

台灣醫學生聯合會臨床見習計畫 中文成果報告書

孔布拉大學附設醫院見習

2013.07



長庚大學醫學系六年級 林庭蔚

B9702035

學生姓名	林庭蔚
學校與系級	長庚大學醫學系五年級
交換日期	2013.07.03-07.31
交換國家	葡萄牙(Portugal)
交換城市	孔布拉(Coimbra)
見習醫院	孔布拉大學附設醫院(Hospital da Universidade de Coimbra)
見習部門	Intensive and Critical Care
住宿狀況	大學宿舍(UC residencia unicersitaria)
膳食狀況	學生食堂 canteen，每日提供一餐
見習狀況	工作時間半日，參與晨會以及血液採樣，醫師工作主要以葡萄牙語溝通，但英語流利
接待人員(人數、態度)	由當地專業交換部門及實驗交換部門負責人，及當地葡萄牙學生，友善熱情且規劃良善。



交換心得與感想

一、 動機

在低年級時，就常常聽學長姐們談論其利用假期的方式，其中有學長談到其在國外生活一個月的故事，非常精彩有趣，仔細打聽一番，原來是利用世界醫學生聯盟每年提供的見實習交換，分成醫院見習交換和實驗室交換部分，因為大一二時已到過大學實驗室，所以選擇醫院見習交換。

在大五見習時，到過兒科的急性重症病房，雖然時間只有短短一周，但在那學到很多，空氣中總是非常緊湊且快速的節奏，醫師們對病人們的處置總是快速且精準，而記得聽某個教授說過現代醫療最重要的存在便是急重症醫療了，從中應可觀摩其他國家如何調度醫療資源跟價值觀。

另一方面，這計畫也提供一個機會可以在國外生活一個月，體會外國大學生的生活，以前都是從電影裡面來想像外國大學生的大學時光，這次藉由交換計畫終於可一嘗宿願，在即將遠離大學生的大五升大六暑假，抓住一點青春的尾巴!畢竟亞洲人跟歐洲人學習風氣和習慣都不同，應可以獲得許多有趣且深入的體會。

二、 準備

在準備申請世界醫學生聯盟提供的交換計劃，最好先看一下每年國事部公布的甄選資訊，甄選的時程大概在大五上學期九月底會釋出消息還有甄選說明會，參加甄選說明會可以了解每年的大致狀況，之後十月初會開始甄選，分為兩階段，第一階段為紙本成績，第二階段為面試成績，紙本資料可以提早準備，因為此時大五已經進入醫院，像是社團證明或是實驗室參與證明都需要回到大學找老師們取得處理，可以提早一個月先準備以免來不及收集，通過第一階段後，第二階段的面試最重要的就是準備中英文的自我介紹。

甄選上名單後，可以先把去年準備個文件的時間表整理出來，到時候做決定的時間才不會太感。

重要的決定主要有國家的 wishlist，可以先去醫學系網站看歷年交換學長姊交換後的心得，另一方面，可以先思考語言的問題，和喜歡哪個國家，除此之外，每個國家提供交換的時間也不同，會影響到交換時會不會有當地學生在(假如在外國人假期時交換，就比較少有當地學生幫

忙)。

最後會甄選上哪個國家，要等國事部們一起開會時才會知道，大約十一月左右，之後，護照最好提早辦好，因為十二月左右要提寫的表單就會需要護照的 ID，除此之外，可以先此國家內有哪些城市醫院可以選，和部門，主要分成內科及外科兩種，外科比較不用擔心語言問題，基本上就看醫師開刀，而內科則要考慮語言問題及此國家城市歷年如何規劃，因為就跟在台灣見習一樣，外國醫師也是邊工作邊接待我們，內科醫師通常都是以其本地語言溝通的，所以要用英文的話，就要看接待的醫師願不願意特別再用英文說明，選完部門的志願序就可以先準備各部門的申請動機函。

最後得知甄選上的國家城市後，大都在四五月時，可以先準備一些基本資料，否則最後事情會擠在一起，要知道每個城市醫院的要求不同，最重要的就是疫苗接種證明，連醫院要求的都不同，所以要特別注意，知道需要那些疫苗的接種證明，可以去找長庚醫院的家醫科張海華，因為張醫師在大學生就參加過交換計畫，所以可以明白需求，但去之前最重要的是自己要清楚需要那些疫苗證明，否則一去只說：『醫師，我要疫苗接種證明』，張醫師也會無所適從，最好拿自己小時候的疫苗接種證明過去。

除了申請相關資料外，訂機票是國家城市知道後最重要的一件事，其會影響到之後國家簽證問題，另外，其中牽涉最多的就是學校補助，我們長庚大學很棒的就是會提供機票補助，但機票補助條例幾乎每年都不太一樣，尤其這一年度發生了重大改變，像是需要先申請校外經費補助，假如申請不到，且需索取被不補助的證明，之後才有資格申請校內機票補助，且每年補助金額都不同，其決定金額的方式主要是購買機票金額的百分比，所以每個人被補助的金額都不同，要很注意補助需要的資料，要是準備不全，最後真的會無法取得校內補助，反而會讓學校的美意扭曲了。

假如申請到的國家是歐洲國家，很幸運的是目前申根免簽，但要注意申根免簽在入境時還是需要一些文件像是英文醫療保險證明在身上比較妥當，像這次到葡萄牙，因為遇到了行李被航空公司遺失的問題，結果入境時錯過了海關，所以要到交換地的出入境處理，結果當地的官員把台灣認知成中國的一部份，而中國人需要簽證才能進到歐盟國家，搞到變成非法移民，官員最後還打電話給當地交換負責人說要我進快出關，到附近的摩洛哥或是辦理相關文件，結果最後拿者歐盟發布的公文(而且要葡萄牙文的，官員看不太懂英文文件)，如此突然驚覺台灣的外交困境。

三、 交換地點簡介

葡萄牙城市孔布拉是葡萄牙第三大城市(Coimbra)，曾經是葡萄牙的首都，是座歷史悠久的城市，整個城市被全葡萄牙最長的 Mondego 河切割成兩個部分，此河流在此遍寬，且流速平緩人們在舊城對面的河邊開闢一小區當作假日休閒去處，一到假日便可見人們把此處當作是海灘般在其上曬太陽，主要城市建立在山丘上，建築物沿者山勢而建，而大學校舍聚集在城市的中心離河頗近，城市的馬路以小石子路砌成，許多古老的建築可以追溯到羅馬時代，此城主要是大學生居住，居民相對於里斯本或是波多單純平靜，物價也便宜親近許多，各地區以步行的方式便可以到達。

交換的醫院是孔不拉附設醫院 Hospital da Universidade de Coimbra，孔不拉大學醫學院歷史悠久從 1290 年就開始，是歐洲最早的醫學院之一，而此醫院創始於 16 世紀，是葡萄牙中部醫學重鎮，病人量十分充沛，為附近醫療院所的後送中心，附有直升機及十幾部救援機具，其醫院的一樓常舉辦展覽，每次以某個部門的演變為主題，這次交換的月份是以婦產科為主題，裏頭就擺設各種古早醫療儀器及醫師們的故事，非常有趣。



四、當地生活

1. 見習部分

本次見習的部門為 Intensive and Critical Care，在見習的第一日由負責接待的人員帶領前往醫院簡介，並且把 Hand book 給負責的醫師簽名，我的 tutor 是 Professor Jorge Pimentel，是整個急重症的主任，管理急診以及成人內科重症加護病房，年紀頗大，且眼睛有些疾病，所以很不幸的在一個月內只看過他一兩次，且最後一次見面醫師家裡出了些事情。

此醫院的加護病房歷史悠久，在病房外的長廊展示有歷年的救護器具，加護病房分成兩區，一區是新設備，一區舊區，病房總數約 24 床，

護士人數一人約照護二至三床，每日早上結束給藥以及基本護理後，護士們就會大掃除，把地消毒一遍，另一方面，其加護病房的日照設計充足，每日早晨會將窗簾打開，使病人有日照，除了護理師的配置也有呼吸治療師以及其他醫療人員，住院醫師每區約三至五名，是當天輪班人員而定，也會有固定外訓人員這此。

大學部的學生約在七月初放假，所以第一周見習跟他們六年級學生一起學習，在葡萄牙醫療六年制體系，醫學生無法作太多醫療決策，唯有在畢業後取得執照才得以實行醫療行為，所以見習的時間幾乎都不長，在這部門見習的主要作息內容是早上八點半參與晨會討論，主治醫師們以葡萄牙語討論病人並交接，在這邊每天都有主治醫師值班，連我 **Tutor Professor Jorge Pimentel** 也需要，主持會議的也都是主治醫師，住院醫師坐在討論桌外圍，晨會結束後，醫師們會先去醫院地下室的食堂喝杯咖啡吃早點之後，再回到加護病房，開始一天的工作，住院醫師主要工作是操寫病人前一天的 **Vital sign** 變化、呼吸器數值、排出攝入量、藥物、身體檢查資料，並且抽取病人血液樣本作化學分析，加護病房內有一台機器所以抽完血馬上就可以知道結果，之後，在電腦閱讀病人的各式檢查影像資料，最後再跟主治醫師一起查房，因為七月份大學部學生放假，所以沒有例行的一些教學活動。



此部門的住院醫師人都很親切，只要有問題詢問都會熱心地回答，而主治醫師主要會在查房時出現，和住院醫師一起討論病例問題，且每日都不同，不像台灣的醫師都會有專責負責哪幾位病人，見習期間，會參與採集病人血液樣本做血氧分析的工作，大部分的病人都有裝人工血管線路，不用直接打針，少部分病人需要直接抽取饒動脈，剛開始很害怕，在住院醫師熱情指導下逐漸對過程熟捻，但可能回台灣還是需要再加練習才有辦法純熟抽血這項基本技巧。



2. 食宿行部分

葡萄牙孔布拉 **Coimbra** 是作小而美的城市，四處連接都可以用雙腿來達成，學生宿舍距離見習的附設醫院只有約十分鐘的腳程，而中午的飲食餐廳也在醫院旁的校區，此次交換其醫院提供三十天的餐券，面額值 2.4 歐，大學城內有許多家不同的學生食堂，每個食堂販賣的食物也不同，有的專門賣炸薯條漢堡，有的是披薩和義大利麵，而醫院旁邊的那家學生食堂則像是自助餐，每日都不同，算是所有食堂中最美味健康的，價錢也便宜，除了一餐是免費提供外，在宿舍裡也有個設備充足的廚房，距離宿舍兩個街區有一家附近最大的超市 **Pingo doce**，所以晚餐可以優閒地走到超市，提者新鮮的食材製作料理，想運動的話，醫院旁有一間附屬的運動中心，除了星期日外都有開放，每天有各式運動課程可以參加，像是有氧、拳擊、瑜珈等等，是見習完調劑身心的好去處。

孔布拉的主要城區是依延者山勢而建，從住宿點往河岸方向走去，會經過一區酒吧區，是屬於比較時髦的舞廳或是在早上也提供餐點，另一區在舊大學附近的酒吧則是屬於舊區酒吧，價錢便宜但空間狹小，是當地學生很喜愛聚集的地點，整個孔布拉校區在夜晚時便成為學生們小酌散步聊天的樂園，因為城市住民單純以學生為主，所以顯得特別的清幽與靜爽，往往在交換學生們會在晚上約一起漫步去小酌兩三杯，有時興起則續攤在 DISCO 酒吧。

孔布拉大學的舊圖書館是整個大學裡最舊的建築，再來依序是法律學院等等環繞成一小校區，也是觀光客最主要來參觀的地點，在舊大學院區旁有一教堂，每年 Fado 都會在其大門口演奏，而斜坡廣場會擠滿黑壓壓穿著學士服的大學生，Fado 是此處特有的音樂演奏，傳統上由男生表演，相傳是因為以前大學生在追女生時會在其窗台下演唱，通常演奏成員有一古典吉他、葡萄牙吉他(十二弦)、演唱者，其大多歌曲風格悲傷，而在演奏曲目跟曲目間不拍手，反而是以清喉嚨表示精彩，因為這傳統已有幾百年，所以表演者們有的白髮，有的年輕力壯，但都是從這所學校畢業的學生，音樂之外，大眾的休閒很喜愛到 Mondego 河岸的沙灘曬太陽，其水深約只達臀部或是膝部，所以連小孩都能很自在地玩耍，因為水面很平靜，適合划獨木舟，有時可以見到成群亮色的獨木舟在水面上移動。



3. Social Program

這次七月份的 social program 在還未抵達時就用問卷的方式調查，分為兩個部分，一個部分是全國性的 social program 在里斯本 Lisbon 及波多 Porto，和本地的 Local Social Program，全國性的 Social Program 在開

始及最後的周末舉行，於各地進行交換的醫學生們利用租賃的巴士延者交換的城市一路向南開或向北最後到達目的城市，全國性的 **Social Program** 皆兩天一夜，禮拜五的晚餐揭開活動的序幕，來自各地的交換學生在晚會中認識彼此，之後禮拜六會安排步行城市，在波多特別的行程是乘渡船逛橋以及酒窖品酒，而里斯本則是安排到附近的小城市旅行，逛一個帶有伊斯蘭風格之城堡和去全葡萄牙最美味的蛋塔 **Pasta de Belem**，有百年歷史，其蛋塔都有了自己的名字以區分一般的蛋塔，剛出爐的蛋塔皮酥脆，撒上肉桂粉後咬下，裏頭蛋黃餡醇濃不膩，真的令人回味再三，而波多的品酒之旅也很棒，在古風的酒窖裡跟隨者導覽者聽其解說波多酒的歷史，波多酒因為其提早停止發酵步驟，所以糖分保留很高，喝起來給人甜滋味。

在 **Coimbra** 的 **Local social program** 相對於 **National social program** 更顯得舒適且自在，因為不用等待大批人集合的時間，再加上 **Coimbra** 交換生們人數少感情融洽，玩起來很盡興，其中有當地大學導覽、烤肉、**International Party**、**welcome party**、**goodbye party**、泛舟、拍照大地遊戲，相當豐富精彩，也很感謝當地葡萄牙朋友精心規劃的活動!!

五、 總結

這次交換計畫在葡萄牙很幸運地選到 **Coimbra** 城市作為交換地點，此處所有重要景點地方都可以藉由雙腳走到，城市溫暖平靜，而此月來交換的學生人數約 11 人，人數不多，每個人的感情都很好，也都很關心彼此，幾乎像是一起生活的家人，一起煮飯一起分享，且所住宿舍的葡萄牙室友非常熱情且時常邀請參加他們的聚會，一起喝酒聊天這感覺很溫馨，可以體驗到當地大學生的社交生活，除此外，護照出現問題時，朋友熱心地出面開車幫忙讓人感動不已，雖然醫院方面學習到的沒有預期的多，但在醫院外的生活卻十分多采多姿，果然是有得必有失啊!

