

學海築夢/新南向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、國外實習考評成績或評語及短片時間及標題）

獲補助年度	111
薦送學校、系所、年級	國立陽明交通大學醫學系六年級
中文姓名	盧謙
國外實習國家(含城市)	美國馬里蘭州巴爾的摩 (Baltimore, Maryland)
國外實習機構	約翰霍普金斯醫院 (Johns Hopkins Hospital)
國外實習考評成績或評語	
短片時間及標題	(短片以3分鐘為原則，請提供連結)

一、緣起

系上的國際交換實習因新冠肺炎疫情爆發而中止，有兩屆學長姐不幸無法出國實習，今年隨我國的防疫政策逐步放寬，國際實習的機會也重新開放。我有幸通過系上甄選，又申請到約翰霍普金斯醫院 (Johns Hopkins Hospital) 藥物腫瘤科 (medical oncology) 實習的機會，由於收到錄取信的時間較晚，手忙腳亂地預訂機票、安頓住宿、購買保險、多次魚雁往返、滿足實習前的各種要求，歷經兩個月的空德與失眠總算成行，雖然期待已久，想到旋即要跳進全英文的醫療場域，出發前內心十分忐忑不安。

二、國外實習機構簡介

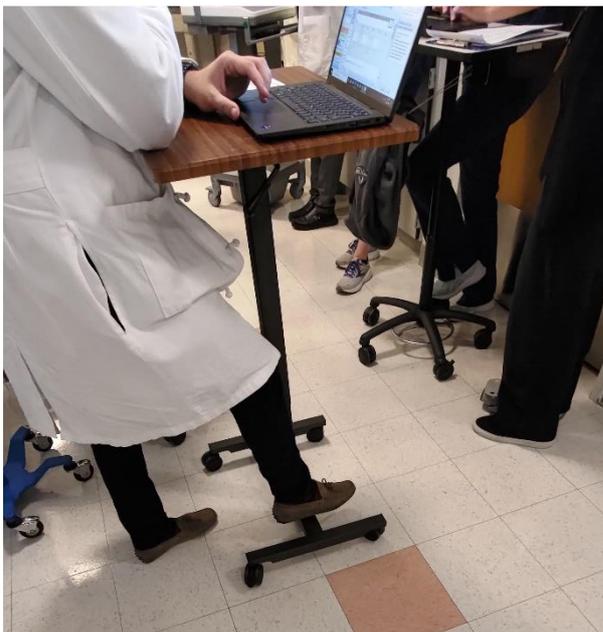
腫瘤科病房位於醫院總院區的Weinburg Building，腫瘤科病房分為實質腫瘤組 (solid tumor) 與血液惡性疾病組 (hematological malignancy)，實質腫瘤組底下又包含綠組與黃組兩小組，我這個月的實習全被分派至實質腫瘤組，綠組黃組時間各半。每小組會有一位主治醫師 (attending physician)、一位研究醫師 (fellow)、與住院醫師、專科護理師、住院藥師 (pharmacy resident)、個案管理師 (case manager)、社工師共同照護住院病人，其中研究醫師類似台灣剛選擇次專科的總醫師，已完成內科住院醫師的三年訓練，每個小組照顧的病人數量約落在十到二十位之間，主治醫師、研究醫師與住院醫師皆是每一兩周輪調，但輪調時間會彼此錯開，讓團隊中至少有一位醫師了解病人狀況，因此這一個月看許多醫師來來去去，也見識到許多不

一樣的個人特質與行事風格。

三、 國外實習企業或機構之學習心得

腫瘤科住院病人的入院原因包羅萬象，不一定是直接因為腫瘤造成的醫療問題而入院，有的是因為治療的副作用、有的是一些不相關的醫療問題（如心衰竭、腎衰竭、肺炎等等），當然也有與腫瘤直接有關的住院病人（如住院化療、惡性肋膜積水、肝臟衰竭、脊髓壓迫等等），因為涵蓋的器官系統十分廣泛，腫瘤科住院醫療團隊常常需要會診其他專科的醫師來討論後續治療方向，我因而很幸運的能夠觀摩許多不同專科的思維與處置邏輯。

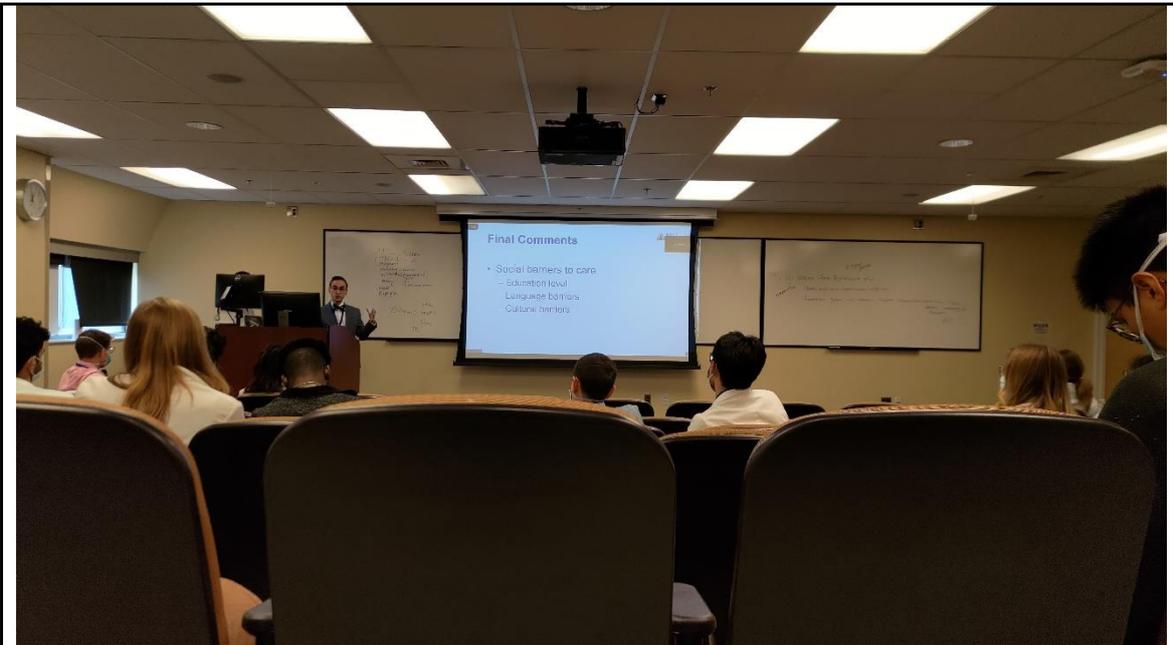
病房的早晨查房(morning rounds)大多從八點三十開始，住院醫師與專科護理師通常會提早1-2小時抵達，了解病人夜間狀況。查房的模式是主責照護者（住院醫師或專科護理師）會向整個團隊報告病人昨天到今天的症狀變化、生命徵象、檢查數據與治療目標，隨後研究醫師會主導病人照護計畫的討論，團隊成員各司其職，依自己的專業對病人的照護計畫提出意見，研究醫師會決定是否要調整藥物、開立新的檢查、安排出院或復健計畫等等，主治最後再給予評論，然後進入病室向病人與家屬說明目前狀況。在查房過程中主責照護者會直接在電腦推車上著手進行病房相關工作，包含開立醫囑、聯絡家屬、照會其他專科等等。查房一般持續到接近中午才結束，每天中午都有給內科住院醫師的教學課程，我也常常前去旁聽，順便享用附餐。下午主責照護者會繼續進行上午待完成的工作，我則是在一旁見機幫忙。下午主治醫師與研究醫師會再次召集團隊，逐一討論病人狀況，確認今日工作進度，住院醫師與專科護理師通常五六點左右下班。



晨間查房時，大家各自在電腦上查詢病人資料，討論病人病情

在腫瘤科病房，物理治療師、職能治療師與社工師也是照護系統中不可或缺的一環。在住院過程中，物理治療師與職能治療師至少會來訪視病人一次，了解病人居住環境（公寓或平房、是否有電梯、臥房在幾樓、浴室在幾樓、平常生活需要爬幾層樓梯……等等），再評估病人這次住院身體機能衰退程度，確認出院後是否能正常在家生活，若病人身體因住院大幅衰退，他們可能會建議病人在住院期間進行復健，或者在住院的醫療問題解決後，出院轉至復健中心（rehabilitation facilities）繼續進行二至六周的全日復健，待身體機能進步至極限以後，再讓病人出院返家。當地病人沒有聘請看護的風氣，病人住院期間通常都是由親朋好友照顧，若沒有親友能夠照顧，則由護理師協助生活起居，以腫瘤科病房為例，病護比約為4-6左右。出院返家後若仍有護理需求，醫院會安排合作的居家護理(home care)公司進行訪視，居家護理師可執行換藥、設定點滴等工作，但居家護理所費不貲，聽住院醫師說，某位病人的居家護理方案就算有保險部分給付，病人自己仍然要負擔每日750美金的費用，無法負擔居家護理的病人通常會留在醫院等到狀況更加穩定再出院，因為住在醫院比起居家護理要付的錢比較少。而社工師的職責則是了解病人家庭、工作、收入等社會經濟背景，若病人有經濟困難或需要使用高價藥物，社工師會介紹一些社福計畫，協助病人申請。

相較於我在台灣的經驗，美國病人對於治療計畫更有主見，他們常常詢問醫療團隊「我現在的計畫是什麼？」、「為什麼我要留在醫院？」，有時甚至會質疑「為什麼我待在這裡好幾天什麼都沒做？」、「你們是不是要放棄我媽媽？」，主治醫師與研究醫師常常要投入許多時間向病人與家屬仔細說明症狀與檢查數據的變化背後的醫學意義、醫療團隊的處置策略和考量等等。針對重大決定或照護方向的改變，更需要舉行家庭會議，找來家屬、不同專科醫師（如安寧療護專科醫師，或病人醫療問題之相關專科）、與病人原先在門診追蹤的腫瘤科醫師(primary oncologist)一同商討未來計畫，這些聯絡的工作都是主責照護者要負責，因此最常在住院醫師或專科護理師電腦看到的畫面其實是院內的通訊聊天系統。



內科住院醫師午間課程，課程除了介紹醫療專業知識，也常常強調了解病人文化、教育背景的重要性

四、 國外實習之生活體驗

用Google搜尋約翰霍普金斯醫院所在城市巴爾的摩(Baltimore)，第一個出現的關鍵字就是「巴爾的摩 治安」，在安排住宿時，我也很焦慮地詢問當地學長姐和朋友哪些社區相對安全、哪些社區需要避開、到醫院有哪些安全的交通工具可供選擇等等。所幸最後有找到適合的安全住宿，住宿地點附近有接駁公車停靠站可以直達醫院，在出國以前，美國的朋友建議我要隨時留意四周提高警覺，不應該像台灣一樣在街上戴著耳機低頭划手機、在大眾交通工具上閉目養神、或者半夜還獨自在街上遊走等等。一個月過去，我很幸運地沒有遇到真正的危險事件，但確實可以感受到當地人生活中常會多一分謹慎，朋友相約出門，各自回家時都會報一聲平安。



穿梭在城市與校區之間的接駁車，停靠在總院區大道上

看到在西岸聖地牙哥(San Diego)實習的同學發布的動態，也可以感受到不同城市、不同醫院的文化差異，西岸同學地實習部門常常會相約在中午或下班後去吃飯、吃冰，周五還會各自帶點食物一起分享。但在我的實習單位，大家通常只專注於工作，沒有這些休閒活動，甚至不太會聊私事。我們可以從城區古典優美的建築中揣摩這座城市輝煌的歷史，但在醫院中見著常民生活的模樣，我漸漸能體會到偉大城市背後的無奈。約翰霍普金斯大學的醫學院與公共衛生學院名滿天下，但他們豐富的經驗很大一部份奠基於這座城市許多複雜的公共衛生問題。市公車頂的廣告敦促我進行免費性病篩檢、地鐵牆上提醒我新冠肺炎是真實存在的疾病、火車站內則宣傳愛滋病暴露前預防性投藥(pre-exposure prophylaxis, PrEP)的重要性、當地醫學院同學向我提到，美國鴉片類止痛藥氾濫的問題已經演變為一條從藥廠至黑市的產業鏈。在醫院亮晃晃的日光燈之外，有許多角落仍因經濟困難、教育不平等、健康資源有限而不見天日。



公車上的性病檢測廣告，反映出當地的公共衛生問題

五、 國外實習之具體效益

1. 精進英文口語能力
2. 培養醫病溝通技巧
3. 認識美國醫療與照護系統運作模式
4. 練習口頭報告病人狀況與處置方向
5. 參與病人照護過程，共同討論照護策略
6. 了解美國醫學生學習模式

六、 感想與建議

美國全面的全人照護奠基於高額的醫療費用，聽到他們的帳單數字，我對台灣的醫護人員益發敬佩，台灣能以不成比例的醫療費用達到接近的照護品質，是建立在無數的犧牲奉獻之上。有一位當地的住院醫師向我抱怨他念醫學院的時候不知道當醫師要處理許多難纏的「人的問題」，不管在美國或台灣，醫療團隊都得花費大量心力處理家屬、安置、社會福利等生理以外的問題，腫瘤科的病人更是常常需要面對困難的重大抉擇。無論未來投身哪個專科，我都得在在提醒自己，醫學不僅僅在於細胞、激素與基因，我們醫治的是人，而不是病。

本次赴外實習能夠順利成行，要感謝太多貴人相助，系上師長助教的聯絡與推薦信、過去赴外學長姊的申請與實習經驗、醫學系與台北榮總實習課程的彈性調整、臨床導師的鼎力協助、當地學長姊的生活資訊與熱情接待，還有獎學金的大力支持，大大減輕了赴外實習的經濟負擔，在醫院內也遇到非常有耐心的各類醫護人員，願意一一回答我各種天馬行空的問題，提供我額外的學習機會，這些來自國內國

外的善意，共同成就了這次美好的學習經驗。



實習最後一日下午，在病房與團隊成員合影留念