

# 台灣醫學生聯合會

## 臨床見習計畫 成果報告書

芬蘭奧盧大學醫院



長庚大學醫學五何長軒

### 交換基本資訊

|      |                                                                                                                                |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 學生姓名 | 何長軒                                                                                                                            |
| 學校系級 | 長庚大學醫學五                                                                                                                        |
| 交換日期 | 2013/07/01-07/26                                                                                                               |
| 交換國家 | 芬蘭                                                                                                                             |
| 交換城市 | 奧盧(Oulu)                                                                                                                       |
| 見習醫院 | 奧盧大學醫院(Oulun yliopistollisen sairaalan)                                                                                        |
| 見習部門 | 心臟胸腔外科                                                                                                                         |
| 住宿狀況 | 醫院向當地放假學生租借其公寓再轉租給我們，有當地人室友，家具完備、無線網路很快，但各國交換學生住宿狀況不一，視不同公寓而定。                                                                 |
| 食膳狀況 | 醫院提供二十張交換學生專用餐券                                                                                                                |
| 見習狀況 | 芬蘭人普遍英文很好，但醫生並不全部非常主動用英文講解，查房全芬蘭文交談，且病歷系統、實驗診斷數據也全部使用芬蘭文且非 SI 單位，常常不知所云。須主動提問，並且和當地同部門的見習學生交流，可以獲得更多協助。                        |
| 接待人員 | Contact person 親自接送機，一個星期約與 CP 見面兩次不等，有一個周末與其出遊露營。其他交換學生的 CP 也很熱情，但大部分是我主動約活動，通常都有當地學生願意赴約。基本上不喜歡社交的人也可以過得很獨立，並不會有太多的社交活動必須參與。 |

## 交換動機

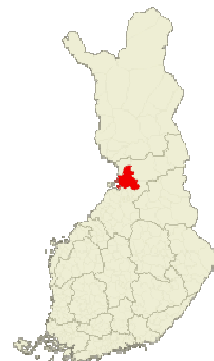
本次參加 SCOPE 見習交換，主要是希望能在大七實習之前把握最後一個長假出國見識。選科動機以外科系為主，畢竟語言是一大問題。外科系相對來講，語言造成的影響是較小的，至少在手術過程能以英文跟醫師交談問問題。選擇心臟胸腔外科是因為大五見習時對於心臟血管內科較有興趣，因此外科部分同樣選擇以心臟血管外科為主的心臟胸腔外科及血管外科。坦白講醫學學習雖然重要，但是文化交流是我較為期待的部分。畢竟地處東亞的我們並不是有很多機會可以去北歐國家久住，因此北歐三國芬蘭、丹麥、瑞典是我這次交換的頭三志願，也很幸運得到芬蘭的合約。

## 事前準備

本校甄試方式為書面資料投遞，接著進行中、英文各一關面試。書面資料以過去學業成績及活動社團幹部等經歷依比例計分，再加以面試成績排定爭取合約之優先順序，約於十一月可確定交換國家。得知交換國家以後即是動機信等 Application Form 要求之文件寫作，並且於指定時間內上傳完畢。隔年可得到 Card of Acceptance，進而完成 Card of Confirmation。確切連絡上當地學生時間約為見習前兩個月，此後關於當地的天氣、物價、住宿狀況、醫院規定和其他生活須知即可以電子郵件和 CP 詢問。其他準備有役男出境申請（可網路作業）、醫療及意外保險、鼻樣本 MRSA negative 證明、訂機票（本校由企業出入境室代訂）等，此外最重要的事前準備為規畫各周末的行程，進而事先購買歐洲鐵路通行證。因芬蘭火車票十分昂貴，因此若確定要搭長途火車，可先於台灣訂購火車通行證（例如五日通行證），可選定一個月內不必連續之數天任意搭乘火車。若無法先行規畫，也可以準備證件照片再到當地請醫院核發交換學生證明，至芬蘭國家鐵路 VR 公司申請學生卡，可享火車及 VR 公車半價優待。另外可申請國際學生證，在許多博物館或其他機構可能享有學生票優待。而台灣目前申根簽證免簽，因此要去歐盟國家甚為方便。但免簽不代表可輕易入境，建議隨身備妥 FiMSIC（芬蘭醫學生聯會）的邀請信、保險證明、在學證明、旅遊計畫、電子機票等（並非全部檢查），海關人員可能會詢問入境的目的、出境時間、住宿規畫等等，簡單地說要能證明你的來意正當且有能力在當地生存。

### 交換地點介紹

奧盧（Oulu）是芬蘭人口數量第五大城市，雖說是第五大城，截至 2013 二月人口統計也只有 19 萬人，大約是台東縣、或者是台北市萬華區的人口。雖然行政區劃分為一整個 Oulu 市，但是其實只有海岸邊的 Center 附近是最發達熱鬧





的地區。Oulu 於 1605 年由瑞典國王設立，並於 1776 開始成為 Oulu 省的首都直至 2009。Oulu 是以橫互市中心的 Oulujoki (Oulu river) 為名，Oulu 在閃米語 (Sami, 北歐 Lapland 地區的原始語言) 中代表的是“洪水之水”。Oulu 距離芬蘭其他大城市皆有火車直達，南往 Helsinki 約 7 小時、Tampere 約 5 小時、Turku 約 7 小時。北往聖誕老人村 Rovaniemi 約 2 小時。

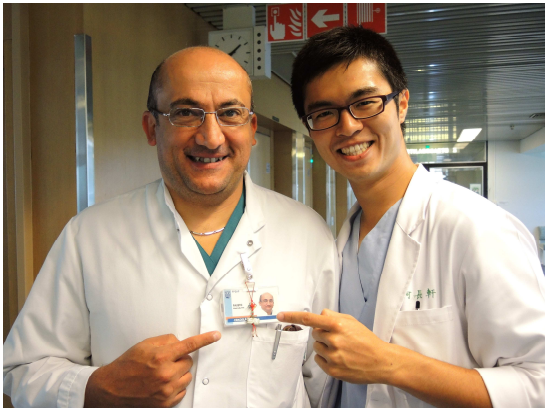


Oulu University Hospital (Oulun yliopistollisen sairaalan) 是芬蘭最北的大學醫院，屬於 University of Oulu 的教學醫院，於 1973 年成立。為北芬蘭的醫學重鎮，故有兩個地區醫院歸 OYS 管轄。

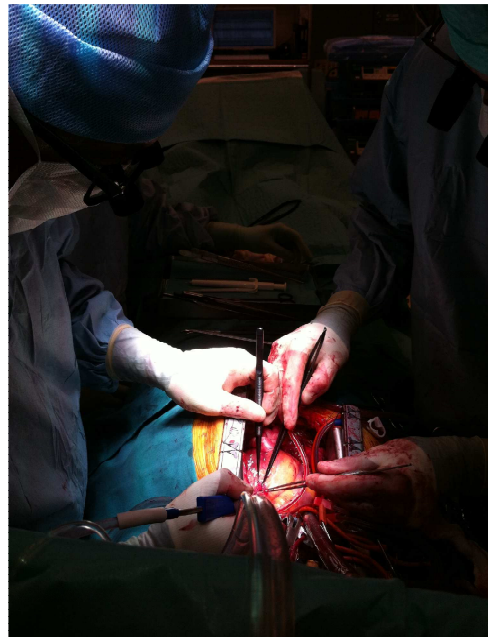
## 當地生活

### 1. 醫院見習

我這一個月在醫院都待在同一個部門，每天的行程都差不多。早上八點到病房跟主治查房。在這裡每天有一個主治負責查所有病人，因為暑假屬於淡季，因此每天查房一個小時左右就可以結束。查房時間固定，同時會有血管科主治查房。原則上兩邊都可以跟，建議可以跟當地在見習的學生多交流，可以請他們幫忙翻譯，並且要主動問問題，不然醫生跟病人以芬蘭語交談，查房會完全不知所云。



查房結束後便自行去手術室看手術，我的原則是只要我的指導老師有手術，我就觀摩他的手術，若無則看同科其他醫師之手術。但若一直看一樣的手術，我會自己去其他手術室詢問是否能觀摩。我在這一個月並沒有刷手上刀，因為心臟手術比較沒有我可以協助的部分。每天看完一至兩個早上手術，大約 12 點左右去餐廳吃中飯，吃完中餐我就離開醫院。這一個月看最多的是 CABG 和主動脈瓣置換。原則上這邊學生見習以自主學習為主，不像我們在自己醫院主治會花較多時間教學迴診跟查房，因此時間安排是很彈性的，我在最後一周向指導老師請假兩天去別的城市觀光他也是十分贊成。但是重要的是要遵守出席時數限制以免拿不到證書，還有要完成學習護照並給指導醫師批閱。



## 2. 休閒活動

在這裡暑假期間因各公司行號皆為假期時段，因此城市內並沒有很多人，大部份的居民會開車去他們的度假小屋，因此整個生活步調是較為輕鬆緩慢的。又因我的接待學生也在醫院暑期見習，因此並不會每天密切聯絡和出去玩，反倒是其他低年級 CP 比較有時間跟我出去，但不論是喝咖啡、上酒吧或者騎腳踏車逛市區，都以我自己邀約為主，因為我們是用 facebook 社團聯絡所有事情，因此我強烈建議到當地要有當地的手機號碼甚至行動網路，而一周會有約一次的小聚會，可能在河邊野餐，也可能是去當地學生家裡煮飯等等，若不是十分主動找事情做的話可能會覺得當地學生不夠熱情，但是往往我們提出邀約他們都是很樂意赴約的，因此可以主動連絡其他交換學生以及芬蘭學生看看有沒有什麼計畫。

這邊行動以騎腳踏車為主，因此強烈建議一定要弄到腳踏車，就算買二手的花點錢也沒關係，因為沒有腳踏車實在很不方便。而當地最受歡迎的活動就是上酒吧，酒吧對他們來說就是社交的地方，想聊天就進去點杯啤酒坐下來。桑拿（Sauna）是芬蘭人最喜歡的舒壓方式，若有當地朋友邀約一起 sauna 我



幾乎都會去。Sauna 就是我們台灣說的三溫暖烤箱，而 sauna 對芬蘭人來說是很神聖的。古時候芬蘭人在 sauna 裡面接生孩子、替病人治病甚至清洗死者，而現在演進為放鬆心情還有冬天取暖，夏天游泳前暖身體的方法。Oulu 市中心有一些逛街的地點，但是一兩個晚上就可以全部逛完，因此後幾個星期我們都以河邊野餐為主要的聚會主題。

Social program 為造訪東芬蘭的小鎮 Lieksa 三天兩夜小木屋之旅，期間我們去了芬蘭最大的 Koli 國家公園。在這邊我認識了幾乎所有七月在芬蘭的各國交換學生，與他們兩天 party 狂歡，進而在最後一個星期去其中一個成是找他們觀光兩天。我建議如果經濟及行程安排許可，儘量去參加 social program，我認為這是整個月的最大亮點。





## 總結

芬蘭奧盧是一個很平靜閒適的城市，見習是自主沒有壓力的，對於醫院見習的投入端看每個人的時間分配。在這裡每天沒有太多的活動與計畫，因此適合想過優閒生活的同學來這邊放鬆心情，如果你期待歐洲國家 party every night 的課後生活，那麼 Oulu 可能不適合你。我認為，出來交換不管你的目的地是哪個國家城市，最重要的是保持開放的心，並且樂於嘗試和接觸陌生的人事物，不要拘謹，因為一生可能就這麼一次機會，所以一定要好好利用在這邊的每分每秒，多看多想，才能發揮交換的最大意義。