

交換基本資訊

學生姓名	楊世慧
系級	長庚大學醫學系五年級
學號	B9502103
交換國家	瑞典 [Sweden]
交換城市	隆德 [Lund]
見習醫院	Lund University Hospital
見習部門	Internal Medicine—cardiology [cardiac intensive care unit]
住宿狀況	Patient hotel 即醫院提供給病人家屬住的旅館. 一人一間. 有廚房, 洗衣間, 無網路, 無冷氣, 離醫院步行 10 分鐘
膳食狀況	Hotel 附設的餐廳, 提供三餐都免費. 且週末出遊也會準備餐盒. 食物都非常營養, 健康, 好吃! [飯店自助餐型]. 也有咖啡機, 茶, 飲料與牛奶.
見習狀況	醫院工作時數 6-8 小時不等. 雖然大家都會說英語但 morning meeting 與 bedside round discussions 都是用瑞典語, 任何部門都是. 不過有些醫師會再一次用英語解說. 所以須要看運氣. 遇到耐心的醫師就很幸運. 大部分的醫療人員包括護士, 技術員, 物理治療師等都非常的有耐心, 願意教學與討論.
接待人員	SCOPE 與 SCORE 各由一個負責人接待. SCOPE 負責人非常用心, 全程陪伴, 也盡心幫忙解決我們所有的問題. 優!
醫院外觀	

## 交換心得與感想

### 動機

我非常的期待自己能參與交換學生的計畫,到某個國家去見習.聽到學長姐以及一些同學們的交換經驗,覺得非常羨慕.羨慕他們能了解其他國家的醫療環境,語言,文化習俗.更羨慕他們結交到各國不同的醫學生朋友,回國後還一直通信討論事情,交換意見.對於一個醫學生來說國際觀以及對不同國家醫療環境的了解是很重要的.尤其是像我們這種一念就是7年,須要花很多心思以及時間在學習上的人來說,很容易就會忽略周遭的許多事情.所以我非常盼望能到他國參與不同醫療環境的運作模式,也很希望能了解不同文化下的醫療人員們的工作態度,生活模式以及人生哲學等.瑞典是一個很棒的國家.無論在經濟,社會,文化以及醫療環境都是世界第一等.無論是哪一方面,哪一個專業都會有可以學習的地方,優點.而且瑞典人是從小就接受英文教育的,所以與其他歐洲國家相較起來語言障礙就會少很多是我的優先志願國家.隆德是瑞典南部的一個城市.算是一個大學城,有非常多著名的大學都在隆德.而且交換時間剛好可以錯開我們台灣開學時間,所以隆德是我的第一志願.

### 行前準備

1. 聽診器以及自己覺得需要的一些參考書.我帶了POMD跟麻州口袋書,輕便實用.白袍不用帶,醫院有提供 scrubs.
2. 交換時間雖然是夏天瑞典還是挺冷的,會到13度左右.而且夏天也會多雨.須要到足夠的外套以及雨傘.
3. MRSA test: 瑞典隆德醫院在控制MRSA方面很成功.據說感染人數是“0”!所以他們在這方面管制很嚴苛.在台灣先做一次test是為了不要到了瑞典才被遣返.在當地會再做一次test[免付費]確定無感染,才能進入醫院.
4. 醫療保險—雖然沒有什麼人真的在檢察,但為了安全還是有準備比較好.畢竟在瑞典自費醫療是很貴的.

### 課程安排

Lund University hospital 的交換計畫與其他國家的計畫非常不同.主要是因為這個計畫是該醫院與 IFMSA 聯辦的結合型計畫,也稱做Lund Medical Summer School.此計畫已建立51年.計畫內容扎實有秩序,經費充足.課程安排也獨具一格.前兩個禮拜是各國各科醫學生一起參與的 lectures, discussions, excursions and trips around different cities of Sweden.這兩週內有許多不同科不同部門的教授幫我們上課.內容豐富有趣.後面兩週是各個學生到自己選擇的科別見習.依選擇的科別不同有不同的體驗.

### The first two weeks - lectures, discussions and excursions

- ◇ Alcohol abuse
- ◇ Psychiatry epidemiology - the Lundby study



- ◇ Nanomedicine
- ◇ Cannabinoids , endocannabinoids and their effects
- ◇ Neurosexology
- ◇ Nutrition and a balanced life style
- ◇ Temporal control of the human brain
- ◇ Glioblastoma Multiforme Diagnosis and treatment
- ◇ Endangered Male reproduction—environmental factors, lifestyle studies
- ◇ Medical Ethic Issues—group discussion
- ◇ Stimulator assisted practical experiences—laparoscopy, colonoscopy, sewing stitches, endoscope insertion
- ◇ A day trip to Malmo Hospital—Diagnosis of acute abdomen with radiological tools
- ◇ A day trip to Horby[ Professor Karl Gustav house]—Two hours speech from Unicef and Rotary+ awesome traditional Swedish dinner, dance and party
- ◇ A unforgettable Sunday Trip to Beach “Lomma” \_\_ enjoying the SUN & FUN
- ◇ A rainy day cycling trip at “Ven Island” \_\_ Thromboembolism and treatment options

以上是我們在前兩週參與的 lectures 內容以及活動。週一到週五, 每天都會有 1-2 個 two-hours-lecture.

都是由各個不同的專業人員來上的. 講師有醫師, 專科博士, 也有醫療器具公司員工等. 上課內容都非常豐富!

而且每位講師都非常的熱情. 有一次的課是對於醫學倫理的分組討論. 我們總共有 23 個學生分成 5 組, 對不同的情境做討論. 在討論的過程中我發現不同國家的醫學生對同一件事會有很不一樣的見解. 尤其是宗教背景強烈的國家, 就會有更新奇的見解. 我們今年交換過程中有 4 個學生阿拉伯文化國家來的, 有兩位以色列同學以及一位印尼的同學. 討論熱烈, 甚至差點發生爭執, 後來忍的忍, 讓的讓也就過去了.



操作 stimulator- laparoscope

第一週的禮拜三是參觀 Lund university 的 stimulator center.

此 stimulator center 是全球最大五個 centers 之一. 裡面有非常多的先進設備. 任何能想像的機器都有. 建築本身時是 IKEA 家具店老闆捐贈的. 所以裡面就連家具設備都非常的漂亮. 瑞典皇后有曾經參訪過. 有各種各樣的 stimulator machines 可以提供醫學生, 實習醫生, 組員醫生練習各式各樣的 procedures 以及手術. 其中有

laparoscopic procedures, colonoscopy, stimulator directed appendectomy, radiofrequency ablation of blood vessels and tumor removals 等. 過程看似簡單, 實際上還滿困難的. 聽說是讓練習的醫師習慣高難度的手術手感之後實際面對病人時會更順手. 同一個地方也讓我們練習 endoscope insertion. 另外還有一個心臟外科的醫師教我們練習 stitches. 是個很難得的經驗.



Students practicing sutures





A walk around Malmo City after hospital tour

第一週的禮拜六是參觀瑞典第三大城市 Malmo. 主要是去隆德醫院的姐妹醫院 Malmo hospital. 到醫院後由放射科主任接待我們. 他帶我們參觀醫院, 喝咖啡. 然後幫我們上 acute abdomen diagnosis by radiological tools. 我很喜歡老師上課的方式. 也有討論了很多個病例, 非常有趣也有 challenge. 結束後我們所有學生都步行逛 Malmo 大街. 雖然週末不像

我期待那樣是 lecture-free, 但那一天讓我們大家的感情就更深一層. ☺ 才過了一個禮拜, 我們已經像是相處幾年的好朋友了. 那是個難忘的 beautiful Saturday. ☺

禮拜天—“Lomma” beach 遊, 這就是 Lund

medical summer school 最大的魅力. 無論是 weekdays 還是 weekends, 都有安排一起參與的活動. 總共 23 個同學, 大家都會一起學習, 一起逛街, 一起到海邊玩, 一起曬太陽, 一起聽音樂. 大家都是 24/7 在一起, 有非常多的相處時間. 我們自己國家的文化, 討論相同與差異, 分享人生難忘的記憶. 嘗試各國不同的遊戲, 舞蹈, 音樂等.



Sun & Fun at Lomma beach ☺

第二週的禮拜五我們到 Professor Karl Gustav 家參訪. 他是個很資深的外科醫生. 住在與隆德大概車程 1 小時的城市 Horby. 我們先到他的診所去參觀. 他要請了兩位 Unicef 以及 Rotary 的資深志工來給我們演講, 給我們解說在各基金會工作內容與經驗分享. 演講非常精彩也很感人. 最讓我難忘的就是結束後, 在午餐時間, 大家一起說起想要如何幫助他人的感覺與想法. 每一位同學都有一顆善良的心, 都有想要幫助他人的志願. =) 此時我覺得我們都是地球人, 都是兄弟姐妹. =D



A Day Trip to VEN island 集體合照

同週禮拜日—最難忘的回憶 “Ven Island” 一日遊. 這是我們大家最期待的活動, 也是歷年評價最好的一天了. 我們大家高興的拿著超好吃餐盒, 坐遊艇到 Ven 島去. 到那邊, 接待人就帶我們去領腳踏車! 是雙人行的! 我們高興的騎著腳踏車跟在導遊 [接待人 Fredrik] 後面, 以為可以遊山玩水去了. 結果被帶到一



個島上的博物館—是一個民間博物館，是草皮屋頂的小房子！有很多上世紀用的東西，就書本，玩具，甚至還有馬圈！最驚奇的是我們是被帶到那裡上 Professor Karl Gustav 的課！教授年近 70，但對我們非常的熱心。一大

早起來與我們在 Ven 島會合。還給我們上了 Thromboembolism 的課。還說 Ven 在瑞典語是 “Vein” 的意思。

所以在 Vein 島上血管相關的課，再適合不過了。課後我們都兩人一組騎著腳踏車環島。當天有下雨，吹著一些微風，可以看到黃黃一片稻草與風一起跳舞，非常非常漂亮！☺會讓人不禁想要挑到一波一波稻草搖擺形成的浪花中。我們是沿海環島，所以一邊是海浪，

一邊是金黃色的稻草浪，真的漂亮極了。我心想，就算淋著雨我也想要無止盡的騎下去。不過後來因為道

路有些地方坎坷不平，而且還很陡，就有幾個同學控制不好跌到受傷了。☹



VEN island 超體驗—雙人腳踏車 in the rain~~

### The Last two weeks - clinical rotation at internal medicine;Cardiology cardiac intensive care unit

Lund medical summer school 的計畫本身就只有兩個禮拜的見習時間。我的第一志願就是到心臟內科見習。聽說我算是幸運的學生，所有 23 個學生裡面，大概有四分之一的人想要去心臟內科但只有兩位同學可以去。第一天是心臟科 ICU 的住院醫師 Patrik Andersson 接待我們。他也是我們的 supervisor。週一到週五，我們都會

參與晨會，有主治總共就一位主治，的 Primary care 一個小 team。晨所以可以說非常 Patrik 還會用英 brief history, 過問題也不大，我



Cardiac Intensive Care 小組合照 ☺

醫師 Dr. Geit 主持。一位住院醫師，病人 nurse 以及我們形成會都是瑞典語進行的，無聊。一開始 Dr. 文跟我們解釋病人的但後來他也累了。不們並不需要與病人溝

通。到了 bedside，住院醫師就會請我們做理學檢查，聽心音，肺音，摸脈搏等。結束 morning bedside round 之後，我們就會幫新病人做 chest Ultrasound，也因此這次在瑞典學習到很多胸部超音波操作。

有些時候會有緊急送到護理站的 EKG，住院醫師會收到電話嗶嗶叫聲，就須要到護理站去判讀，該名還在救護車上的病人是否有緊急梗塞問題，是否需要馬上處理。醫師就會跟我們討論病人 EKG，甚至會參觀病人的



PCI-percutaneous coronary intervention 的過程。這要到心臟科導管室,也就是 catheterization lab 簡稱 cathlab. 在那裡會常遇到很熱心教學的 Dr. Thomas. 他不但熱心細心解說支架放置過程,也有讓我們真的去實際操作,體驗手感!真的超棒!!

超音波室—除了平常在病房會用 Portable ultrasound 幫病人做超音波以外,還有一個心臟科附屬的 超音波室. 內有 7 個超音波室,有不同醫師負責. 我們在空檔時間會過去參與. 有一次協助醫師幫病人做 TEE-Transesophageal echocardiography. 雖然過程很有趣,但看病人要吞探頭還是很不舒服.

在 Cardiac intensive care unit 學習一週後,Dr. Geit 希望我們能多學習一點東西,就幫我們安排到外科部去看 ICD, pacemakers insertion, 還有 CRT-cardiac resynchronization therapy. 由於外科部剛還有一位山東來的王醫師上刀,就安排我跟王醫師的刀,非常貼心!!王醫師也非常耐心的跟我解說過程,常遇到的困境以及併發症等.最後還快樂的參與了他們的 coffee break 聊天時間. ☺

由於交換過程選擇的見習可別一定要在本國上完後的科別才能選擇,所以我沒有能選擇心臟外科. 但因為我實在是很想要看心臟血管繞道手術,因此我就向 Dr. Patrik 說了. 後來心臟外科的主任同意我們去參與,因此我們就跟了外科主任 Dr. Atli 的刀. Dr. Atli 是個很資深的醫師. 技術也非常高超. 兩條血管的繞道手術—一條 internal mammary artery, 一條 saphenous vein 分別與 left coronary artery and right coronary artery 接合. 手術過程總共只須 1.5 個小時!失血量<400cc!!!老師給我們的 take home message 即是 "Always fast but never in a hurry, Not always right but never uncertain". ☺ 他說這是一位外科醫師一定要有的特質. 這一天也是我在瑞典過的最充實快樂的一天.

### 見習特別經驗以及新奇事物

#### 1. LUCAS- Lund University Cardiopulmonary Assist System



超級酷炫心肺復甦心肺復甦器\_\_mechanical device providing automatic 5 cm deep chest compressions and



active decompressions back to normal position with a frequency of 100 per minute, 是位在 Lund university 工作的中國醫師發明的機器. 目前任何一部瑞典的救護車上都會有這個機器. 優點:

- ◇ 較有效率, 可以持續很久, 不會有疲憊的問題. 壓力施予也比人工的平均
- ◇ 研究顯示對肋骨的傷害相對人工少
- ◇ Mean arterial pressure >60 mmHg—足夠提供血液給腦組織, 防止腦缺氧
- ◇ 材質是膠質, X光可以穿過. 可以做 CPR 的同時做 Angiography, 甚至 Coronary interventions. ☺ 真的很神!!

## 2. 全電子病歷系統

瑞典醫療像台灣一樣是全民健康健保型. 用的是具統一性的電子病歷. 統一是指全國統一! 即一個病人的病例, 可以由任何一個擷取! 所以病人無論到那一個醫院/診所看病, 都不需要帶自己的病歷過去. 坦白來說這其實是個很好的制度. 一來, 很多檢查不會須要重複做. 任何醫師想要看舊病歷都不會有任何困難. CT, MRI 報告無論何時何地都能看到. 二來, 病人也不會重複拿到同樣的藥, 就算病人喜歡逛醫院, 在領藥的時候由統一系統管理, 就不會有醫療資源浪費的情形了. 我想說不定這就是我們台灣醫療目前所需要的改變之一.

錄音型病例記錄系統: 這其實就是方便醫師的一個工具. 任何一台醫院的電腦都會有連接一個錄音筆. 醫師看完病人, 開完藥都只需要拿起錄音筆用語音記錄一切醫療行為即可. 方便快捷無誤. ☺

## 3. 超大高級咖啡廳



任何一個部門都會有一間很大的咖啡廳. 說是咖啡廳, 其實裡面所有的廚房用具—咖啡, 牛奶, 水果, 吐司隨時供應. 有冰箱, 咖啡機, 烤箱, 微波爐, 還有洗碗機!!! 每位醫療人員都有一個小時的 Coffee break! ☺ 住院醫師每週工作時數 44 小時, 值班隔天不用上班, 超高品質生活~ ☺

## 住宿







乾溼分離的浴室

住宿是隆德大學最大的誘惑. 隆德大學附設醫院 Skane hospital 是一個很大的教學醫院. 雖然隆德是個小城市, 週圍的大城市居民都會到隆德來就醫. 有些慢性非急性的病患與家屬們就需要居住的地方. 因此醫院有建設旅館叫 “patient hotel”. 離醫院大概 200 公尺, 四層樓的建築物. 每一層都有兩個廚房, 兩個電話. 整棟有一間洗衣間—

有一台洗碗機, 兩台洗衣機, 一台烘衣機, 一個熨斗裝置.

另外也有一個很寬大的客廳. 所有交換學生都各有一個

單人房. 單人房裡有單人床, 櫃子, 書桌, 電視, 乾溼分離

的浴室. 因為是旅館, 所以每周一早上都會有人來做清潔打掃的工作. ☺

### 食物



最懷念的美食天堂~~

我們的一天三餐也是由 patient hotel 一手包辦的. 在離醫院 50 公尺左右的地方有 patient hotel reception and restaurant. 裡面也有住一些病人, 大部分都是產後的產婦以及丈夫們. 我們就是在那裏用餐的.

早餐有土司, 培根, 起司, 稀飯, 麥片, 雞蛋, 牛奶, 飲料, 茶以及咖啡. 自己想吃什麼就吃什麼—吃到飽! 中餐—都是 12:00 就要去吃的, 因為只開放到 13:00. 通常有兩道主餐, 二選一. 有另外準備素食餐. 另外有開胃菜,



瑞典典型食物—Potato & Fish



每天供應—多選擇沙拉

沙拉, 水果, 飲料. 食物都非常好吃, 健康. 每天都會改變主題. 大部分是瑞典道地的食物, 有時也會做義大利麵, 西班牙番茄湯等.

晚餐—17:00 致 18:00. 內容同中餐, 只是更好吃, 更豐盛!! 牛奶, 茶, 咖啡 24 小時隨時供應!!





Everyone's best friend—Jo Jo card! 其實就是我們用的悠遊卡。有效期為整整一個月。實習第二天就發給我們。算是一張很值得愛惜感謝的萬能卡。公車，火車全部暢通！甚至可以做到別的城市，如 Malmo, Helsingborg, Horby 等。周末出遊大部分坐公車，也有船票，都是醫院負責買票。非常的優！☺

### Social Program

Lund medical association

有一個附屬的小房子，是一個醫師捐贈給 medical association 的。叫做 Locus medicus，是很多醫學活動進行的地方，甚至會有婚禮在此舉行。暑假就全全給我們使用。很長滿綠草的大院子，有個

地下小酒吧，有廚房，有宴廳。幾乎每天下午，課堂結束後/醫院見習結束後，我們都會到那裡聚集，聊天，玩遊戲，唱歌，跳舞。每天下午都有不同國家的人負責準備食物，音樂跟遊戲。沒有節目的下午就會大家一起到市中心的酒吧去喝啤酒。

週末：集體出遊。醫院餐廳會幫我們準備餐盒帶出去。我們會去 Malmo 醫院參觀，Horby 到 Professor Karl Gustav 的家裡拜訪，Ven island 騎腳踏車，Copenhagen 一日遊等。非常充實。☺



Awesome party at Locus Medicus



在 multicultural night 我準備的水餃~~



享不盡的各國美食



整體來說，瑞典的 Lund medical summer school 是一個很成功，很有秩序的一個 program. 無論是在教，食衣住行，交通，社交互動都安排的無微不至。我在這個活動中所得到的遠超過我所期望的。我不但在專科心臟方面有進步，發現瑞典醫療體系的運作模式，交到多國的醫學生做好朋友，也進步不了解了不同國家的醫療人員們的生活模式。這次交換，收穫真的很多。☺ 我也很感激自己有了這樣的機會。也希望更多的學弟妹們可以去體驗這麼棒的 program. ☺ ☺ ☺

---

