

2015 夏, 我在美國休士頓。

組員：劉懷筑、蔡依珊、邱琳璇、
蘇惟甄、黃彥潔、高子晴、
陳好婕、陳好謙、陳寶如、
鄭品欣、許安妮、梁潯元。

指導老師：林佳儒 老師

報告日期：2015 / 12 / 03

生活小達人

> 通訊

① (事先準備)購買美國SIM CARD，我們是挑T-MOBILE \$80 USD方案，持卡人無線上網不降速，另可分享7GB給其他裝置使用，預先一組一張，兩組在不同的時間內開卡，這樣在美國就隨時有電話可以連絡。(CT國際電話站 [HTTPS://NEW.CALLINGTAIWAN.COM.TW/](https://new.callingtaiwan.com.tw/))

② 連接美國學校、旅館的WIFI。

> 交通

① 旅館接駁車(SHUTTLE BUS)，可載2英里(先用GOOGLE MAP計算目的地的距離)。

② METRO公車、輕軌(第一天申辦學生卡METRO CARD)

③ UBER TAXI(使用APP信用卡及手機申請，每人首搭可獲25 USD折扣券，這樣搭計程車就不用錢囉!)

報告大綱

- ① 申請方式、準備事項
- ② 生活小達人(含通訊、交通、飲食、購物)
- ③ 參訪醫院與機構介紹
- ④ SIMULATION LABS
- ⑤ 實習單位
- ⑥ 休閒、玩樂



申請方式、準備事項

> 申請

- ① 依各屆負責老師公布篩選方式及資格，並向老師報名及繳交文件。第一資格篩選後，有團體面試。
- ② 團體面試內容：與同學們一起利用英文訪問外國人。

> 通過篩選後

- ① 填寫實習機構申請表(英文FORM)及施打疫苗(傳家家醫診所 總價格約1800)。
- ② 辦理護照。
- ③ 各家機票查詢(長榮-休士頓直飛：46000元)。
- ④ 保險辦理。
- ⑤ 分配小組(正、副組長、課程組、生活組、活動組、總務組)。
- ⑥ 事前利用網站查詢資料，了解會參加的機構、醫院、學校等。

生活小達人(續)

> 飲食、購物

- ① 做什麼事前都要先找COUPON!!!!!!(有找有機會)
- ② 宿舍旁有KROGER超市+藥局。
- ③ 宿舍禮拜一~三有免費HAPPY HOUR免費晚餐。



生活小達人(續)

➢ 宿舍注意事項

- ① RESSIDENT INN(煮飯洗碗一定要加洗衣粉、洗衣:1USD/櫃台可換錢)
- ② 房卡可到櫃台設定，房間清潔要記得放上小費。



參訪醫院與機構介紹-MEMORIAL HERMANN HOSPITAL 直升機空中救援(LIFE FLIGHT)

- 為全美第二成立的直升機救援的醫院，總共有6台執勤直升機，每日出勤約6-7次，範圍為150哩，大部份救援在七分內抵達，需要救援的狀況為酒駕、氣喘、創傷、溺水...等，救援團隊包含一位飛行員、一位護理師、一位急救員；機上設備齊全，備有基礎設備如氧氣、抽痰裝置、血液製品等等，而在機上的任何狀況都能即時連線至醫院中央系統和醫師的電子設備，能夠隨時給予病人最適切的醫療處置。



參訪醫院與機構介紹-MEMORIAL HERMANN HOSPITAL

- 建築設計和台灣的醫院大不相同，有別於傳統的消毒水味，一進大廳就聞到淡淡的葡萄糖漿味，而且採光良好，感覺非常放鬆、舒服。



- 此次參訪特別幸運，湊巧碰上了直升機出任務，第一次親眼見證直升機起飛的過程，是一個非常棒的經驗！



參訪醫院與機構介紹-MEMORIAL HERMANN HOSPITAL 兒童照護(CHILDREN'S HEALTH)

- 我們分別參觀了急診、病房、青少年病房以及新生兒加護病房(NICU)，處處充滿了童趣有不同的主題及顏色，如：蝴蝶、車子，檢查器具如：長頸鹿檢查儀、海洋世界檢查室，可使兒童面對檢查時不會有所恐懼...等等，就連護理站也將之改裝為熱狗攤的活潑外型。有別於一般病房嚴肅、冷冰冰的氣氛！



參訪醫院與機構介紹-MD ANDERSON CANCER CENTER(安德森癌症中心)

- 世界級的癌症中心，為全美夢想工作排行第五名，甚至超越GOOGLE及FACEBOOK，且為前五名中唯一以學術著稱的企業。
- 建於西元1941年，最初由棉花商捐贈成立基金會，並由地方政府資助。隨著規模擴大，相關分院多達30多棟，大廳旁的圖書館藏書資源豐富，提供各種癌症新知，並滿足各國病人及家屬的需求，如：專員翻譯、查找資訊.....等。



- 病房皆為單人房，一晚2500美元(人事費、醫藥費另計)，另外，院內也在每周安排各種不同的治療，如：寵物及音樂治療...等等，也特地為兒童安排了藝術及文化課程協助痊癒後能夠銜接學校課程進度。



- CHAPEL(祈禱室)，在這邊提供各種不同信仰的人有心靈的寄託，院內有聘請牧師，如有需要可向之預約做心理諮商。



參訪醫院與機構介紹- HOUSTON HOSPICE

- 為一**非營利性組織**，以**家庭為中心**提供病人在生命盡頭有兼顧身、心、靈上的照護，他們認為沒有一個人應該生活在痛苦或恐懼中，即使生命有限，仍應保有尊嚴及生活品質的生活，以單人房為主，強調所有的家庭成員能夠在任何時間，無論是新生兒亦或是寵物皆可以陪伴病患走完生命的最後一程。



參訪醫院與機構介紹-TEXAS CHILDREN HOSPITAL

- 為我們介紹的是DIANE，她是**CHILD LIFE SPECIALIST**，工作內容主要是**協助病童接受治療**，進行醫療處置前，以示教的方式讓病童實際演練治療過程，降低對治療未知的恐懼，此外，也會教導病童適當應對，安撫其情緒、關心病程發展，術後也會再次評估病童的身心狀態，視情況給予協助，對於兒童接受手術治療的過程及預後有很大的幫助；相較於台灣，這個工作項目通常是由臨床護理師來執行，若工作量大時就容易忽略這一部分，無法完善顧及病童的情緒或心理壓力。



- 來這裡的病患平均在一週內結束生命，因此提供**喪親支持(BEREAVEMENT)**，在過程中他們發現，病人停止呼吸的瞬間是讓人感覺最難受的時刻，在病人過世後的十三個月內，透過電訪、家訪給予家屬支持並代替病患陪伴正在適應悲傷的他們度過所有重要的節日，包括忌日、生日及感恩節等等。

- VIRGINIA HARRIS COCKRELL CHAPEL沒有特別宗教信仰的教堂，可以提供任何需要宗教支持。



SIMULATION LABS-臨床實境演練

- 內容包含給予**情境**讓學生處理護理過程中可能發生的狀況、**獨立批判性思考、PBL、技術完成後的討論**、以及老師給予的**回饋**。當天考試的個案分別有氣喘跟頭部外傷的情況，在有時間限制的情況下，必須判斷何種護理處置最為妥當，情境式的教學讓學生培養臨場應變能力。



- 其中很特的還有一間紫色錄音室，為德州兒童醫院獨特的計畫，名為「**PURPLE SONGS CAN FLY**」，讓病童可以在這裡錄製屬於自己的音樂，並燒錄成CD，使他們的故事、創意、夢想得以散播到世界各角落。



實習- METHODIST HOSPITAL

- 單位1 OUTPATIENT CENTER
- 單位2 ONCOLOGY CANCER CENTER
- 單位3 JONES11
- 單位4 MICU
- 單位5 MAIN3



- 馬戲團：除大象、獅子、老虎等的表演之外，還有許多高難度的特技表演，例如：在高空鋼索上騎摩托車及多部機車同時高速行駛在鐵球裡；其中還有頂著大濃妝的小丑們負責逗趣搞笑的部分。



休閒、玩樂

- 2015/7/4慶祝**美國國慶日**，在MILLER OUTDOOR THEATRE欣賞戶外演唱會及夜晚的煙火秀。



- 德州特別的體驗—在樹林中騎馬

- 特別感謝同學的姑姑帶我們去體驗德州當地的牛仔文化，時間約兩個多小時，教練會騎著馬在前面帶領我們，並教我們如何操控馬，在樹林間穿梭，旁邊有小河有沒有不禁唱起“你是風兒我是沙～～”，沒有牽繩！沒有教練帶！只有你、馬鞍、你的馬兒和...很痛的屁股XD。



- 7/14參觀**NASA太空中心**！
- TRAM TOUR：乘坐小巴士參觀NASA內部的行程，包含置放舊火箭的廠房，發射指揮中心，太空人訓練區域等等。



- **TASTE OF TEXAS**是德州當地有名的牛排餐廳，許多名人都有來過，第一次到訪，餐廳會提供特別的服務，像是：提供中文菜單、贈送領巾及贈送穿戴牛仔帽的照片，品嚐地道的美式牛排與牛仔文化！



- **SAN ANTONIO**著名的觀光景點**RIVER WALK**可以選擇搭乘遊河船，有導覽員會負責介紹景點，也可以好好享受河岸旁的風光。



生活花絮



- **SEA WORLD**顛覆了我們對於海洋公園的想像，不僅有緊張刺激的遊樂設施，還有多達十幾種的動物秀，每一場都非常的精采，幾乎要花一整天的時間才能把所有的秀看完。
- **殺人鯨的表演秀**是SEA WORLD的招牌，除了依訓練師的指令表演，坐在看台區前幾排的觀眾都要做好**全身濕透**的準備，因為殺人鯨可以利用尾巴將大量的水潑到觀眾席，若是一不小心的話還會吃到冰冷的海水，向我們就喝得蠻飽的....





報告結束，THANKS ☺