫科大學
國外實習考評成績或評語	實習證明書
短片時間及標題	
<ol style="list-style-type: none">1、緣起2、國外實習機構簡介3、國外實習企業或機構之學習心得4、國外實習之生活體驗5、國外實習之具體效益(請條列式列舉)6、感想與建議7、照片(檢附學生實習交流活動概況，至少4張-請簡要說明)	

一、緣起

從基礎學科進入臨床一段時間後也稍微熟悉了台灣醫療體系的運作方式，這時候便會思考世界其他國家的醫療與台灣比較起來有什麼差異，世界衛生組織在最新的報告《World Health Report》中，從「醫療水平」、「接受醫療服務的難度」以及「醫藥費負擔公平性」等方面對世界各國的醫療體系進行了綜合比較，日本因為「高品質的醫療服務」、「醫療負擔的平等程度」和「國民平均壽命高」，等原因，再次蟬聯第一位，如此高水準的醫療值得各國觀摩學習。此外，從大一到大五參加了許多交換學生的說明會，聽學長姐分享那些海外實習的經歷是如何地影響他們往後的人生目標或是生涯規劃後，便憧憬有朝一日也能有這個機會能出去一探究竟，我本身就是個喜歡旅行的人，喜歡探索不同的文化，加上自己對日本的熱愛，最後選擇了日本東京醫科大學。醫學領域的發展極其迅速，期望此次交換的經驗能激勵我不斷追求新知，眼界更加寬廣。

二、國外實習機構簡介

東京醫科大學（Tokyo Medical University）於 1916 年建立，該校擁有完整的教育環境，在提升教學品質的同時以培養身心健康的學生為最大目標，醫學院的教育精神為提高學生學習動力和獨立思考，並擁有自立自強的自主學習風格，以培養擁有最高技術與知識的醫師為六年醫學教育的方針。

其附屬病院東京醫科大學病院（Tokyo Medical University Hospital）成立於 1931 年，位於東京政府新規劃的行政與商業新都心——西新宿，擁有 1,100 床，為東京十分重要之醫療服務中心。東京醫科大學之設備亦日新月異，目前在西新宿六丁目緊鄰舊醫院的土地，正在興建新的醫療大樓，該計畫是在東京醫科大學創立 100 年的核心項目，該新醫療大樓將擔當該區域之重點醫療機關，向患者提供更高規格安心、安全的醫療環境，設立目標為效率化的診療機能、強化癌症醫療、急救醫療、婦產醫療和自然災害發生時的責任醫院。此病棟會納入約 900 個病床和加護病房，各科部門之醫療區域亦將擴大，並且採購最新的檢察儀器，為病患提供更完整的客製化醫療。

東京醫科大學在國際海外交流也頗有建樹，和 15 間海外醫學院所成為姊妹校，因致力於海外留學人才之培養及積極參與國際活動，獲得日本文部科學部認定的「以醫學生為物件的臨床能力評價體系」和「提高醫學生英語水準的教學大綱」的高品質教育指導。和母校中山醫學大學每年都有醫學生至對方醫院見習。東京醫科大學醫學教育促進部門中負責交換學生計畫的永田彩小姐，十分親切、熱心且對交換學生的事務十分熟悉；無論是課程還是日常生活起居方面，都能有效率的即時處理。

三、 國外實習企業或機構之學習心得

腸胃內科是我第一個見習的部門，第一個禮拜我在pancreas team，跟著殿塚醫師學習，主要是在醫學影像檢查室裡看內視鏡超音波（Endoscopic Ultrasonography, EUS）、內視鏡鼻膽管引流(ENBD)、經內視鏡逆行性膽胰管攝影術 (ENDOSCOPIC RETROGRADE CHOLANGIO-PANCREATOGRAPHY; ERCP)，醫師們都很熱心的回答我的問題，也會主動向我解釋病人的情況以及檢查的重點，多看個幾台後也對於判讀螢幕上的解剖構造越來越有概念，獲益良多。腸胃內科的第二個禮拜我被安排在liver team，負責帶我的是杉本醫師。在liver team我們主要看一些腹部超音波，比較令人印象深刻的是超音波對比顯影劑

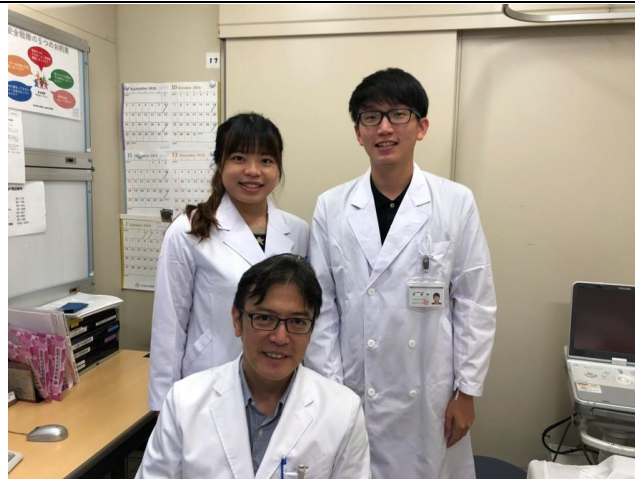
CEUS(contrast-enhanced ultrasonography)，此種檢查在日本行之多年，使用相當普遍，做為肝癌、肝炎的常規檢查利器。對比劑從手臂的靜脈注射後，再經由超音波的接收與接觸，螢幕上呈現出肝腫瘤之血管影像特徵，有助於肝腫瘤的鑑別診斷。早期的對比劑在肝臟內的滯留時間很短，醫師無足夠時間判讀影像，近年來日本使用的對比劑顯影Sonazoid在肝臟內的滯留時間可長達1小時，可以藉由動脈、靜脈相與Kupffer相更清楚地分辨良性與惡性肝腫瘤，擴大了對比劑顯影超音波在肝腫瘤診斷，治療定位及術後追蹤之應用。而這全球獨家有Kupffer phase的超音波顯影劑Sonazoid,因為副作用極低，診斷及定位效果好，甚至可以做為肝臟原發性與轉移性腫瘤篩檢方式。然而此種技術在台灣並沒有普遍地被使用，能在日本一睹丰采真的很幸運。

第二個見習的是皮膚科，選擇皮膚科是因為東京醫科大學的皮膚科是享譽盛名，而且之前去交換的學長姐也很推薦，由於日本醫療分級制度明確並落實轉診制度，醫院的皮膚科在日本不像台灣看一些簡單的青春痘，而是診所無法處理的複雜的皮膚病，來醫院看診的病人通常都要做病理切片才知道答案，所以我們除了學習到臨床皮膚的診斷以外還需要學怎麼看病理切片，每個禮拜都有一天的病理切片會議，在負責教學我的主治醫師內山詳細的說明下也漸漸學會看了許多基礎的病理切片，他的英文很好，能流利地解釋各種問題，我雖然懂一點日文，但要流利的用日文跟醫師溝通還是有難度，在那邊主要還是講英文，所以在日本遇到熟悉英文的老師都會很感動，畢竟語言上沒有隔閡對我們的學習是真的很有幫助。在皮膚科時也見識到了他們的decubitus round，一個星期一次，由醫師、護理師、藥師、營養師一起組成一個團隊，照顧整棟醫院病房有壓瘡的病患，他們幫病人換藥，紀錄傷口並給予病人衛教以及飲食方面的建議。日本的皮膚科與台灣的不太一樣，他們的皮膚科需要做淋巴廓清術這種複雜的手術，醫師他們會請我刷手上去幫忙拉鉤，讓我有參與感，在國外也能上刀算是蠻特別的經驗。

交換學生在第二個禮拜被規定要發表一篇病例討論，和台下的醫師討論手上的罕見皮膚病和解說病例的病理玻片特色以及診斷推測，對於皮膚科的學習上具有相當大的幫助，也累積了用英語報告的經驗。



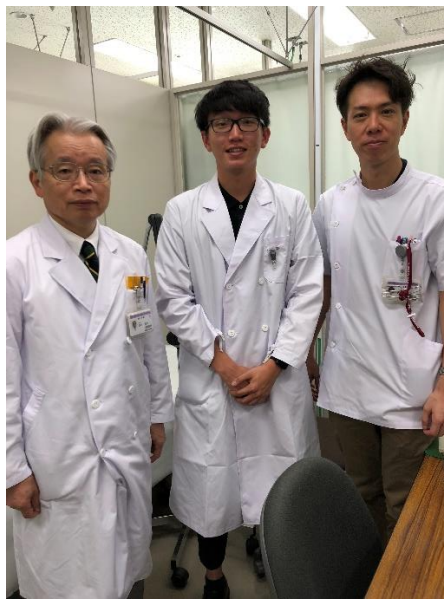
病患正接受內視鏡超音波（Endoscopic Ultrasonography, EUS）的檢查，醫師會在檢查的過程中向我解釋螢幕畫面上的構造和一些學習重點。



熱心教學的杉本醫師，很盡力地解說各種疾病和檢查



皮膚科的病理切片會議，內山醫師帶著大家鑑別切片的疾病種類



英文超流利的內山醫師(右)，和很照顧我的皮膚科大老坪井教授(左)



一個禮拜一次的Decubitus round，醫師、藥師、護理師和營養師組成一個團隊照護整個醫院中有壓瘡的病患。

四、 國外實習之生活體驗

在日本過一個月的生活是我從來沒有過的體驗，對我來說很新鮮，之前來東京旅遊幾次，但旅行跟生活是完全不同的概念。要談生活的話不外乎就食衣住行。吃飯方面，早餐可以在從宿舍走來的路上買，醫院裡也有便利商店Lawson，或是前一天晚上就先買好，這樣就可以睡晚一點，中餐的話醫院裡有食堂，早上的課程活動結束後有些主治醫師會邀請我們一起去食堂吃飯，有心的話也可以離開醫院尋覓美食。衣著方面，我們來的時候是十月氣溫大概都在15-20度左右，十分舒服，早晚溫差稍大，帶一件薄外套就可以了。住宿方面，醫院提供的宿舍很不錯，和室房間，裡面應有盡有，每間都有小廚房和自己的浴室，還有書桌和檯燈，使我們在日本也能坐下來讀書汲取新知。

交通方面，宿舍離醫院走路大概十分鐘，再加上去置物櫃的時間，早上大概估半個小時前出門。宿舍和醫院離新宿車站走路大概十分鐘，一到新宿車站後想去哪裡基本上都不是問題，醫院旁有「都廳前」地鐵站，也很方便，平日下班後就去其他地方逛，六本木、池袋、代官山、神樂坂、表參道、涉谷，每天都可以找個地方吃晚餐順道觀光。旅遊也是這次交換的重點，我們來的時候剛好是紅葉季，周末跟同學們一起租車四處賞楓，這種經驗真的很難得。



宿舍照片，該有的都有，還有小廚房可以自己做晚餐



左圖是茨城縣日立海濱公園的掃帚草(コキア)，右圖是清井澤雲場池的楓葉

五、 國外實習之具體效益(請條列式列舉)

1. 實際參與日本醫療體系的運作，了解台灣與日本的健康保險制度、醫學教育制度、醫師訓練制度和工作制度(文化習慣、醫護病比等)差異，為日後台灣醫療勞動環境盡一份心力
2. 藉由平時與當地人的溝通提升自身的外語能力
3. 工作以外的閒暇時間四處觀光，了解日本的風俗民情、歷史和文化
4. 與東京醫科大學的日本醫師、醫學生、職員成為好友，拓展交友圈及國際觀，並促進兩國醫學生之間的交流

六、 感想與建議

能有幸通過學校甄選來日本見習一個月，是個非常難得的經驗，這短短的一箇月中，不僅增長了醫學專科方面的知識，也了解到日本醫療體制上與台灣的不同，在與日本當地的醫師和醫學生交流的過程中也發現兩國在價值觀上的差異，對於許多事情的看法都跟我們台灣人不一樣，是十分有趣的經驗。

感謝在東京醫科大學遇到的每一個人，他們都非常熱情地接待我們，幫了我很多忙，使我在日本的生活一切順利，也感謝醫學系系辦，無論在出發前還是出發後，都盡力地與日本方面溝通協調，有你們的幫忙才讓此次交換經驗如此令人難忘。希望學海築夢計畫能一年接著一年的延續，讓更多的學弟學妹們可以到世界各個角落去發現不一樣的風景。