

# 學海築夢學生出國實習心得報告

-The University of Texas Health Science Center

護理系三年級 曾婉柔

## 1. 緣起

以前在讀高中的時候，總是會看到國內許多的大學會支持學生到國外的大學和機構去拓展國際觀，而在心裏仍會期待有一天自己也可以有這樣的機會到國外去交流研習，讓自己在對未來的規劃上能有更不一樣的著墨。來到高醫就讀護理系後，常常在校園內看見不一樣膚色的交換學生，例如甘比亞，而在護理系也定期會有來自美國、泰國、日本、美國的姊妹校來交流，安排他們一起和我們上課。而護理系在大三升大四的暑假會安排學生到美國的學校及醫學中心研習交流一個月，因為有教育部及學校的支持，讓我更有勇氣去報名參加，幸運地經過篩選，我能有這難得的機會去到美國休士頓 UT Health School of Nursing 及全美最大的醫學中心內的 The Methodist Hospital 見習，期望自己能帶回無價的國際觀及人生規劃。

## 2. 國外實習機構簡介

### **University of Texas Health Science Center at Houston**

UThealth 是一間醫學教學中心，校園位於德州的醫學中心範圍內，是美國第七大的醫學院，學生在學習的過程中，除了課堂

所學習的專業知識外，也能與全美最大的醫學中心合作，到醫院去接受專業的臨床實習；而其 School of Nursing 研究所更是排名在美國前 5%，且他們的老年與老人護理排名美國第 8。在優越的護理教學工作及研究上，讓學生更能得到優質的學習品質及多領域的臨床護理實習經驗。

### 國外實習機構之學習心得

第一天我們來到醫學中心外圍的 Hospice 參觀，在高醫也曾參觀過醫院內的安寧病房，裡面的設備和環境都維持著一股平靜安詳的氛圍，給予病患及家屬溫暖的環境和心靈上的支持，在 Hospice 內的休息室，有舒服的燈光及沙發外，還擺設了一台鋼琴，走出建築物外，迎面而來的是給予人生命力的大樹及小花園，一旁更有一間讓人感到平靜安穩的教堂，讓病患及家屬可以有心靈上的支持。



最令我感到難忘的是在參觀 Children's Memorial Hermann Hospital 後，我們來到醫院的頂樓參觀空中救援醫療，剛好在我們參觀的過程中，醫護人員正要出發去接一位小朋友，能親身看到直升機升空及準備的前置作業，而單位的護理人員也熱情地向我們介紹旁邊一架當時

未有任務的直升機，讓我們到機內去了解其設備和講解空中救援的流程和組織。

在參觀這些醫學中心內的醫院及實習的 The Methodist Hospital 裡，令我最感興趣的是臨床護理照護工作上的安全性，例如安全針具的使用普遍性，雖然在高醫也有安全針具的設備，



但是在臨床上除非遇到血液感染性較高的病患，其實在護理上仍使用一般的針具來治療照護及抽血，而在台灣尿液檢

體收集，常會交給病患一個杯子和尿液收集管，相信在收集尿液的過程中，難免會沾溼皮膚，但在美國醫院內使用的尿液收集方式，將尿液收集管倒插到瓶子的上方，瓶內的尿液便能直接直接抽吸道上方的管內，過程更為安全且衛生；在每間病房內，都有個別的一盒手套及針具



回收箱，以及每個病房外都設置一台乾洗手液能夠妥善的避免接觸性的傳染，病房內病人的床前便設置有時鐘及護理看板讓病人可以了解目前的護理計畫及檢查的時間，病人可安排自己的時間，避免延遲在護理治療及確實了解自己住院期間能一同與醫療人員雙向的溝通

### 3. 國外實習之生活體驗

在旅館附近有好多間超市及藥局，而這裡有台灣比較少見的自助結帳，可以在購買商品少的情況下，節省等待結帳人員的時



間。取名為 Hermann 的地方，除了 Hermann Hospital 外，還有當地著名的 Hermann Park，他占地非常大，裡面除了遼闊

公園外，還有高爾夫球場地，小火車，日本公園、動物園，及野餐的地方，真的值得停駐更多的時間去瀏覽。在休士頓著名的美國太空總署(NASA) 休斯頓太空中心，可以親自進去到模擬的火箭艙，搭園內小火車可以到達以前的真實控制中心參觀，講解人員在控制中心外講解了裡面的電腦設備及過去的太空發展歷史。

這個月中我比較不能適應的是飲食習慣，在逛超市的過程中也發現，通常較高熱量的食物比較便宜，而飲食的調味也偏重，從小住在台南的我，平時飲食已經滿中口味了，但我還是無法適應這裡的調味，比較偏重鹹及熱量，所以往後就自己在超市買好食材，前天先煮好隔天的中餐，而能帶到實習的地方微波，才漸漸地去適應當地的食材及飲食習慣。

### 4. 國外實習之具體效益（請條列式列舉）

醫護工作之分配及獨立性

護理人員之醫病比

護理人員工作時間

安全針具使用之普遍性

病患住院期間與醫護人員間的角色

病患住院期間與家屬的互動關係

病患及家屬對疾病診斷及醫療處置的獨立性

## 5. 感想或建議

第一次來到一個全英文的環境，剛開始真的滿緊張的，擔心自己聽不懂護理師和病患的語意，但幸運的是，我遇到的護理師們和病患都很願意讓我學習，在我不了解他們表達的意思時，都願意再重複或者用肢體表達讓我了解，其實對自己的英文口說有些沒自信，剛開始也不敢跟病患聊天，直到有一天在心臟內科病房遇到一位老奶奶，國外的醫院不像台灣，通常老年人都是自己獨立在病房內，也許是國外的觀念，因為在早上我有幫她量生命徵象，老奶奶下午對我說，覺得我好像比較害羞不敢表達，總是會安靜地站在一旁，便鼓勵我要多開口講英文，有些詞語不會講沒關係，但是講出來才會進步，所以我們就開始聊了彼此的家鄉、我來到休士頓的分享及奶奶家庭的關係，令我驚訝的是奶奶在年

輕的時候曾經和先生一起來到台灣旅遊且住在圓山飯店，原來這一切都不是剛好，而是我們之間的緣分，最後在離開前，我將我從台灣帶來的台灣地圖鑰匙圈送給奶奶，奶奶請我幫她圈出高雄的位置，或許這就是這趟學習中的美妙，雖然彼此只是之間生命中一個小過客，但留給我的卻是無價的笑容和懷念！

在這次的實習過程中，到過腦神經普通病房、腦神經加護病房、腎臟內科普通病房、心臟內科普通病房、骨髓移植病房、急診室等單位，讓我印象最深刻也是我第一天和最後一天所待的單位—腎臟內科病房，協帶我的護理師是一位有 31 年護理經驗的 Lynda，一早她帶我一起去參加他們護理部每月一次的 meeting，在當中學習到醫護人員彼此間和與病患間的信任關係及分享經驗，回到單位後，Lynda 很細心地講解單位的護理與作業流程，在空檔時間將上個月護理部 meeting 的課程 PPT 與我一張一張的講解，雖然有時候我會來不及聽懂她的表達，她總是會很有耐心地重複利用其他方式來比喻讓我了解，剛好在那個單位有一位來自台灣的 Holly 學姊，熱情的 Lynda 會為了讓我能夠真正了解她想要教給我的概念和語意，Lynda 會請會講中文的 Holly 翻譯讓我了解，Lynda 讓我在美國第一天的見習中，感到非常的友善及熱情，讓我更有信心去體會每個單位的特質，真的很謝謝她！在醫院見

習的最後一天，我特地寫了一張卡片和將台灣造型的鑰匙圈拿到單位去送給她，在這一個月的時光中，讓我多了好多或許一輩子只能遇到這一次的朋友，但留在我心中的卻是無窮的！

感謝高醫及教育部的支持，讓我能夠有這個機會去到美國休士頓研習交流及增加國際觀，一個月的時間收穫到的，無論是從醫院的護理人員、病患、家屬、學校的老師、同學、甚至是每天接送我們旅館的 shuttle bus 司機、客服人員等，都是種跨文化的學



習，生活的步調及秩序、對人的熱情，讓我這”外國人”感到十分友善及溫暖，而帶回台灣知識和國際觀，讓我開始規劃著屬於

自己未來的藍圖，為自己的生命因這趟旅程而更加增添色彩。

