

高雄醫學大學呼吸治療學系

海外實習成果報告

獲補助年度：113

薦送同學年級：四年級

薦送同學姓名：闕李麟

薦送同學學號：109026037

實習國家：美國

實習機構：約翰霍普金斯醫院 The Johns Hopkins Hospital

1、緣起

變形金剛、鋼鐵人是我兒時對美國的第一印象；然而，它從小到大在我心中卻是遙遠的，直到看到系上學長姐分享的那一刻，不再夢幻。抱著興奮的心，想像著還沒發生的一切，心底卻知道這一路會很刺激、豐滿、和不平凡。想著，能藉著這般難得機會和資源體驗世界另一頭的種種，儘管要克服重重難關和文化舒適圈，何不讓自己做一次美國夢？

2、國外實習機構簡介

約翰霍普金斯醫院(The Johns Hopkins Hospital, JHH)位於美國的馬里蘭州巴爾的摩市，是全美赫赫有名的醫學中心。不但擁有豐富的醫學貢獻與125年歷史加持，它現在仍是世界首屈一指的重症醫學指標。。這次實習以待在加護病房實習為主，而成人加護病房又分為:1)CVSICU 心臟外科加護病房 2)CCU 心臟加護病房 3)Neuro ICU 神經加護病房 4)MICU 內科加護病房 5)SICU 外科加護病房 6)WICU 腫瘤、刀後照護加護病房，而此次我們實習的單位有 CVSICU、NeuroICU、MICU、WICU、SICU、Ped/NeoICU。

3、國外實習企業或機構之學習心得

美國 RT 的工作內容在管轄範圍上就相差甚遠，專注在呼吸問題與處置上；很佩服台灣學長姊能了解病人各器官狀況與治療目標，而且照護床數還多上不少。但我認為各有優勢，美國的方法讓我更有時間和病人溝通、衛教、和注意呼吸器變化，而台灣讓我掌握全面資訊，較快能知道病人目前卡在哪一關不能脫離呼吸器等等。12小時上班制也讓步調不緊湊，有了更多時間轉送病人、整備機器、甚至出入開刀房。當然，也有不少空閒時間放鬆、聊天、與整理資訊。我最喜歡的是作業系統裡有群組對話功能，可以用來確認醫囑、跟上病人最新資訊。相對台灣醫療團隊很缺乏這種大量溝通的機會，頂多是查房說上幾句，但我相信醫療是需要大量溝通的，應善用這類硬體需求不高的功能才對。

而在日常照護中，那邊多了血液檢驗、完整吸藥作業、有時身兼 ECMO 專員、負責拔管、與更換內管固定帶等等。舉例來說，有一天我們和語言治療師合作，在床邊讓病人安全地使用氣切發聲。我們必須安撫、告知病人要做甚麼、並在合適時間關閉呼吸器的 PEEP 讓語治師訓練病人發音和口部復健。這需

要不斷的溝通和確認三方配合度，甚至願意為工作夥伴安排治療時間，而我認為在台灣很缺乏此類的合作熱度，這對病人和醫療品質來說很有幫助。也覺得工作上因為文化關係整個氣氛差很多，從打招呼到閒話家常就可以讓緊繃氣氛放鬆不少，更喜歡他們的加護病房休息室文化(有甜食、大冰箱、時常有慶祝活動)。

最後，我最印象深刻的是一床 NCCU 的氧療病人，一早就因為急性休克而施行心臟復甦共近一個半小時，甚至打光所有病房急救車上的藥物為了爭取家人到場的時間。我和 Helen 學姊協力壓甦醒球與連接呼吸器數次，實際感受病人呼吸速律與血氧變化進而調整。雖病人血壓一度回穩，但脈搏極度微弱，一共做了 3 次復甦循環。經過那次經驗，我學到何時應從甦醒球銜接呼吸器與體會到長時擠壓甦醒球的疲憊感。這些都是我在國外學到的實際操作和嶄新體驗。

4、 國外實習之生活經驗

相對臨床，我相信日常生活打理是差異最大且需要適應的。從入境美國後的時差問題，我出現嗜睡與因搭機的長期坐姿導致閃到腰影響行程；與接下來幾周的午晚備餐、採購，起初對份量、口味、和煮飯時間很難拿捏，很常下班吃完飯就深夜，這些挑戰到後 3 周才勉強克服。我很開心我能在幾周內和夥伴們做出合胃口的食物。相比上述兩點，其他如出遊我倒抱持平常心，隨著夥伴的安排與當天的狀況調整、發現、甚至放棄，因為我相信這些都是獨特的回憶，就算有不少遺憾或錯過，也會當成下次再去體驗的機會。這種心態幫助我減少很多焦慮，讓我能放開心感受一切，慢下來，例如甚麼也不做就走在街頭上也是體驗當地生活的一部分。

然而，在交通上就必須做好功課，很多地區不像台灣如此便利的網絡，提早和夥伴們確認今日各景點停留時間和集合是很重要的，因為日落後路上的人身安全及交通工具運輸時段會影響返家時間和行程順暢度。另外，我發現在短促的數日城市探索裡，重要的時間而非省下多少交通費，盡量安排相近景點在一日才能讓體驗最佳化與降低疲勞感。我也建議在假日多品嚐當地小吃，這是最容易了解當地的方法之一。

5、 國外實習之具體效益

一)開口勇氣與放鬆心態

其實美國的打招呼與閒聊文化重點不是要我們多會社交和健談，而是多了很多表達自己的機會且不用在乎太多，更是一種讓對方感到重視的方法。我很喜歡在那種環境工作、吃飯、甚至單純聊天與聆聽，總讓我放鬆與感到新奇，很多故事和對話人記憶猶新。

二)克服日常生活挑戰的耐受性

光是從大量行前準備和打理自己食衣住行樂等就會打破自己長年的舒適，加上每日講非母語的腦力耗費，這些刺激雖很常讓我感到疲憊卻仍願意增進自己的適應能力，這是待在台灣很難體驗到的。

三)了解國際差異並反思

初步了解美國醫療照護環境後，我認為台灣和自己都有不少可學習的，我希望透過這趟旅程在未來能給自己臨床上如增加溝通、參考美國思考病人目前問題的方法。還有我最愛的群組對話系統，未來能普遍加入台灣醫療系統是我樂見的。

6、 感想與建議

最大的想法是感激，有了同行夥伴、高醫師長、Lilian 學姊、家人們的支持，我才能體驗到這一切。當然也要感謝自己願意嘗試，達成從前覺得遙遠的目標感受真的很棒，它一定是日後提醒自己有多勇敢和青春的回憶，也會是以後說給孫子的故事。我也鼓勵學弟妹盡量爭取這類出國機會，它是實際地結合國內所學並切磋國際文化最後擦出屬於自己的想法火花。

7、實習照片



圖一：NCCU 備機與管路
安裝



圖二：與
Shantelle
學姊下班合
影



圖三:NCCU 輸入病人資料與評估



圖四:參加第七屆 Luminis
Health 春季呼吸治療研討會
用餐剪影



圖五:參加第七屆
Luminis Health
春季呼吸治療研討會
主辦人

Nyangwara Lenny

(左一)

學姊 Kim(左四)

學姊 Carolyn(右三)