

學海築夢

學生出國實習心得報告

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	陳俊宇
國外實習國家(含城市)	奧地利維也納
國外實習機構	Medizinische Universität Wien



Medizinische Universität Wien
Österreich

Chung Shan medical University
Taiwan



一、緣起

在全球化的年代中，國際以及跨領域的合作日益活躍，所以，我認為培養深度的國際視野，是現代人中重要的議題，進而提升更多元的創新、專業和包容社會，而對於身處東南亞交通樞紐的臺灣，更是必修的課程。再者，從過去的臺灣醫學發展至今，我們所接觸的臨床工作體系及學術研究，受到日本及美國的影響最深，然而在醫學甚至其他領域而言，擁有悠久歷史的歐洲則讓我們相對感到陌生，雖然現今的網路世代或許可彌補因地理及語言造成的學習隔閡，而親身體驗多元的文化及思想，將使學習的過程更加充實深刻，並且融會成生活的一種態度，是我如此憧憬的核心理由。

二、國外實習機構簡介

維也納大學位於奧地利的首都維也納，由公爵 Rudolf IV 及其兄弟於 1365 年創設，繼布拉格大學後，成為自神聖羅馬帝國時期最古老的大學之一，亦是德語區國家中現存最古老的大學。至今，有十五位諾貝爾獎得主誕生於此，其中七位得主出自於享譽盛名的醫學院，如發現 ABO 血型的 Karl Landsteiner 和發現神經傳導物質乙醯膽鹼 (Acetylcholine) 的 Otto Loewi，其他知名學者如遺傳學家 Gregor Johann Mendel 和精神分析學家 Sigmund Freud 等。目前學校本部位於全歐洲最為氣派的環城大道上，其他學院機構則以校本部為中心散佈於城市之中，大學建築物以氣勢磅礴的文藝復興風格為主，表達對中世紀神權的批判，以及人文主義做為一門科學的象徵。醫學院則在 2004 年從維也納大學獨立成為醫學大學，與目前維也納醫院新院區 (Allgemeines Krankenhaus der Stadt Wien, AKH) 共同形成園區。

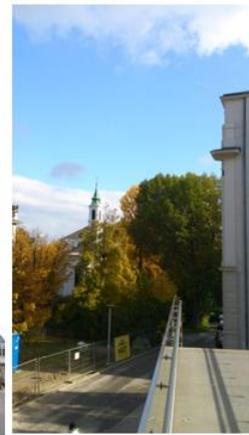
舊醫院(Altes AKH)位於醫學大學對面，由神聖羅馬帝國皇帝 Leopold I 策畫建立，於 1784 年正式啟用，成為當時歐洲最大的醫院，成為醫學的巔峰，目前建築保存修繕良好，作為大學學術活動使用，校區有許多醫學歷史的遺跡，如曾為精神療院的圓形建築 Narrenturm，今日則為解剖病理博物館。目前的新院區(Neues AKH)於 1994 年正式啟用，並且持續作為歐洲其中最閃亮的醫學中心。



Altes AKH



Neues AKH



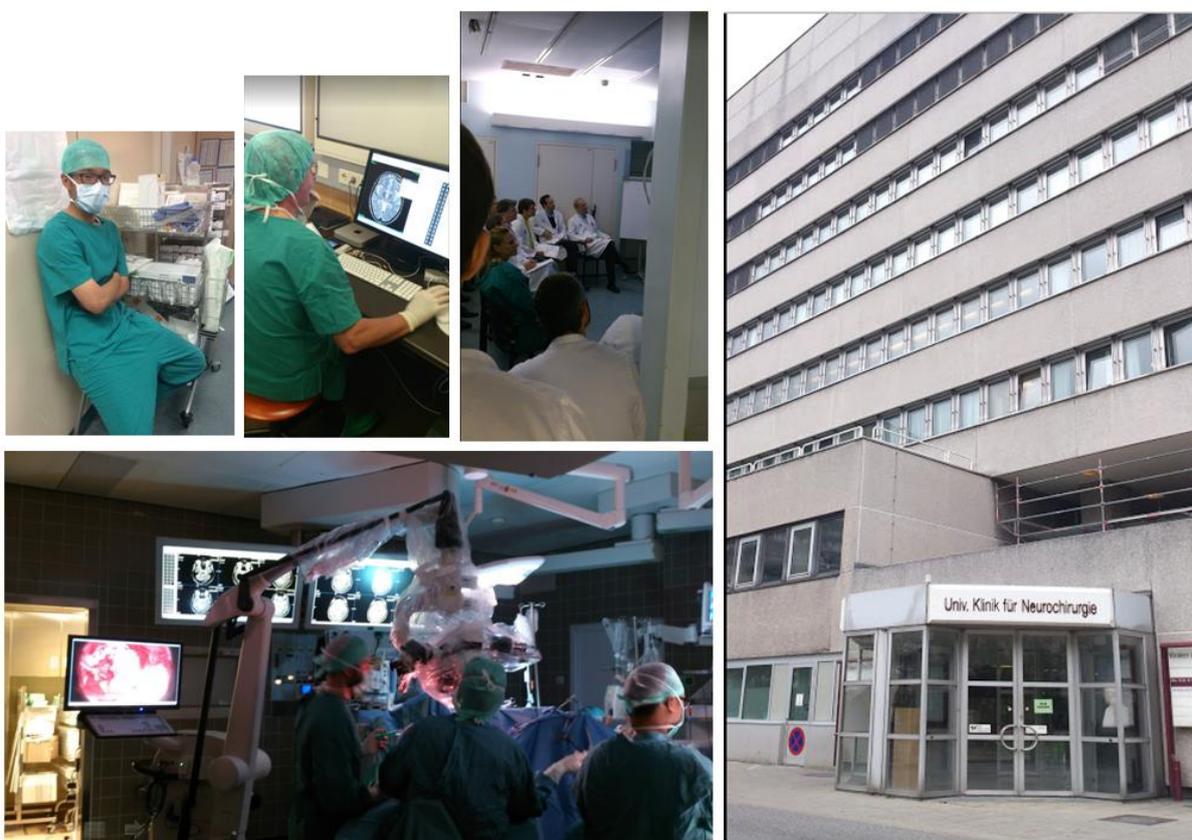
三、 國外實習企業或機構之學習心得

在奧地利最大的醫院 Allgemeines Krankenhaus(AKH)交換實習，加上所有的標示的是德文，放眼望去沒有一個亞洲人，這一刻我才瞭解現實，我的實習生活已經開始，處處都是挑戰，我必須以英文以及會的簡單德文生活用語開始溝通，但事實是醫院的醫療人員多數能以英文溝通，並且樂意協助我們的問題，內心的焦慮才緩和許多。負責國際交換學生事宜的是 Dr. Human Salemi，親切的教授非常熱心協助我們學習生活上的問題。仔細觀察，他的辦公室的擺設有書法作品、琉璃等，也從談話當中瞭解教授的寬宏視野!而歐洲的大學生參與 ERASMUS 交換計畫非常普遍，曾經在刀房裡，遇到來自五個以上不同國家的朋友，簡直可以來場聯合國會議。期望我們也能夠建立更多元的交換計劃，並且展現我們的文化活力!

在 AKH 實習，除了平日早晨參與主治和住院醫師查房以及晨會，與在台灣實習的模式相同，但工作生活步調愜意，一天看診人數將近 10 人，過程除了詳細問診，也與病人侃侃聊天，建立良好關係，中間還有點心時間。至於實習，學習的氛圍更為自由，實習醫師基本不需要值班，平日午後的時間較為彈性，學生可參與教授的專題研究或是醫院以外的事物，強調絕對自主學習的觀點，與臺灣則是大為不同。

在 AKH 實習期間，第一個月我在神經外科，目前是歐洲腦血管研究重鎮，如顯微腦血管吻合術多轉送至 AKH 進行，而在該科我有幸認識來自台灣的王醫師，除了醫院的教學外，他也幫助了我在醫院及生活的許多問題。第二個月我在移植外科，移植研究是該院最大的研究項目之一，也是歐洲首例腎臟移植成功的醫院，目前也是歐洲最大的腎臟移植中心。

至於奧地利的健保制度，公民必須依照收入繳交至少 20%的稅收。享有保障的公民，看診及住院基本上全額免費，一般看家醫科居多，評估如有轉介需要，才會到醫院看診。此外，住院也是全額免費的，包括接受移植手術，而健保的內容設定所有被保人同時會是器官捐贈人，如果不願捐贈者，必須主動提出申請。回顧台灣的健保，除了加強民眾對於轉介制度的認識，也必須體悟醫療本身成本是昂貴的，當作為社會福利資源，必須強調資源的公平性及有效性。



四、 國外實習之生活體驗

饗宴維也納

奧地利位於東西歐來往的交通樞紐，多元族群的交流可反映在奧地利的飲食文化中，如匈牙利燉牛肉(Gulasch)、維也納炸豬排(Wiener Schnitzel)。另一方面，自中世紀以來，哈布斯王朝統御歐洲中土的神聖羅馬帝國，更以維也納作為政治核心，貴族飲食及精緻的點心文化，更注入不少華麗色彩，如散發優雅的咖啡文化、韻味濃厚的薩赫蛋糕(Sachertorte)等。而一些經典名餐廳位於市中心及環城大道周遭，和校區的距離非常近，交通方便。

如果想要快速而有效率的複習維也納道地美食，附設醫院的員工學生餐廳 MENSA 則是我的推薦選項之一。每天餐廳必定推出不同的主餐作為選擇，如匈牙利燉肉、麵糰子和炸肉排等，湯品及餐後點心也是十分用心。有時在外面餐廳的菜單中，才發現我們早已在醫院體驗過這道著名菜餚。雖然 MENSA 的餐點較為基本，但是能在每一刻享受道地菜餚，並且享有更划算的價位(4~5 歐元/餐)，是我相當喜愛的!

由於歐洲的消費水平相對高於許多，進入餐廳用餐常常是 15 歐元起跳(台幣 500 元)，除了地鐵站出口等地有價格較為實惠的攤販，販賣熱狗、中式炒麵和披薩，其他則少有像台灣價格實惠的小吃店、便利商店。另外，身為習慣熱食的台灣人，除了以上的選項，宿舍烹飪便是我的最佳夥伴，也因此原本和廚房形成絕緣體的我，也在國外兩個月的期間練就了一手創意廚藝。至於食材的部分，超級市場的價錢比傳統市集要划算許多，魚肉蔬果也是應有盡有。而酒類的部分，由於靠近葡萄的生產地如義大利、西班牙等，價錢也是比台灣便宜許多(5~9 歐元/瓶)，結帳前勢必在酒類區流連忘

返，好挑一支美酒，品酌歐洲的古典韻味。需要注意的是商家營業時間，餐廳營業至晚間 12 點也並非少數，但是便利商店等店家只有營業到晚間 6 點左右，周末通常是不營業的，因此積存周末的食材也是我的重要課題。

而雖然只有短短兩個月的交換生活，但是難免也會懷念家鄉的味道，特別是秋冬的微風及落葉景色，常觸發遊子思鄉之情，而在地鐵站 Kettenbrückengasse 附近有需多亞洲人旅居於此，周圍則有許多的亞洲市場，內容也是相當多元，也可見到許多來自台灣的食材，而我們也成功地在歐洲完成了以臺灣米酒為基底的薑母鴨，為寒冬的我們補補身子，也和當地的朋友來了一場飲食的文化交流，為此我感到相當驕傲。

四季維也納

位於中歐的奧地利，處於海洋及大陸型氣候交界，這次交換計劃的時間正值秋冬交替之際，十月至十一月的平均氣溫約 10 度，氣候宜人，然而早晚和歲末帶有涼意，需要注意保暖衣物。出發前的我，非常期待冬天的白雪，不過維也納當地的學生則表示過去十一月就會開始下著初雪，但是最近全球氣候暖化的緣故，所以需要延後到年底才有機會遇見，除了感到可惜也讓人省思。另外，空氣的濕度較為乾燥，下雨的機會較少，所以有過敏性鼻炎的我，早起的鼻子可說是分常通暢；但是乾燥的環境引起的靜電，常常讓我吃了不少苦頭，因此皮膚保溼的工作不可怠惰喔！

相寓維也納

這次的交換計劃，我是透過 OEAD 宿舍選配系統，提供國際學生在奧地利申請宿舍，可自由選取宿舍的條件及配備，如獨立盥洗室或廚房等，選配結果會在開學前一個月公布，並且在指定時間匯入保證金(950 歐元)，而往後的房間月租金則可至 OEAD 辦公

室繳交，至於在維也納的房租按不同條件則 400~700 歐元不等。維也納的大學冬季學期在十月初左右開學，而我則在八月底開始透過 OEAD 申請宿舍，時間稍晚，加上歐洲大學生參與交換生計劃較為普遍，人數眾多，所以最後選配的宿舍在河畔邊的 Donaustadt，和大學隔著多瑙河相望，距離大學校區非常遠，雖然距離地鐵站不遠，但是仍然要行駛 15 站才抵達醫院。因此建議各位，確定停留位也納的日期後，應及早申請才是上策。(網址: <http://housing.oead.at/en/>)



穿梭維也納

維也納的交通非常便利，各種交通構成的網路相當詳細並且以「準時」聞名。由於我待在維也納有兩個月的時間，所以至 ÖBB 售票服務處或各車站入口購買月票 (Monatkarte)(48 歐元/月)是絕對划算的，可在時限內搭乘地鐵、路面電車、巴士以及城市 100 區內的國鐵。基本上，歐洲的車站採自由進出無閘門管控，而搭乘前，須將車票插入打票機打卡，打印上的時間即可生效。車上隨時會有查票人員，特別是月初查票更為頻繁，不是會出現便衣查票人員上前查驗，增添驚喜。如果沒有誠實打卡的話，罰金可是高達 100 歐元。另外，由於國際難民潮往歐洲蔓延，治安良好的維也納也出現警訊，特別是人群多的地方如車站，需要多留意個人隨身物品。

漫遊古典

除了醫院的學習，作為一位交換學生，沒有太多的學業及生活拘束，在課後閒暇之餘，隨著自在的心境漫遊在維也納的宏偉歷史之中。位於環城大道的市中心，以奧地利的精神指標聖史蒂芬教堂和霍夫堡，街頭林立著音樂廳、咖啡館以及街頭藝人的即興表演，而轉角後的街景，都有著背後的城市記憶，其中也蘊含著豐富的醫學歷史，無不深深引起我的好奇，如著名的格拉本大街中心豎立的黑死病紀念碑(Pestsäule)，紀念過去城市無懼的對抗黑死病的蔓延，當時宗教將瘟疫視為上帝的懲罰，而蘇拜特醫師等嚴厲的提倡公共衛生並且勇敢醫治大眾，則有效減緩疫病的蔓延。另外，Josephinum 醫學史博物館有著著名的解剖蠟像，由於過去宗教因素，解剖人體的行為是被禁止的，因此盜墓剖屍則讓醫學在暗夜中發展；文藝復興時期後，圍繞現實及人文主義的氛圍，當時對人體構也有造有充分的見解，因此解剖蠟像得以成熟製作，細緻的毛髮和肌肉線條猶如真人，並由玫瑰木箱框收藏，在 18 世紀由佛羅倫斯翻越阿爾卑斯山，艱鉅重重地運往維也納典藏，成為當時醫學生的教學模具。

另外，歐洲的足球文化貴為盛行，隨處可見足球的，晚上許多酒吧也會轉播重要的足球賽事，而十月剛好遇到歐洲國家杯資格賽的賽事，藉由足球將全國國民凝聚一體。因此，身為小小球迷的我有如此寶貴的機會，必定前往朝聖！

至於周末，則規劃我們短期的自助旅行，維也納位在中歐交通要塞，前往鄰國其他城市非常方便，搭乘國際巴士即可展開跨國旅行。往西前往慕尼黑大啖豬腳及黑啤酒，往東抵達波西米亞黃金盛世的布拉格及多瑙河明珠之稱的布達佩斯，南向則有亞德里亞海岸明媚的斯洛維尼亞。在旅行的過程中，除了挑戰新事物以及體驗不同文化，

重要的是培養獨立自主的生活態度，也藉由這些輕旅行，充分享受這分自由感，也開拓我的視野及價值觀。





五、 國外實習之具體效益

透過這次維也納交換計劃，除了學習專業領域的知識及制度層面的體驗，更重要的是教室外的學問，藉由獨立思考的方式，拓展我的國際視野：

1. 增進外文表達能力，認識基本生活德語
2. 學習體驗當地學校、醫院等單位的制度體系和觀念
3. 瞭解奧地利的健保制度以及相關措施
4. 結識來自世界各地的朋友，瞭解不同的文化、歷史和價值觀
5. 學習包容，尊重和學習文化的多元性
6. 提升獨立自主，激發對於新事物的挑戰
7. 培養問題導向的邏輯思維，並且設法尋找答案
8. 藉由開拓的視野，設定多元的生涯目標

六、 感想與建議

透過這次的海外實習計畫，使原本生活在便利而安居的臺灣，能夠有機會飛翔於海洋之外的國境，擴展觀望世界的視野。儘管身處在一個陌生的環境，初期時常讓我感到焦慮而辛苦，但是從不同的角度思考，可以放下背負的學位責任和社會壓力，體現真實的自在自由，進而重新審視、認識自我。透過這次的人生旅行，將世界的精采際遇收盡眼中，有給予機會重新審視自我，磨練、培養、成長。未來，也許會隨著在社會的經歷而影響，因為家庭、工作等因素影響著我的觀點，但這段精采的回憶以及人與人奇妙的邂逅，我將會永久珍藏。