

# University of Minnesota 2015 Exchange Student program

9701038 江亭燕

## 一、緣起

感謝教育部學海逐夢、學校醫學系、李氏慈愛基金會、UMN、蔡明哲主任、系秘學謙哥，讓我們有機會可以出去交換學生。

## 二、國外實習機構簡介

### <內科教學活動>

這邊的內科，周一到周五都有豐富的教學活動和會議，可在網路上查到 (<http://www.dom.umn.edu/department-of-medicine-weekly-conferences/>)

#### 1. morning report

每天早上八點十五分會有 morning report，內容大致上會由主持的fellow 提出一個病人的主訴，再由大家開始詢問病史、鑑別診斷，fellow 會接著報入院病程，最後會針對這個疾病作簡短的簡報。參與的人從醫學生到住院醫師都有，其實還蠻好玩的，可以學到很多東西，你也會發現其實我們自己的醫學生實力也不弱。



#### 2. Core Conference

他們內科的核心課程，會請不同科的fellow或主治醫師來上課，地點在main health building 八樓 cafeteria 旁的 bridge conference room，有備餐。

#### 3. EKG Teaching Session

每天下午兩點都會有Dr. K. Wang 上的 EKG，參與的人以心內的醫學生，intern和R為主，但其實想去都可以去，我自己是有時間就會去聽。王醫師是首爾大學畢業的，對教學有不可思議的熱情，去上他的EKG真的收穫很多，他有一套自己的判讀系統，思路清晰，很多你以前搞不懂的東西都會豁然開朗。去之前最後稍微先複習一下基本的東西(我們自己心內的10tips會就夠了)，因為他會叫我們起來判讀，不過你如果真的不會他也不會為難你，有時候只要愣一下他就會自己解答了。

### <肝膽腸胃科>

我第一個跑的是他們的肝膽腸胃科，第一天也是當科的秘書帶我去辦識別證，並給我肝膽腸胃科的student pager。這裡的肝膽腸胃科沒有自己primary的病人，所有病人都是先收給一般內科照顧，再由會診的方式請他們去看，他們看完後會找該病人的primary team 說他們建議的治療。

肝膽腸胃科裡又分了三個team: 胰臟膽道(Panc/Biliary)、腸胃道(GI Luminal)、肝臟(Hep/Liver)，每個team每個星期會有一個fellow加上一個V為主來看住院病人，有時候會有intern、R或醫學生加入。其他的V就是看門診、procedure、和自己的研究。我們一個星期換一個team，我在肝膽腸胃科跑四個星期，最後一個星期可以自己選擇要再跑一次哪一個team。我們主要都是待在fellow的working room，在Main health building 一樓內視鏡室的旁邊，他們電腦理論上是共用的，但是他們都有自己習慣用的電腦，所以我都找離我跟的fellow最近的那台用，有人要用再換位子。

### 1. 看會診

Fellow每天早上會先看過所有會診list上的病人後，跟當週負責看會診的V討論，再一起去看需要一起評估的病人。我們可以做的事通常都是自己積極要求的，像是每天早上就先問fellow有沒有新會診，可不可以給我？如果不是很麻煩的病人他們通常都會答應，然後他們會決定帶你去或是讓你自己先去問病史做PE，之後跟V meeting時再由我們報給V聽，並在下班前完成該病人的progress note。

### 2. 跟門診

秘書每星期都會排一個門診給我跟，但是其實想要跟門診，問一下，每位醫師都會很歡迎我們去跟。他們看門診的方式跟台灣很不一樣，在歷屆學長姊的心得文裡都有很清楚地介紹了，我就不再贅述。在跟門診前可以先在系統裡查一下當天要看診的病人，看一下他們的病史，在看診前後可以跟V討論。

### 3. 跟檢查

肝膽腸胃科的檢查真的很多，而且通常很多都是由fellow做，V在旁邊指導，他們也很歡迎我們去跟，他們會跟病人介紹我們之後問病人介不介意我們跟，病人通常都不介意。胃鏡、大腸鏡、內視鏡超音波都在main health building 的一樓內視鏡室，在working room牆上有螢幕顯示當天內視鏡室的檢查項目。內視鏡逆行性膽胰管攝影(ERCP)則是在三樓的刀房進行，要去看會需要換刷手服(scrubs)，可以請fellow帶你去刀房的控台申請scrub access，開通你的刀房卡和拿到每天的刷手服(詳見後面外科部分)。我那時候是我的V請護理師直接拿兩套刷手服給我。ERCP的排程則是要在他們的刀表上才看的到，刀房排程我們應該是沒有帳密，我都是找還沒登出排程的電腦查，或是直接問我的fellow。

### 4. Conferences

秘書會一開始會寄給你每天的meeting時間，但是確切的meeting資訊還是要問你跟得fellow，每個team也都有自己的meeting。

- Transplant Selection Conference: Tuesday @ 3:00 PM (VFW V372)，他們的會把需要換肝的病人加入list，會在每週討論個案是不是符合換

肝條件。

- GI Citywide Conference: Thursday @ 3:30 PM (VFW V372)每周都有不同的topic，可以學到很多東西。
- Liver Tumor Conference: Friday @ 12:00 noon (VFW V372)
- Liver Pathology Conference: 2nd & 4th Friday @ 1:00 (VFW V372)
- GI/Surgery Conference: Thursday @ 7:00 AM (VFW V372)

## <神經外科>

跑這邊的神外沒有固定跟哪個住院醫師或哪個主治醫師，他們病人也是每個住院醫師一起照顧，他們很忙，不會有人管你要做什麼，想看刀就看刀，想在病房看病人就留在working room，他們說你只要覺得nothing fun 就可以回家了。我只要不說話，他們都會習慣性地忽略我，但是只要問問題或是主動要求工作，他們也都會很仔細地教我。

我們主要待的地方就是他們神內神外共用的Working Room(Main health building 4F 4D 4-216，房間密碼刻在門框右上方) 和刀房。



### 1. 查房

這邊的神外星期六不用上班，星期一和星期五早上五點半開始查房，周二到周四查房時間會再用簡訊(我們個人的手機，神外不會再另外發student pager)通知，時間大概是六點到六點半不一定，視當天的病人量而定。早上在Working Room，會由輪夜班住院醫師報昨日新病人、當天要開的刀、和住院病人的狀況，然後會由總醫師帶所有住院醫師、intern和醫學生查房。可以要求輪晚班的住院醫師說想要報病人，他會分給你一兩個，然後你就在查房前先去看病人做NE，查好lab data，在早上報給總醫師聽，並在當天完成progress note。

### 2. 跟刀



第一天的時候會有有空的住院醫師帶你去刀房控台的書記申請scrub access，會需要護照，可是有的時候好像也不用，我第一天就忘了帶，我的住院醫師就幫我說了一下就不用了。他們會開通我們第一天拿到的ID，才可以刷進刀房的大門，大概在申請後半小時就可以用了。然後會登記你的刷手服size，每人每天會有兩套，需刷ID才可領取，下班時刷ID歸還，沒有記得還他就不會再讓你拿了，刷手服不像在台灣只能在刀房穿，

可以穿在整家醫院裡，理論上是不能穿出醫院，但是他們的醫生都會在下班時換一套新的穿回家，隔天再穿來。然後書記會給你一個置物櫃，置物櫃用的是美國體育館常用的那種轉的鎖，我跟它糾纏了好幾天才會用。

每天預計的排程在早上夜班住院醫師發的patient list 裡面有，系統裡也查的到，第一天就可以請你的住院醫師把每天神外的排程加進你帳號中的日程表，可以在跟刀前一天先看好病人的病史跟影像，可以先預習當天要開的刀，跟刀的時候才有問題可以跟主治醫師討論。通常都是由住院醫師先開始開，主治醫師或總醫師在旁指導，開到重點的地方，主治醫師才會刷手進來。他們通常都會歡迎醫學生上刀，但是不會主動叫你上去，我通常都是一開始就要求上刀，主治醫師刷手進來我才下去，closing的時候再刷回去，我都會要求要縫，住院醫師有時候會放。神外的刀有的時候一開就是一整天，常常從早上七點開到半夜，他們其實也不要求我們全程跟完。

### 3. 跟endovascular intervention

美國的神外醫師也負責做腦部的intervention，像是腦部血管造影(Cerebral angiography)、血管瘤線圈止血(Endovascular coiling)、或是血管動靜脈畸形栓塞(Thrombolytic therapy)，這些在台灣比較常是由醫學影像科在操作，在美國常是由神外醫師來做。在這邊主要是主治醫師帶著fellow操作。地點在main health building 2F的IR (intervention room)。我通常都在房間外面看，有時候主治醫師會在外面指導，可以問他問題，他們都會很仔細地回答。去之前要先預習一下腦部血管的解剖位置跟血管造影，才看得懂。

### 4. 病房工作

我比較少在病房，因為每次回Working room 都沒人，他們都很忙。

### 5. 跟門診

神外沒有特別排門診給我們跟，可以自己要求要跟，他們也都很歡迎，跟門診可以跟主治醫師也比較多互動，問很多問題。

### 6. Conference

他們星期一二跟五早上會有meeting，都是查完房後全部的住院醫師一起過去，地點我到現在也搞不太清楚，星期一和二是討論case，星期五有主治醫師教學，和一些他們科內的會議，會有一些他們自己不是在跑神外但是以後想申請這裡神外的醫學生來聽，可以學到很多東西。

## 三、國外實習企業或機構之學習心得

1. 醫護關係:我們是以醫學生的身分在這裡見習。讓我覺得跟在台灣見習差

別最大的就是護理師對實習醫生和醫學生的態度。我們醫院護理師很多都是把實習醫生當狗使喚，把醫學生當鼻屎；而這些其實醫院大老跟主治醫師都知道，每次有人抱怨，他們不乏會講一些“對阿，九樓nurse不意外”，之類的话，檢討會時我們也有提出過。但是年復一年，這些狀況始終如一。所以我認為，台灣這樣糟糕的醫護關係，是醫院縱容的結果，因為我們不重視醫學生、實習醫師、甚至是年輕的住院醫師。美國護理師明顯就很尊重他們的年輕醫師，絕對不會出現“intern!去幹嘛幹嘛”之類的话；對於醫學生，他們也不會認為他們只是擋路，他們不會任意地把你從護理站的電腦前趕走(也許也是他們醫院電腦充足的關係)，問他們問題他們會很仔細地回答，他們也會問醫學生關於他們team上處理的問題，醫學生在問病人病史而他們想要抽血或是做其他治療時，絕對不會直接叫我們等一下先給他做，他們會問你還需要多久，他等等再回來。從相處的感覺看來，你會覺得你們是處於一種平等，而互相尊重的關係。

2. **病人素質**:這邊的病人我覺得跟台灣差別最大的有兩點，第一是對於自己的病史及正在接受之醫療處置的了解。在台灣，如果你問病人他現在在服用什麼藥物，做過什麼治療，他們也許會跟你說，降血脂的藥或是糖尿病的藥、做過心臟導管；但在美國，百分之九十的病人都可以說出確切的藥名，也對自己做過的治療十分了解，像是我在吃Lipitor或是Metformin、在右冠狀動脈放了塗藥支架。第二，就是對醫學生的包容和耐性。其實在台灣大部分的病人對醫學生也還友善的，但是很多時候也會遇到很不耐煩或是一直酸我們的病人或家屬。但是反過來說，美國的醫生普遍也對病人耐心十足。
3. **超有耐心的醫生**:美國的醫生，從醫學生到主治醫師，都很願意花時間詢問病史跟聽病人說話，他們不太會打斷病人，我還看過一個醫學生花了一個早上詢問病史。他們看門診，平均一個病人也會花半個鐘頭左右。我自己在台灣在病房常常有太多雜事和paper work要做，每次要新病人要接，問病史時我常常就著重於我想知道的訊息，維持自己最高的效率，病人一離題，我就會打斷他並拉回原本討論的病史。有些阿罵可能會想跟我們說她兒子如何如何之類家裡的事，美國的醫生很多都會耐心聽，但是我們很多時候就會打斷人家。在門診的時候也是，他們一個病人平均都會看到四五十分鐘，就算是復診的病人，他們有的時候也會再問一次詳細的病史，反觀台灣，一個病人看十五分鐘就很厲害了，有的時候復診的病人，也有一兩分鐘就打發的。但是這也是無可避免的，台灣醫師很多人一診都有六七十個病人，不加快速度怎麼看得完，而且台灣便宜的醫療其實換算時間下來跟人家比，也沒什麼好抱怨的了。
4. **他們的醫學生**:其實台灣的醫學生跟他們相比，實力沒有差很多，我遇到過很強的，但是也有不少弱的。我去之前，一直有一種“美國醫學生都很

積極"的印象，但其實去了之後，我覺得也還好，在回答問題的方面，他們也沒有像美國影集這樣，一個問題大家搶答，然後每個人都答得跟教科書上一樣。也是常常有，一個有點難問題，然後台下一片寂靜；或者是一個簡單的問題，然後都沒有人要答。不過他們非常敢問問題，尤其是在很多人的meeting上，在這樣的場合，台灣醫學生根本很少直接舉手發問，因為怕自己問了什麼笨問題丟臉，但是他們真的很敢問。

5. **浪費的美國人：**他們真的超浪費，所有的鋪單和無菌衣都是拋棄式的，不像台灣，都是消了再消。我在跟神外的刀的時候超傻眼，他們每台病人都會上頭皮釘。在台灣這個是自費項目，可用來關最外面一層頭皮，這樣對傷口的壓力比較平均，長的比較好，也比較省時，在台灣每次上神外刀看到這隻，就知道這台我們八成沒的縫了。但是他們！他們上的頭皮釘全部都是拿來定鋪單，最外面一層反而還是用縫的。而且明明一條線可以逢很多針，但是他們常常縫一針後就把針拔掉然後用手tie，然後下一針再拿一條新的，我有問他們為什麼一條線不用器械tie縫多針一點，他們也是說，"喔，也是可以啊，只是我們都習慣這樣縫"。他們也很浪費食物。

#### 四、國外實習之生活體驗

##### 1. 食

我們這次來這邊交換，租的地方跟房東同住，他們很歡迎我們使用他們的廚房，所以我們三餐幾乎都自己煮，在內科的時候中午在醫院幾乎也都會有備餐的Conference，在外科的時候我都會自己帶三明治去。可是美國的食物真的很奇怪，我在這邊有固定運動也都沒在吃零食，但是胖了很多；在台灣天天喝手搖飲料吃鹹酥雞也不會胖。

##### 2. 衣

我們很幸運地錯過了他們最可怕的季節，今年又是暖冬，在那邊的時候最冷也不過攝氏零下十度，加上他們那邊比較乾，零度的時候感覺跟台灣十度的時候差不多。零下十度時一件厚外套加上手套圍巾和帽子就很夠了；零度的時候跟台灣冬天一樣穿著就可以了，只是他們室內超熱，所以外套裡面不用穿太多。



### 3. 住



我們住在校區內，算是很安全的區域，離醫院走路二十分鐘，騎車六

七分鐘，跟房東一家同住，就跟他們租兩個房間這樣。房東夫婦不靠租屋過活，好像只是愛交朋友，一個月收我們\$450/人，房間含家具，廚房也歡迎我們用，很喜歡跟我們聊天，每天遇到都會問我們今發生了什麼事。最後跟他們一家變成朋友，是一個很棒的住宿經驗。

### 4. 行

其實這邊大眾運輸工具算是很方便，火車和公車就可以達大部分的地方，只是會花很多時間，應為它們會繞路，離峰時間有的公車一小時才來一班。我們很幸運，有朋友和房東借我們腳踏車，我們都騎腳踏車上下班，近的地方也會騎腳踏車去，真的蠻方便的。

- **火車&公車:** 他們火車和公車是屬於同一個系統，同一張卡兩個都可搭，來的第一天就可以去UMN的Coffman Union買"GoToCard"，就是儲值卡，可在月台上的機器充值，每次搭乘會扣\$1.75，與直接在月台上購單次票價錢一樣，在兩個半小時內搭乘不會再另外扣款。儲值卡的好處除了方便之外，每充值十元會送一元，然後非尖峰時段搭乘只扣\$0.75；他們還有另外一種學生月票，但是一次就是一學期的，我們去短期的比較不適合。要注意班次時間，火車班次較多，也比較早開始有車，公車在冷門時段常常有一小時一班然後九點以後就沒車的狀況，出去玩的時候最好把回程班次也查好才不會回不了家。
- **腳踏車:** 我們騎的腳踏車是朋友和房東借的，在校區內真的十分方便。不



過他們在路邊都有類似我們U-bike的據點，可上網註冊，填寫信用卡號碼，他們會把鑰匙寄到你的住處，一個月\$15，前半個小時不另外收錢，後面每一小時多收\$3的樣子，不然也是可以在半個小時內找到另一個停車據點，還了再借。停車據點很多可用APP

(spotcycle) 查詢。在學校的體育館聽說也可以月租腳踏車，但是租金聽說是\$65/月。如果打算去就以騎腳踏車的方式通勤，最好要戴安全帽，不怕一萬只怕萬一，我在某天騎車下班時就被卡車撞，好險有戴安全帽，我那個時候還在跑神外，如果來個SDH或EDH就要去陪我的R值班了。

## 5. 樂

Minneapolis 真的是一個很無聊的城市，沒什麼好玩的，簡單來來說密西西比河和幾個湖很漂亮，有幾個mall跟outlet還算好逛，也可以去美國其他比較有趣的城市玩

- **Mall of America:** 全美最大的mall，搭火車可以到。
- **Twin Cities Premium Outlets:** 不久前才開的outlet，我逛過美國很多outlet，這家規模雖然小，很多有名的牌子都沒有，但是他的價錢真的很便宜。
- **Lake Calhoun:** 在醫院附近的湖，旁邊有腳踏車車道，很漂亮。
- **Minneapolis Sculpture Garden:** 裡面有有名的湯匙和櫻桃雕像



- **芝加哥:** 可以找一個周末去，搭飛機或租車都可以，我們最後是搭飛機去的，但是機票最好一兩個星期前就買好，不然會很貴。很好玩

- **St. Lawrence Catholic Church & Newman Center:** 我不知道之後會不會有天主教的學弟妹去交換，如果

有的話提供你們這個可以做彌撒的地方，離學校超近，彌撒時間有早上八點和十點及晚上七點和九點。

## 五、國外實習之具體效益(請條

### 列式列舉)

1. 知道自己跟人家差在哪：我覺得出去交換之後，會有一種視野變開闊的感覺。
2. 遇到很多不同國家的醫學生：|



交了很多朋友，遇到很深刻的文化衝擊，覺得自己不足的地方實在太多了，台灣太小，我們的眼光太狹隘，一直出國玩其實對國際觀根本沒什麼幫助。多跟不同的人接觸，去了解他們的文化和思想，會覺得這個世界跟以前想的其實不太一樣。

3. 比較不怕開口講英文:在美國，很多人都不是土生土長的，他們也是操著很重的口音，所以比較不會因為怕自己口音很奇怪而害怕開口。

## 六、 感想與建議

其實很多人都有想要出國交換的念頭，但是很多人都因為怕麻煩，或是覺得自己競爭不贏其他同儕，所以連申請都沒有申請。我覺得其實這樣真的很可惜，因為我在這次交換所獲得的遠超出我原本預期的。