

# 108 學年度新南向學海築夢 學生出國實習心得報告

高雄醫學大學呼吸治療系四年級學生 林思璇

實習國家：新加坡

國外實習機構：新加坡中央醫院、竹腳婦幼醫院

## 一、緣起

選擇去新加坡實習是我從大一就有的想法，從聽完系上學長姐的分享會後，了解新加坡是亞洲的文化大熔爐，融合各種不同的種族文化，而且新加坡之醫療制度是亞洲知名的，如果能到新加坡見習，一定會有所收穫並且獲得寶貴的經驗。

之後，系上透過面試和外語老師教學上課，我通過了面試並獲得去新加坡長期實習，因為這個難能可貴的機會，所以我鼓起勇氣前往一個充滿未知數的實習旅程。

## 二、國外實習機構簡介

1. 新加坡中央醫院，英文全名為 Singapore General Hospital，簡稱為 SGH，是新加坡最大的教學醫院，也是醫療資源最豐富的醫院。我們在呼吸治療師(RT)部門實習，位於新加坡中央醫院的 Block 4，目前新加坡中央醫院內只有 11 位呼吸治療師，新加坡中央醫院之呼吸治療師分成 2 班制：白班、晚班。白班從早上 7 點開始到晚上 7 點，晚班從晚上 7 點開始到白天 7 點。

2. 竹腳婦幼醫院，專責婦科、產科、兒科及新生兒科，是目前新加坡最具領導地位的專門醫院。竹腳婦幼醫院擁有當地最具規模的兒科加護病房，負責接收各地轉介的兒科及新生兒科病人，擁有亞太

地區最具規模的新生兒及兒科加護病房，被譽為東南亞最專業的兒科。

### 三、 國外實習企業或機構之學習心得

在新加坡實習期間，我們跟隨新加坡中央醫院和竹腳婦幼醫院裡的呼吸治療師們，新加坡的呼吸治療師除了對於自己的專業要求高，且以病人舒適感和安全為第一優先，會先到病床旁做身體評估、確認病人使用呼吸器的情況如何，再仔細瀏覽病人的病歷、影像及醫生的診斷報告，並在查房時和團隊溝通討論，為了讓病人有更好的照顧。

相較於我在台灣實習時，有幾處不同的地方：1. 在新加坡的醫院呼吸治療師們需要協助醫師做支氣管鏡檢查，因為在那裏實習的關係，我學會了許多在做支氣管鏡時我們需要協助、備物、送檢的方式，學長姐們將全套方法教給我們也願意放手讓我們操作，我覺得動手操作相對於一旁觀察來說更容易理解並發現自己的不足。2. 在新坡醫院裡，呼吸治療師是 Code Blue 團隊的一員，除了要照顧加護病房裡的病人以外，當 Code Blue 發生時，呼吸治療師需要揹著急救包前往，在那裏我們的角色是協助醫生插管並壓 Ambu 持續通氣給病人。第一次和學姐跑 Code Blue 時，在一旁看得很專注，因為這是在台灣實習時完全沒碰過的工作。之後，除了上述協助的工作以外，若缺人手替換 CPR 壓胸的話，我們是可以去幫忙 CPR，因為呼吸治療師是有證照。其中有一次 Code Blue，學姐問我們要不要去幫忙替換 CPR 壓胸，而我們也在學姐的指導和教學下第一次幫病人 CPR，是很寶貴的經驗。

#### 四、 國外實習之生活體驗

在新加坡實習的兩個月，我們很幸運能度過聖誕節和元旦，聖誕節前兩周就已經能在各大景點、大街小巷看到聖誕節的裝飾，聖誕夜那天晚上在烏節路還有派對參加；2019 的最後一天晚上，我們為了能看到跨年煙火，提早 3 個小時到克拉碼頭，雖然很早到而且沒位子可以坐著欣賞，但是我們卻意外發現新加坡的跨年煙火是從 10 點多一路放到 1 月 1 日，中間大大小小間段得放煙火，每次的煙火都能讓我有不同感受和驚喜，尤其是倒數的方式，新加坡不像台灣有 101 的螢幕，新加坡的倒數是用無人機表演，排列成一個時鐘倒數，真的很特別，跨年煙火更是浮誇，真的將天空變得像白天一樣亮，煙火放得令人目不轉睛，是一個令我永生難忘的跨年。

新加坡有名的魚尾獅其中一個位在克拉碼頭，在那裏有一個金沙酒店的水舞秀表演，這個表演我在第一次觀賞的時候，除了動人的音樂以外，美麗又有意境的投影畫面，相互配合下令我震驚又感嘆，水舞秀表演令我一看再看，我總共看了好幾次，每次都很令我感動。

#### 五、 國外實習之具體效益

1. 學習不同醫療機構間的文化
2. 體驗學習不同國家的工作方式
3. 拓展視野
4. 增加競爭力
5. 語言學習

6. 增強與人溝通的技巧
7. 學習在國外獨立生活
8. 學習解決問題及應變能力
9. 深入體驗當地文化

## 六、感想與建議

在新加坡見習，我看到醫院裡的大家不分種族，不分宗教，不分政治立場，大家一起為病人努力，一起為醫療盡一份心力。「讀萬卷書，不如行萬里路。」這句話，在這次去了新加坡才體會到它的意義，如果以後還有機會到了其他的國家，體會其他人的生活方式，了解他們的價值觀，期許自己能透過這些機會學習充實自己的實力和內涵，學習與世界接軌。