

日本海外實習心得

這次很開心能夠前往日本聖路加實習，此次實習不僅包括學術上和學制上的交流，更包括著文化上的不同。

先自實習上來看，我們先前去婦產科門診實習。日本產婦對於助產士有著一定的信任以及安心。他們不會去質疑以及畏懼在沒有醫師下的生產，相反的，他們相信助產士且樂於有助產士的陪伴。參訪聖路加生產門診的過程中，我的心情是十分意外且驚訝的！恨不得能在此多實習幾天。每發問一個問題，心理卻又意外幾分。好比剛出生的嬰兒是不洗澡的，頂多擦擦臉任由胎脂黏附在身上。且護理長強調這是可經文獻驗證的，但直至今日，即便以身處高雄醫學中心的高醫，仍會替剛出身的嬰幼兒進行全身清洗。再來，是來到學制的部分。或許是因為個人對於助產士的刻板印象(畢竟在台灣已經鮮少有助產士了)原先以為助產士是聖路加國際大學學生的一個學程，後來才知道並不是。助產士是很高的學歷，我所訪問的助產士實習生是從聖路加大學畢業後，繼續往上攻讀助產士學程。詢問她關於來此門診生產的產婦情形，他說這裡的產婦是不打催產素以及不提供無痛分娩的。「所以什麼都不打？」我十分詫異地詢問。「對，什麼都不打。我們認為任何藥物都會對寶寶以及產婦產生不良影響。除非有緊急狀況我們才會緊急送往聖路加醫院進行開刀」他說。「如果你以後懷孕了，你會想採用這種方式生產嗎？」他給我的回答是十分肯定的答覆。我十分的震驚，畢竟在台灣很多產婦都說無痛分娩還是很痛，好像沒什麼用，但在日本，他們是直接拒絕使用的，只因為有可能對腹中的胎兒產生風險？觀看前來門診的產婦大都介於38-42歲等高齡產婦，且多為第一胎！其中一位甚至為中國人，雖然最後很可惜沒有機會詢問她對於日本生產制度、觀念等想法，但還是十分驚訝已屆高齡且第一次生產的她也願意採用日本的生產方式。參觀產婦門診的房間，產婦可以選擇中式或者西式房間來居住，與病房相同，家屬僅可參訪於參訪時間探望產婦，其他時間以及過夜是不被允許的。產婦不僅在此房間等待生產，生產以及產後都會在這房間度過，並由助產士隨時照料其生活起居以及飲食。房間廁所有透明窗子方便產婦隨時觀看嬰兒情形。門診實習的部分，由助產士替產婦進行超音波檢查、量腹圍以及監測胎心音。只能說儀器上一切都十分小巧且先進，令我十分羨慕。每個診間舒適且空暢，產婦近來有一個沙發鋪著床單供產婦躺著，且在進行衛教與診療時(固定半個小時)還有一杯熱茶可以喝。在這裡可以發現日本助產士十分照顧產婦的需求與隱私。甚至將助產士分組方便產婦尋找負責的助產士。在這裡可以發現台灣對於產婦們的需求仍有向上提升的部分。還有生產門診還以提供瑜珈教學。他們將教學分為三種課程，分別為：產前課程(協助孕婦在生產時更加順利)、產後課程(和寶寶一起運動，幫助產婦身體回復以及親子互動)以及父親課程(如何協助產婦生產)種種皆是十分貼心且很棒的運動過程。有幸參加瑜珈課程的我，發現整個環境是十分放鬆的，甚至在大休息時，我和我的夥伴都快進入睡眠型態。但瑜珈動

作可一點都不輕鬆，三十次的大深蹲就將我們給累壞了，還有平衡等，我們三個一同參加課程的學生在一旁累得喘不過氣，卻看抱著大球的日本產婦有條不紊的完成這些動作。或許台灣早已有類似的課程，但我們尚未接觸到。

我這次實習的單位是小兒科，每個病房都實行十分謹慎的門禁管制。家屬需按電鈴告知來意才能進來。且病房有一定的探訪時間，家屬是不被允許過夜的！這令我十分意外！在台灣幾乎每位病人都由他們的家屬照顧，不僅方便、自在且較為安心！但在這與父母緊緊依附的幼兒病房裡，父母並沒有時時刻刻的陪伴著！這些父母信任且安心的將他們的寶貝孩子放置在病房裡，由護理師照顧著！我看到僅兩歲的女孩哭泣時，他的媽媽並沒有急著將他抱起來安撫，他將孩子交給護理師，方便護理師進行治療。孩子完全沒有任何抗拒的行為，護理師將他親親抱起，並輕輕搖著，孩子慢慢不哭了，甚至開始對護理師撒嬌。連兩歲的孩子尚且如此，那其他孩子對護理師的信任及依賴可想而知了。不僅儀器輕巧、便利，看到他們的工作車時，我好羨慕！不同於高醫的笨重，他們的工作車就是一個手推車上有一台筆電，不僅輕巧方便，且連線十分迅速。給藥也十分謹慎，護理師特別對我強調，對於任何施打藥物他們都會進行兩次核對。雖然核對上較為耗費時間，但每個藥物他們從不輕忽，都要進行核對。他們幫孩子處理所有大小事，他們就是每位病患的照顧者。在嬰兒床的孩子喝了多少水、上了幾次廁所，孩子都會按鈴請他們過來，就連上廁所不會清理也會按鈴請護理師過來協助。我在這些照護過程中看到信任、信賴與安心。

在日本的社區實習，我們前去一個小鎮。當地老人聚集在一間教室裡進行運動，由一些受過訓練的志工設計課程並同物理治療師一起協助運動。做的運動也不簡單、輕鬆。每個動作都由志工們所設計並當場進行示範，一旁的物理治療師會進行輔助與指導。若發現大家都有些許錯誤出現，物理治療師會上前示範並解釋要從哪些部位出力、動作該怎麼做才正確等。直至結束大家也十分主動並有秩序的坐收拾的動作。而志工們則留下繼續討論下次的動作與順序。物理治療師則有固定做追蹤與紀錄固定有持續進行運動的老人們其體能有無進步的情形。

這次日本實習真的收穫十分豐沛，我們看到、學到甚至體驗到很多不同之處，很感謝護理系學會給我們這樣的機會，也感謝在前去日本實習前吳麗敏老師的教導，因為他的敦促與指導我們在日本的報告能有條不紊地順利完成。更感謝日本姊妹校的隨行人員，到哪都跟著我們，甚至隨時充當我們的翻譯，讓我們的溝通能更順利以及完善。也很開心能夠與姊妹校學生積極互動，他們安排的課程與活動都十分有趣。以文化不同為根基，我們看到很多不同，其中亦包含思想、教育以及生活、文化習慣。一開始十分驚訝與驚奇這些的差異，但當我們待越多天、越習慣後仍還是懷念台灣固有的生活及文化習慣。



↑與日本學生在英文討論課結束後的點心時間。



↑與 WMA 社團同學分享及交流高雄醫學大學以及聖路加大學學生生活