

學海築夢學生出國實習心得報告內容大綱

獲補助年度	106
薦送學校、系所、年級	中山醫學大學 醫學系 七年級
中文姓名	葉千豪
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
國外實習考評成績或評語	實習證明書

- 一、 緣起
- 二、 國外實習機構簡介
- 三、 國外實習企業或機構之學習心得
- 四、 國外實習之生活體驗
- 五、 國外實習之具體效益(請條列式列舉)
- 六、 感想與建議

一、緣起

日本身位全世界最長壽的國家之列，其必定有其原因，日本政府投注大量資源與人力用於提升國內醫學及衛生領域。就我本身到日本旅遊的經驗而言，日本國民不僅擁有良好的自律並且家庭亦給予相當的觀念養成，其國民在於整潔及秩序擁有相當高程度的標準，並可說是逼近嚴格的規格。當我旅遊到充滿歷史文化的區域時，我十分驚訝於古蹟的維護及保全，國民對於自己的文化擁有甚高的自視感，並且引以為傲，政府也挹注相當高的心力在於維護國寶文物。因此我相信日本可被稱為擁有高程度醫療成就的國家。

第一次知道東京醫科大學，其機緣在於讀到了一段關於台灣烏腳病之父「王金河」的故事，我們都知道在 1950 年烏腳病損害台灣中南部民眾的健康，王金河醫師畢業自東京醫科大學，並且回到台灣服務，他在台南北門開設診所。王醫師傾盡自己的資產及精神，為當地民眾動手術，並且促進當地衛生環境的改善，漸漸地降低了烏腳病的發生率。

我誠摯地想要去發掘其中的故事，因為東京醫科大學是啟發王醫師返鄉服務，並且給予他救世濟人能力的發祥地，我相信拜訪當地，可以激發我成為一位更好的醫師。在大學期間，我亦修習日文課程，我相信這次交換可以讓我與國外教授有面對面交換經驗的機會，讓我從他們身上獲得更多醫學領域的心得。

這次我選擇了皮膚科、麻醉科、腸胃內科與小兒科，其中我以皮膚科為第一志願，在於我對於皮膚疾病的型態及診斷擁有極大的興趣，皮膚科醫師可以藉由臨床的觀察再加上病理玻片的判讀，以此來診斷各式各類的皮膚疾病，此次到達東京醫科大學，我想要收集更多有趣的病例，再將其帶回來台灣與同學分享。

俗話說，眼見為憑，醫學領域的進步日新月異，因此我才戮力申請此次日本東京醫科大學交換學生，並且希冀此次交換的經驗，能夠帶給我對於更多事物有更寬廣的看法，以上原由即是此次申請的緣起。

二、 國外實習機構簡介

東京醫科於 1916 年建立，是一所設有醫學院及看護學院的醫學大學。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，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。

東京醫科大學附屬醫院位於西新宿，成立於 1931 年，擁有 1,100 床，員工 1,800 人，西新宿為東京政府新規劃的行政與商業新都心，TMUH 更於當地扮演十分重要醫療服務之關鍵角色。

東京醫科大學之設備亦日益月新，目前在西新宿六丁目緊鄰舊病棟的土地，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。



中山醫學大學附設醫院
Chung Shan Medical University Hospital



東京医科大学
TOKYO MEDICAL UNIVERSITY



三、 國外實習企業或機構之學習心得

1. 腸胃內科

腸胃內科是我第一個實習的部門，指導教授是杉本教授，杉本教授對待我十分親切，尤其是第一天進入醫院的時候，人生地不熟十分害怕，教授帶我逛過每一層樓，任何有關於科內的設施都會一絲不苟地用英文與我解釋，在日本遇到熟悉英文的教授都會額外的感激，雖然學過日文，但僅止於基礎程度主要還是利用英文來溝通。在腸胃內科每日的行程都是到辦公室與杉本教授面談，再來討論每日的課程安排，主要都是在各種內視鏡操作室觀察各種不同特殊的儀器。

在膽道內視鏡室我可以看到來自日本各地的困難案例，因為東京醫科大學算是重症責任醫院，所以各式困難的案例都會經由轉院來到東京醫大附醫，在裡面我看到了多次置放膽道支架都重複阻塞的病例，他們利用更小的鏡頭，深入膽道去清除石頭，再次置放支架，當顯影劑通過膽道進入肝臟的時候，此種感動真的是無可比擬。其中我也遇到一位來自台灣的醫師，他是在桃園國軍總醫院擔任腸胃內科主任的醫師，此次經由出國研習的機會來到東京醫科大學，主任向我解釋各項手術的流程，令我十分感激。

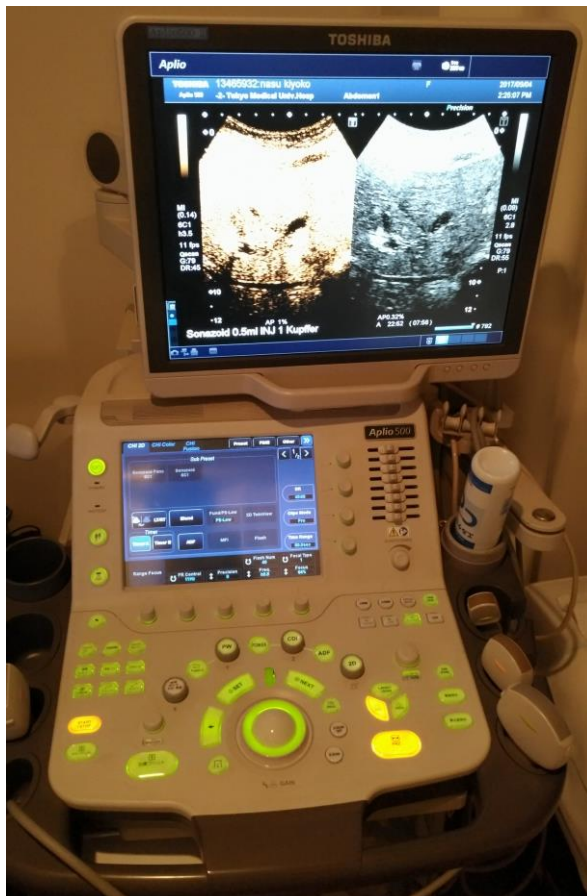
除了內視鏡部門，我還有去到大腸內視鏡室，小山醫師是負責帶領我的指導老師，他十分親切，就算遇到難以解釋的日文單字，他也會馬上使用網路翻譯為我找到答案，當時的病人是有一個大型的大腸息肉，位置很詭譎，並且在切除的過程中不停流血，我在其中也能感受到緊張的氣氛。

在門診的體驗更是超乎我想像，在窄窄的診間沒有任何護士，醫師自己叫號、印單、看診，可說是完成一切的流程，但是醫療品質十分良好，原因就是不會有大量病人湧入醫院急著看病，而且民眾素質十分優秀，安靜等待，聽後解釋病情，對於自己身體的狀況十分關心，教授表示一個上午若是有二十位病患即算是非常地忙碌。反觀台灣，一個上午六十位病患算是常見的情況，醫院大廳宛若菜市場人潮擁擠，民眾拿著大包小包的藥回到家裡也不見得會按時服用。細細觀看教授使用的藥品，通常都是使用在台

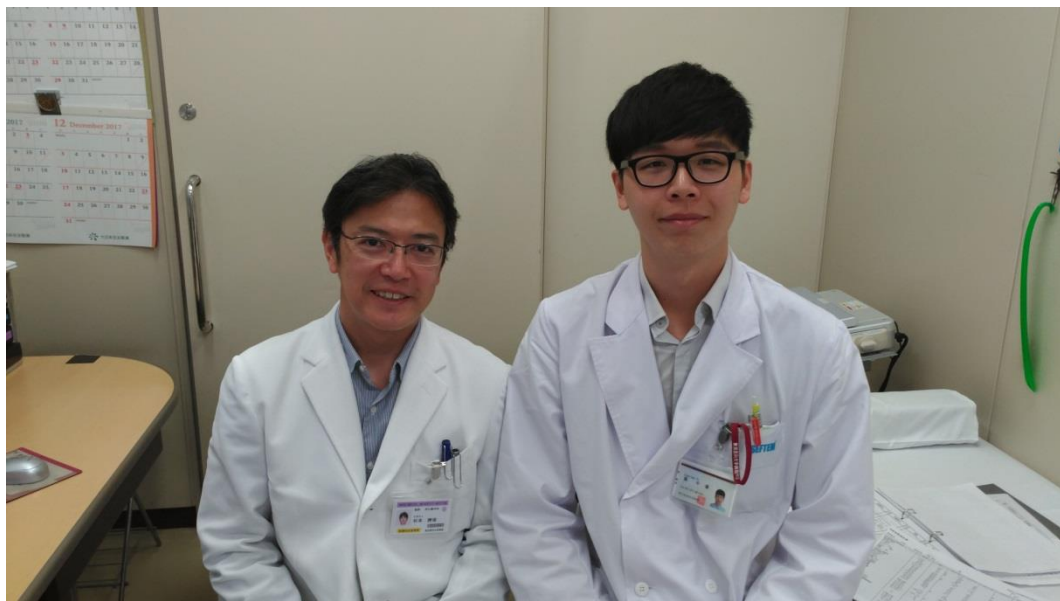
灣為二線自費的藥品，但是因為在日本民眾負擔額度高，可以使用較有效但費用較高的藥品，日本民眾也相對較為珍惜自己所能獲得的醫療資源。



超音波顯影劑，原先台灣亦有引進，後來因人體實驗有疑慮並未使用



針對肝臟腫瘤可以更精確的超音波顯影，不具侵入性，且操作更安全



人超級好的杉本教授，往後在圖書館相遇也會親切地跟我打招呼



膽道內視鏡室，裡面全部都是住院醫師與主治醫師，堪稱教學醫院的典範



麻雀雖小但是功能齊全的門診診療室

2. 麻醉科

第二個部門我來到了麻醉科，麻醉科是一個溫馨的大家庭，儘管大家都泡在開刀房長時間地工作，但是對於學生的到來大家還是很樂意指導他們，很神奇地是在開刀房只有麻醉科醫師，沒有麻醉護士的存在，這代表的是，醫師可以全程陪伴在病患身邊監控一切生理徵象，任何藥品的施打也都是藉由執刀醫師跟麻醉醫師的討論，之後才會接著執行，在麻醉流程上，台灣與日本並無太大的差異。

但是日本的麻醉科醫師，也要兼顧加護病房的職責，一開始得知這個工作分配的時候真的很吃驚，因為在台灣這是屬於內科醫師的工作範圍，但是日本的麻醉科醫師也會訓練加護病房，讓他們也會操作緊急胃鏡、緊急支氣管鏡與各式超音波的操作，他們的確比台灣地麻醉科醫師要辛苦許多，我有觀察到一個有趣的現象，一位麻醉科醫師只需要照顧4位加護病房的病人，每一床都配備一位護士加上醫護助理，這在台灣根本是不可能發生的人力資源；在台灣一位加護病房醫師少說也要照顧8位以上的病人，一位護理師要照顧2到3名病患，常常忙得焦頭爛額，加護病房尤其是如此更遑論普通病房。

有一項很新奇的治療稱為疼痛控制門診，雖然在台灣也有提供這樣的服務，但是並不廣為人知，疼痛門診主要是提供民眾長期的疼痛控制，可能是脊髓神經壓迫經由手術治療後，還是有慢性疼痛的問題，這樣的病人就會經由內科部門，轉來疼痛門診，很難得可以看日本門診如此忙碌，可能是要從頭解釋治療的流程，加上每次治療後的效益評估，雖然說是忙碌，一個小時還是只能處理5位病患。



換上麻醉科醫師專用的開刀房衣服



疼痛門診的醫師，詳細跟我解釋神經的走向

3. 皮膚科

日本的皮膚科是我最期待的一個部門，因為我本身就對皮膚科學十分有興趣，所以在麻醉科的最後一天，就提前與皮膚科教授聯繫，意外發現皮膚科教授內山真樹是一位樣貌十分年輕的教師，而且英文流利的程度像是外國母語使用者，他主要是研究脫毛、落髮與各種毛髮疾病，在皮膚科兩周的課程主要是由他來安排。

第一周是門診課程，教授大久保是研究乾癬的專家，他的門診病人數目不多，因為他是以教學為主，所有的學生都必須參與病情的討論，加上對於疾病的臆斷，很重要的一點是，教授很常使用皮膚透鏡，這讓學生可以近距離觀察皮膚病灶。

第二種門診課程是由教授 Tsuboi 來主持，對於東京醫科大學的學生來說，這個門診可是地獄等級的考驗，因為教授會要求每位學生接洽一位初診病人，在訪問病人的過程，還要加上疾病的診斷，教授會挑戰學生的思考路徑。困難的部分是，對於一位五年級醫學生，本身對於疾病的認識不是很多，面對病人還要處變不驚，收集資料回來後還要接受教授的質問，所以每位學生都會戰戰兢兢的來門診。但是教授在診療病患之後都會仔細地跟學生解釋疾病的由來跟治療方式，也許這樣會稍稍安撫學生緊張的心情。

第二周會加上手術課程，我剛好遇到一位久未就醫的老奶奶，他頭上長著一顆巨大腫瘤，當天的手術內容就是要將他移除，因為涉及的範圍太過廣大，且為了腫瘤清除的乾淨程度，還要與神經外科合作，借用儀器來消除部分的頭骨，整個過程耗費了五到六個小時，這對於皮膚科來說是一項十分艱難的手術。但是當地的醫師已經有著十足的經驗，對他們來說，開刀治療皮膚扁平細胞瘤是一件很平常的事情。各種皮瓣的施作，各式傷口的廓清，日本的皮膚科職責分工都較台灣來的廣泛，但是在台灣來說，我們主要是在內科診療方面十分在行，再加上病房會診的經驗，其實台日各有特色。

日本皮膚科還有一個特殊醫療團隊，是褥瘡傷口照護團隊，他們負責處理所有褥瘡及複雜傷口，小小的換藥車

上載滿了各式各樣的珍貴醫材，有生物醫學等級的生長因子，也有開刀房專用的無菌海綿，再加上每種特殊的敷料，病患在團隊審視之後都顯得十分安心，而且老師也會依照每個病人不同的狀況來調整治療時程。

我真的十分感謝日本的皮膚科，每位醫師都會對外國交換學生呵護至極，很擔心我們的課程無聊，或是有任何不盡人意的地方，他們也對待我們就像科內的醫師一樣，中午一起用餐，餐間也會關心我們在日本的生活事後適應，餐後的休息時間也可以在辦公室待著，讓我們好好地準備下午的課程。這兩個禮拜真的很充實，語言的隔閡也不甚明顯，因為每位教師都有一定水準的英文程度，大家一起說說笑笑，討論病情，好不快樂。



非常方便的優點棉枝，不用再開另一罐優點溶液，即可沾濕棉枝



當時一起研討的黑色素瘤，並且由我像科內報告此病例



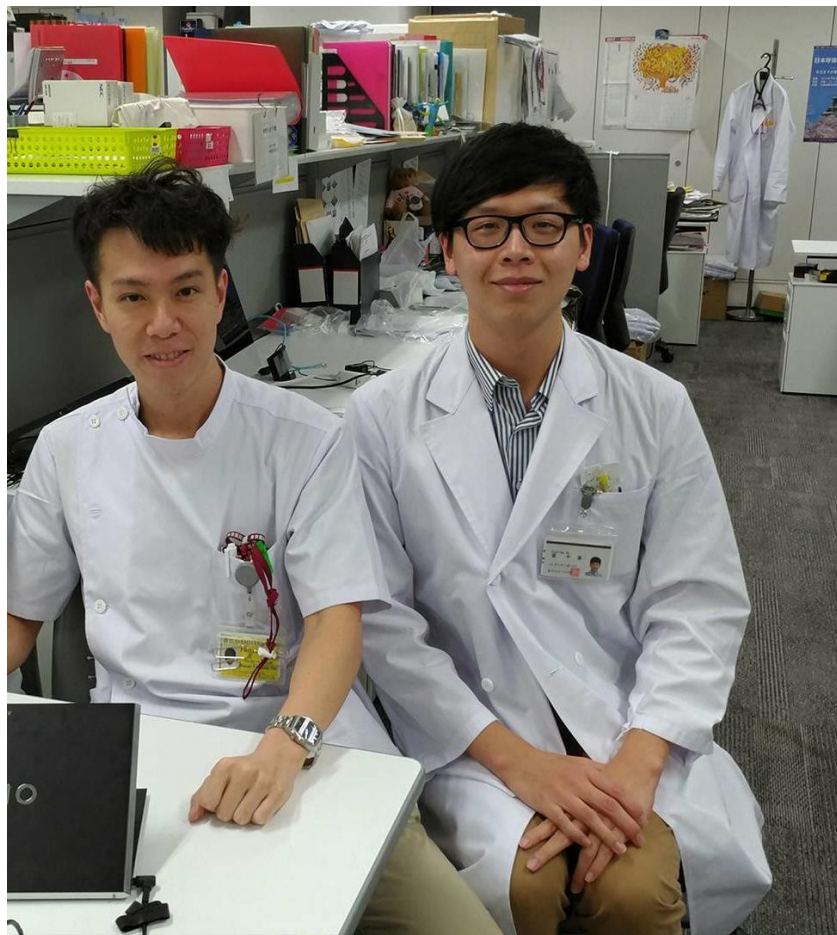
上述病例手術之後的照片



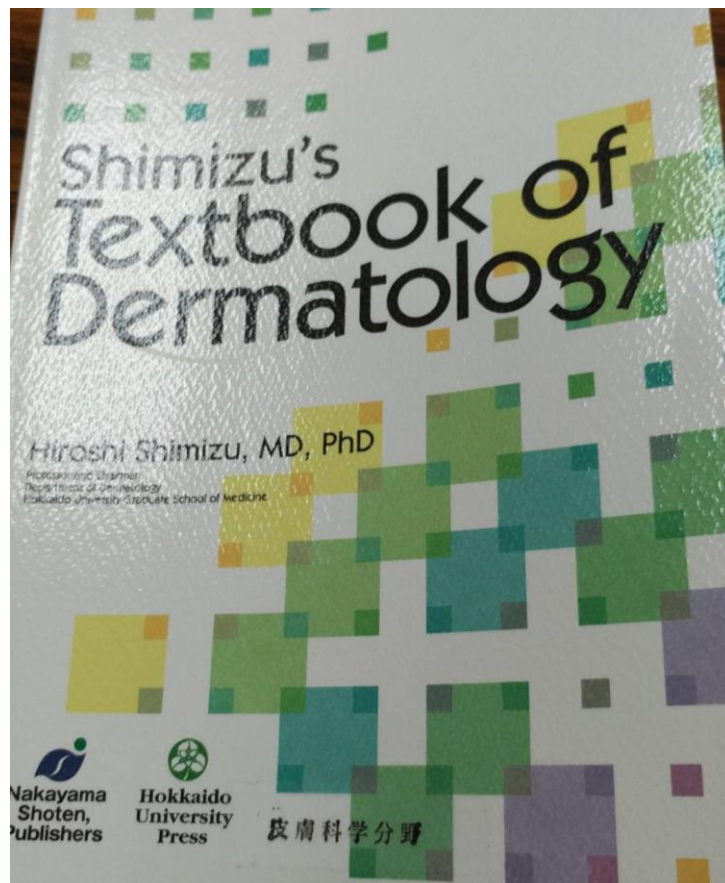
一起參加科內的聚餐！



科內時常聚餐，表示氣氛融洽！



與內山醫師合照，真的超級親切沒有代溝



日本醫學生的皮膚科聖經，我也買了一本英文版回家研讀



在手術室所見的巨大頭部腫瘤

4. 小兒科

最後一站來到了小兒科，這是這次交換過程中最為療育的一個科別，因為病人都小小的，而且在院中自立自強，讓我內心獲得滿滿的正向能量。在東京醫大附醫的特色是，小兒病人住院會由護理師全程照料，從餵食、大小便到安撫哄睡，為了環境安寧及衛生管控，家屬只能在特定的時間來探望小孩，所以辦理的規格和加護病房一模一樣，一位護理師照顧一至兩床的病人，病房所有的人都輕聲細語就連醫生都是笑容常掛著臉上。

這次遇到比較有趣的病例學習是過敏原檢測，病人在外來門診抽血檢查，可能對小麥、雞蛋、堅果過敏，也許堅果的數值並沒有很高，但是醫師會建議家屬住院參加過敏原檢測，來確保病人真的對堅果過敏，以防在未來吃到堅果引起過度嚴重的反應。這個檢測的過程是，病人會先吃下微量的堅果，再由醫師每隔三十分鐘去全身診察，這個過程會持續兩個小時，因為是在醫院執行，如果引起過強的過敏反應就可以直接做緊急處置，對於病患的安全十分有保障。

第二周主要的課程是在小兒加護病房，這邊的病患就比較複雜，通常意識狀態都不是很好，加上有些先天性的疾病，可能是膽管阻塞或心臟缺陷，看著這些孩子著實讓人心疼，主責醫師也是在小兒科的教學醫師春原先生，每天早上都會聽護士匯報病人昨晚的情形，再加上藥師、社工師的討論，可說是每位病患都能獲得全人的照護。



在小兒科總是需要多點可愛的元素，引起小朋友的注意。



這位小朋友即將出院，在走廊遇到他，不怕生，願意給我抱著走來走去。

四、國外實習之生活體驗

這日本長時間的生活可說是前所未有的體驗，而且醫院的地點是位於東京最精華的地段新宿區，不管從醫院或是從宿舍出發，抵達新宿車站只要十分鐘，之後就是四通八達的鐵路系統，也許很多同學早就探訪過東京無數次，但是旅遊與生活的態度還是有所不同，我跟其他交換學生每天都會聚在一起挑論生活趣事，再一起去超市搶購特價食品，為了節省餐費，對於各種打折的敏感度大幅提升，相處兩個月之後，我們也培養了革命情感。旅遊也是此次交換一個很重要行程，在東京看看觀光客必定會去的東京鐵塔、淺草寺和築地市場，每個觀光地點都有十分便捷的地鐵系統可以到達，只要使用一張電子票卡就能暢行無阻，讓人敬佩的就是所有的觀光景點都非常整潔，就算是人來人往，車水馬龍，我覺得環境帶給人的影響力十分巨大，也許觀光客在自己國家不會這麼拘謹，但是一到日本，各種社會觀感的約束就會迎面而來，不知不覺就會變得彬彬有禮，對於髒亂也會看不過去，主動去動手整理。天氣方面跟台灣也是截然不同，早晚溫差很大，中午還有二十度，晚上可能就下

降至十度附近。整體來說，日本生活機能劃分地很清楚，行政區、住宅區與觀光風化區就在分開來的東西兩邊，這樣讓他們的生活品質提升很多。



利用便利的 JR 鐵路券，可以在區間內無限搭乘新幹線。



宿舍常常舉辦活動歡迎交換學生的到來。



MT. FUJI

日本
旅

報名了富士山的攀登行程，抵達山頂時覺得古人登高望遠，的確會獲得很多人生的啟發。

五、 國外實習之具體效益

1. 對於日本醫療體制之認識：
包含醫學生學制及醫院部門分工
2. 對於日本民眾對於醫療資源的想法：
因自負額度高，民眾較為珍惜醫療環境
3. 日本環境的優良值得借鏡
4. 將日本醫療一絲不苟的精神帶回台灣
5. 能夠將當地民眾的健康習性宣導給台灣民眾
6. 介紹台灣更多景點給日本
7. 將台灣醫療的奇蹟宣揚國際
8. 台灣學生與日本建立友好關係

六、 感想與建議

這次前往日本交換留學實在是一次難得的經驗，也感謝學校可以給我這次的機會前往日本，政府大力的推廣此次計畫也是讓人感到很感動，因為我的家境不算富裕，能夠擁有一筆經費出國長達兩個月彌足珍貴，這次前往日本帶給我的感動與收穫實在難以言喻，因為我在當地認識了很多的醫學生，他們也承諾下次有機會必定會到台灣來觀光，或是努力申請前往台灣交換的機會。日本東京醫科大學，大力相助我們，不管是住宿

的安排，人事的便利程度，課程豐富的程度在在都讓我們交換學生能夠很好地適應當地環境。也感謝我的母校中山醫大，在前置甄選的關卡，通過層層篩選，終究能夠前往日本，並且與教育部爭取經費補助我們，並且安排台灣的導師前往日本探望我們，讓在外地學生備感窩心。

希望學弟妹依舊能夠享受如此高規格的待遇，並且將台灣的名聲更加遠播。