

學海築夢計畫心得報告

獲補助年度	104 學年度
薦送學校、系所、年級	中山醫學大學醫學系七年級
中文姓名	劉蕻
國外實習國家 (含城市)	日本東京
國外實習機構	東京醫科大學病院 (Tokyo Medical University Hospital)

一、緣起

從大七開始在醫院裡實習，實際參與臨床工作並更加了解臨床上是怎麼處理疾病。能夠和前幾年在書本上念到的知識相比較的同時，我也開始好奇：國外對於疾病的處理方式，和我們的相同及相異處在哪裡呢？是否會因為一些自然或是人為的因素有什麼不同呢？而在醫學生的學制及國家的醫療制度上又有什麼不一樣？抱著這些想法，我決定參加短期交換——學海築夢計畫的甄選。而在眾多醫院之中，我選擇東京醫科大學做為我的第一志願。雖然我對日文一竅不通，但是我十分喜愛日本的文化、很常去日本旅遊；所以我特別的好奇，在我所喜愛的醫學上，日本跟台灣有什麼不一樣呢？並且，我也希望藉由這次的交換，更加深入了解日本的文化、融入日本人的生活並結交日本好友；如此一來，除了在專業知識上能有所斬獲，在文化方面也能拓展我的視野、看到日本較為深層的面貌。

二、國外實習機構簡介

東京醫科大學 (Tokyo Medical University) 於 1916 年建立，是只設有醫學院的單科大學；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。

在交換學生計畫方面，本校與東京醫科大學為關係十分密切之姊妹校，近五年來每年雙方都有一至二位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泉美貴教授及永田彩小姐，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並且安排得盡善盡美。在這次的東京交換之旅中，這兩位可說是最需要且最值得感謝的靈魂人物。



←東京醫科大學病院外觀



↑泉美貴教授（左圖中）及永田彩小姐（右圖右二）

三、 國外實習企業或機構之學習心得

這次至東京醫科大學病院見習，我選了五個臨床學科：眼科（Ophthalmology）、心臟血管外科（Cardiovascular surgery）、糖尿病、代謝及內分泌內科（Diabetes, Metabolism and Endocrinology）、免疫風濕及膠原病內科（Rheumatology and Collagen disease）與小兒科（Pediatrics）。

眼科（Ophthalmology）

在到東京之前，永田小姐曾來信跟我說以往並沒有任何的交換學生選過眼科作為見習科別。這讓我不免覺得有些緊張：在台灣，我並沒有到眼科見實習過，對眼科的印象停留在書本裡的知識，並且眼科是我至東京見習的第一科；若是對方未曾接待過交換學生，加上我對臨床眼科、日語及醫院環境的不熟悉，會不會有溝通不良的問題及學習方面的障礙？而事實證明，這一切都是我多慮了。負責我見習課程的白井醫生（Dr.

Usui) 不僅英文說得十分流暢，亦將課程安排得十分豐富紮實；而科內的其他教授、醫師及秘書小姐都十分友善，在我有問題時竭盡所能地解答我的疑問，在主要帶我的醫師比較忙碌的時候也會主動向前跟我聊天，讓我不會覺得被冷落(超級溫馨！！) 這次的見習之中，眼科可以說是我收穫最多的科別。

在眼科，每天的行程大約都是早上至刀房或是病房學習手術的作法及術後的評估及照顧，下午到每天不同的次專科特別門診學習各次專科領域的常見門診問題。這裡的眼科和台灣相比，令我印象最深刻的不同點在於門診病人的數量；由於日本的轉診制度做得十分確實，而東京醫科大學病院算是後線的醫療中心，這裡的眼科醫師每天看的門診病人大概最多只有四十幾位，和台灣眼科門診每天將近兩百人的病人數相比可說是天差地遠。另外，東京醫科大學病院眼科的主任教授——後藤教授 (Professor Goto) 的專長是眼睛腫瘤及葡萄膜炎，因此在每個星期三的教授門診可以看到很多罕見的眼睛腫瘤的 case，這也是在台灣比較沒有機會能遇到的學習經驗。

而這兩週最讓我印象深刻的事，莫過於有一次在跟門診的時候，看到眼科其中一位醫師拿著一顆眼球在門診的治療室中取角膜！沒錯就是人來人往的門診區！看到的當下我真的十分驚訝，雖然路過的病人並沒有注意到，但是在門診割一顆眼球也太嚇人了吧！好奇的我馬上向前，那位醫師一看到我，馬上讓我帶手套幫忙，並且教了我非常多有關角膜評估及角膜移植的知識。真的是個很難得的經驗！！另外，我也上了一台白內障手術加玻璃體切除手術；主刀的馬詰醫生 (Dr.Umazume) 的經驗十分豐富，非常有耐心的教導第一次上眼科刀的我每個器具的用法及手術步驟，讓我雖然只是幫忙做小小的事也十分的有參與感，非常開心！

手術結束後和馬詰醫生 (最右) 及藤井醫師 (最左) 合影



心臟血管外科 (Cardiovascular surgery)

心臟血管外科是我這次選到最累的科別了。除了每天的晨會必須要參與、每台刀都要跟完之外(手術時間都很長約六到八小時)，也要參加每天晚上六點的交班會議以及 ICU 查房，每天離開醫院的時間大概都超過晚上七點。每天看著一起來東京交換的同學下午四點就開開心心地準備回家，都會有點小小的難過！

不過雖然很累，在心臟血管外科的日子也是有很多難得的收穫。東京醫科大學病院心臟血管外科的主任教授——荻野教授 (Professor Ogino) 在心臟血管外科界是有名的人物，因此很多需要困難心臟手術的病人都會從別的醫院轉診而來；在兩個禮拜的見習之中，我看到了很多種類的心臟手術：冠狀動脈繞道手術 (Coronary Artery Bypass Graft)、瓣膜置換術 (Valve Replacement)、腹主動脈瘤切除及支架置放術、心包膜切開術 (Pericardiectomy) 及令我印象最為深刻的肺動脈內皮血栓切除術 (Pulmonary thromboendarterectomy)。肺動脈內皮血栓切除術是慢性栓塞性肺高壓 (Chronic Thromboembolic Pulmonary Hypertension ; CTEPH) 的唯一治癒方式，全世界能執行此一手術的心外醫師及團隊和其他的心臟手術相比，數量相對較少。在台灣，CTEPH 主要仍是用治標不治本的內科保守治療，病人無法真的擺脫疾病，生活品質仍是會隨時間下降，無法真正回復。能夠看到這樣一台罕見的手術，真的很開心！手術中看著荻野教授熟稔且順暢的手法、聽著他沈穩不猶豫的指令，心裡著實懷抱著一股崇高的敬意。但別以為荻野教授是個嚴肅的人，在為我們幾位交換學生舉辦的歡迎會中，我們也看到教授健談、有趣、愛開玩笑的一面！！



交換學生歡迎會！會後和荻野教授開心的在新宿知名地標——LOVE 前合影！

糖尿病、代謝及內分泌內科 (Diabetes, Metabolism and Endocrinology) 和免疫風濕及膠原病內科 (Rheumatology and Collagen disease)

在東京醫科大學，糖尿病、代謝及內分泌內科和免疫風濕及膠原病內科是一個組合，醫學生通常會在兩個部門各見習一個禮拜；因此，在見習之前永田小姐寄信來問原本只有選糖尿病、代謝及內分泌內科的我要不要也到免疫風濕及膠原病內科看看？有這樣一個可以多看一看的機會，我當然是開心地答應了。所以這兩科和其他科別不同，各只有跑一個禮拜。

這裡的糖尿病、代謝及內分泌內科大致上和台灣沒有什麼不同，每天的生活都是跟著醫師們查房、開醫囑、跟教授的教學門診，在治療方式及用藥上也沒有很大的差異。而唯二兩個比較大的相異點，在於：1. 這裡的內分泌科醫師必須照顧院內的所有的糖尿病病人，意思是他們必須負責監控所有病人的血糖、更改並開立所有病人的胰島素或是口服降血糖藥；而台灣內分泌醫師只需要照顧內分泌科的住院病人，其他科的糖尿病病人多靠當科醫師使用會診系統來尋求內分泌科的專業意見。2. 這裡會收初次被診斷有糖尿病的病人住院，進行各項糖尿病相關衛教。他們會發給病人衛教的集點卡，確確實實的緊盯病人參加完每場衛教才能出院，總住院時間大概需要兩個禮拜。和台灣收住院的病人幾乎都是有嚴重的併發症或是糖尿病足相比，非常的不同！

內分泌的醫師們也都非常的親切，每天都拉著我和他們一起吃午餐(在這裡，每科的醫生會分成幾個 group，每個 group 成員是一個較為資深加一個較為資淺的主治醫師、一個住院醫師再加上一個畢業後臨床研修醫；而整個 group 幾乎是一起行動，連開醫囑這樣的小事都是全部人一起，當然中午也是要一起吃午餐，非常佩服這樣的團隊精神！)，認真的把我當成他們的一份子，雖然我只是個不懂日文也不能幫忙做什麼的交換學生。而在這科我遇到了一位台灣病人，於是醫生們讓我自己去問診、做身體檢查，然後用英文打一份入院記錄，在教授迴診時報告，是一個特別的經驗！

而這裡的免疫風濕及膠原病內科的病人數量雖然和台灣

一樣都不多，但是這裡的 AIR 除了有常見的類風濕性關節炎（Rheumatic arthritis）、紅斑性狼瘡（SLE）等之外，還有一些台灣相對少見的 case，像是高安氏血管炎（Takayasu arteritis）、木村病（Kimura disease）或是復發性多軟骨炎（Relapsing polychondritis）等，讓我這短短一個禮拜獲益良多。負責帶我的木村醫生（Dr. Kimura）和主任教授——沢田教授（Professor Sawada）都學識淵博而且英文說的非常流利，讓我在遇到一些罕見、不熟悉的疾病時，能夠盡情發問並且得到完美的回答，悠遊在免疫風濕科的知識之中！



↑和兩科的醫師們開心聚餐！！

小兒科 (Pediatrics)

在這次的日本交換，最讓我期待的就是小兒科；除了因為我對小兒科非常有興趣之外，另一個原因是我非常喜歡小孩子、很喜歡和小孩子接觸。在兩個禮拜的見習時間，我被分到熊田 G，主要的成員有熊田醫生（Dr. Kumada）、佐藤醫生（Dr. Sato）和三浦醫生（Dr. Miura）；而這個 team 主要照顧的病人，大概都是屬於一般兒科、小兒免疫及小兒內分泌領域。

在到小兒科的第一天，team 裡面來了一個要做食物過敏試驗（food challenge test）的病人，食物種類是蛋（由於很多小孩子怕蛋料理如蒸蛋、炒蛋等的味道，這裡的蛋過敏試驗會把料理做成無小麥蛋糕，讓小朋友在做試驗的時候能吃得開心）。佐藤醫生在試驗開始之前，問我：Have you ever tried this？一開始我以為她是問我有沒有看過這個試驗，後來發現她是問我有沒有吃過這個試驗會用的食物！然後下一刻，我們這個 group 就開心地一起在 station 吃起蛋糕！佐藤醫生說這

是我們這個 team 才有的福利！

另外，由於這裡的病人家屬只能在會客時間來訪，連小兒科也不例外，因此病房裡常常會有肚子餓的小 baby 需要人餵牛奶或是有想媽媽的小朋友需要安撫；所有的護理師常常都是手忙腳亂，忙於應付一哭未平、一哭又起的情形。在我跟佐藤醫生說我非常喜歡小朋友之後，她問我可不可以幫忙餵 team 裡面的小 baby、減輕護理師的負擔？我當然是超級開心的說好！於是我的第一次餵小朋友喝牛奶就獻給了日本的小病人！而萬聖節的 trick or treat 活動我也有參與，穿著住院醫師幫我買的南瓜裝跟著小朋友們一起到處要禮物，是兩個月交換之中最奇妙的回憶！

熊田醫生（最右）、佐藤醫生（中上）、三浦醫生（最左）和我最可愛的小 baby 病人！



四、國外實習之生活體驗

身為交換學生，除了在醫院裡好好學習之外，另一件很重要的事就是在交換國家好好生活。第一次要一個人在國外生活兩個月，雖然是已經去過好幾次的日本，難免還是會有些緊張；幸運的是東京醫科大學提供了房間內部設施、交通位置和生活機能都十分優良的宿舍，讓我們不用煩惱住宿的問題、在東京能有一個溫馨便利的小窩。

東京是個絢爛多元的城市，絕對值得花時間在她美麗的各個角落中悠遊、探索。在平日下班後，到新宿或是新宿附近的原宿、涉谷、池袋、六本木等走走逛逛、來頓悠閒放鬆的晚餐、欣賞浪漫醉人的夜景；而在週末，則是到較遠的淺草、台場、Disneyland、橫濱、茨城、輕井澤等盡情遊玩，或者享受美景、或者瘋狂大笑、或者恣意品嚐美食，這樣的生活絕對是這兩個月中最難以忘懷的一部分。另一件也是非常幸運的事是，在兩個月的見習時間裡，恰巧遇上了日本的五連假——Silver week，讓我們能搭著國內線飛機到北海道自駕遊，是非常難

忘難得的享受！

五、 國外實習之具體效益

1. 增廣對不同國家醫學領域的認識：在開始實習、開始實際深刻了解台灣的醫療制度及標準作業流程等之後，能夠有機會到國外醫院走走看看，絕對值得把握。親眼見識、親身體會，身處其中發現異同，並與國外同在醫療領域的專業人士進行討論及意見交換，對於對自我及大環境的反思，有非常大的效益。
2. 深入了解不同國家的風土民情：要真正了解一個國家，靠著日數短短、走馬看花的旅遊絕對不夠；只有在一個國家中生活、長住，才能細看其生活日常、社會文化、民族特性，獲得最深刻細緻的體驗。
3. 精進語言能力：在到日本之前，完全不會五十音、日常生活日語也講的七零八落的我，現在不僅能順利背出五十音、流利地說出日常用語，也能聽懂一些較難的對話，在日語方面有非常大的進步；另外，由於平常與醫院的醫師們全用英語溝通，對於醫學專業英語用字及英語會話能力的增進也是十分的有幫助。
4. 結交外國好友：在兩個月的交換生活之中，認識了不少年紀相仿的醫學生及各專業領域的醫師。和他們一起相互交流台日不同的醫學教育和醫療制度，以及台日文化的相同相異；並互相交換 facebook，分享彼此的生活且相約未來再度相見，這樣的情感、情誼是只有出國交換才能擁有的美麗。

六、 感想與建議

如此珍貴的兩個月是一輩子的珍寶。感謝和我一起前往東京交換的兩位同學，讓我在東京有熟悉的朋友能夠一同笑鬧玩樂；感謝中山醫學大學醫學系，讓我能有機會可以出國留學、增廣見聞；感謝在東京醫科大學病院每一位曾幫助我的醫師、護理師、行政人員及同學，有你們的關懷才能讓我的交換生活如此順利；感謝我的父母，謝謝你們所有的支持與包容。希望學海築夢計畫能一年接著一年的延續並擴展，讓更多的學生們可以飛出台灣，看見不一樣的風景、不一樣的世界。