



## 慈濟大學 學生海外交流活動交流心得報告表

姓名	鄭詠儀	系級	醫學六		
國家/城市	新加坡	服務人數	1	活動日期	自 106 年 04 月 24 日 至 106 年 05 月 19 日
活動名稱	新加坡大學醫院見習				
機構名稱 (中/英文)	新加坡國立大學/National University of Singapore(NUS)				

心得分享內容(文字數應在 1500 字數以上,內容需包括交流期間之學習心得、對當地文化之感想、個人應加強努力之部分等,如表格不足填寫,可另加附頁補充)並附上五張(以上)照片-請附圖說。

### 醫院實習

四周的實習中,兩週在新加坡中央醫院(Singapore General Hospital, SGH)急診科,後兩週在陳篤生醫院(Tan Tock Seng Hospital, TTSH)急診科。這兩家醫院是新加坡的老字號醫院,病人服務量非常的多,就是急診很容易塞爆的意思。這兩家醫院的特色是急診區佔地很廣,守備範圍超大,大約是花蓮慈濟急診的五、六倍大。台灣檢傷系統把病人分成五級,新加坡也是五級,P0-P4,P0是已經沒有生命跡象無法救治,戰亂天災時才用到的,P1是生命跡象不穩 30分鐘內要處理的,P2是100分鐘內要處理的,P3則是病人可以自己走進來的急診門診病人,P4則是review clinic,如傷口經整外門診施行I&D後會幫病人掛幾天後到急診看傷口(因為專科門診人數也很容易爆炸)

最讓我羨慕的是,P1,P2,P3都有不同的專責醫師,而且很多位,今天負責看門診的就是一直看門診,負責在急救區的就是都在急救區。再來是整體設施設備都很齊全,P3急門診區大約有20個小診間,P2區約有10個小診間可以將病人推到裡頭問診打病歷、做身體檢查、掃超音波、抽血、縫合,病人隱私做得非常好,急救區空間寬敞,X光機直接裝設在牆上,攜帶式超音波一台400萬台幣,聽說之後還會直接裝CT在急救區裡。特別的是,SGH還特地隔出一個空間專門處理發燒的病人,只要檢傷出發燒的病人,馬上會走另外一個門去發燒專等候,裡面還有留觀病床呢!

我去的這兩家醫院都是公立醫院,但完全不覺得設施寒酸,病房沒有藥水味,醫院願景宏大以照顧國人健康為己任,SGH和TTSH都還在擴建建築,國內本土醫師不足的問題也已經從海外延攬醫師改為增設到三間醫學院,每年產出500位醫學畢業生來面對日益高齡化的人口結構。而SGH做為新加坡歷史最悠久的醫院,也有一棟古典優雅的西式建築做為博物館,陳設過去使用的醫療用具和對新加坡醫療有重大貢獻的醫護人員的歷史,其政府在醫療產業的用心,可見一斑。

新加坡的醫生職涯發展和台灣很不一樣,新加坡走英國體系,制度被設計成60%的畢業生當General Practitioner(GP,類似家庭醫生),只有40%的人可以進入專科訓練,專科訓練的名額非常少。而台灣則是人人都有一張專科牌,甚至次專科。在醫院裡,可以看到很多本土的或外國來的Medical Officer(MO)負責看病人,當病人需要更進一步處置時再由當天當班的Consultant確認處置或是幫忙處理困難病人,一個班大概會有10多個MO配上1.2個Consultant。對應台灣的體系,MO像是PGY,但在新加坡,MO可以做很多年(萬年PGY的概念),就是單純做一個提供"醫療服務"的小醫生,不用為主治醫師的位置搶破頭或訓練完就去小醫院蹲點。不會因為沒有養出一群病人而餓死,就是把醫生當成一份職業一份工作,而不是你畢業就應該選個專科去做住院醫師,做完住院醫師訓練就應該升上主治,然後教學研究門診病房通通要來

。我在 TTSH 遇過一個已經有 21 年年資的 MO 呢！

一位剛在新加坡做 MO 半年的學長跟我說：「在新加坡當醫生，你想你的職涯往哪個方向發展，部門會給予妳很多支持，想去考專科考，會有溫書假，要休年假就能休，病假也都可以請。想生孩子就生孩子，我同學在台大外科做住院醫師都沒空生，她在新加坡做了 3 年 GP 就生了兩個！」

不過也是有在新加坡工作的很不習慣的人，截至今年四月，和學長同期開始的台灣人，走得只剩學長一個了。而前幾年在醫療社群裡討論地沸沸揚揚的「到新加坡當醫生」，其實並沒有這麼多見。台灣的醫療環境雖差，但真正出走的，並沒有想像中的多。

## 住宿

因為覺得既然都來到新加坡了，就不應該跟同學住在住宅區的房子，而應該住在背包客旅館，認真的在新加坡生活一個月。我實習的 SGH 和 TTSH 都離牛車水很近，我甚至去 SGH 都是走路去的，15-20 分鐘，即使是在較西邊的 NUH，車程也不會超過 30 分鐘，住 HOSTEL 絕對比住 AIRB&B 省錢，離吃的和觀光景點都很近。所以我就在 CHINATOWN 的 HOSTEL 住了一個月 XDD，而住牛車水最大的好處是吃東西都很方便，又好吃。

總共住了三間：ROYAL HOSTEL、CUBE BOUTIQUE CAPSULE、MAPLES LODGE HOSTEL。三間各有特色：ROYAL HOSTEL：27-30SGD，都是 MIXED DORM，很容易遇到睡覺會打呼的人，很痛苦，但整體非常乾淨，沒有廚房，公共空間很小，但是早餐券可以換到知名 KOPIDIAM 的早餐。

MAPLES LODGE HOSTEL：20-22 SGD，很便宜，有 FEMALE DORM，睡起來安靜很多，整體設施比較老舊，乾淨度 OK，有簡易廚房，櫃台姊姊人很好，便宜實惠的好選擇。

CUBE BOUTIQUE CAPSULE；40-50SGD，膠囊型床位，雖是膠囊但睡起來不會有壓迫感，除了有餐廳以外還有酒吧，設備新穎，2016 年 9 月才開幕的，住起來比商務旅館舒服，樓下就是全世界最便宜的米其林一星小吃：了凡香港油雞飯麵的分店。最重要的是，這間洗衣服烘衣服免費！

**提醒：**如需要長住，可以直接寫信去旅館問，房價比較優惠，可以省去被線上訂房網站抽服務費抽稅什麼的

## 風土民情

該去的旅遊景點，網路上和旅遊書都會寫，但這趟來新加坡最想探究的是，作為一個以華人為主的國家，如何將自己打造成亞洲門戶，如何變成競爭力這麼強的國家。在去過聖淘沙和濱海灣區後，我覺得解答都出來了。新加坡政府以一站式的方式把聖淘沙變成環球影城、水族館、飯店、海灘、賭場、會展場館和其他主題體驗的設施場館，只要走路 15 分鐘就能從本島到聖淘沙。在島上可以待上三五天都不嫌多。而濱海灣區是新加坡河的兩岸，一面是金沙酒店、藝術科學博物館、濱海花園，而另一面是市中心的銀行大樓、榴槤造型的濱海藝術中心、魚尾獅公園，兩岸以螺旋橋連接，河面上行駛著遊船，整個灣區都是來自世界各地的觀光客，商店店員英語流利、態度優質。交通建設方面：捷運、公車路線遍布整個新加坡，到現在還在蓋新的捷運，即使是坐計程車也不容易遇到塞車，交通順暢，公路兩旁綠意盎然，人口密度雖高卻不覺得擁擠，人行道很寬敞。治安非常好，政治穩定，商業環境開放，競爭力高，只有 25% 的學生可以讀大學，英文超級流暢。

此外，新加坡華人對台灣人超級友善，聽你講中文就知道你從台灣來的，然後都說他去過台灣，稱讚台灣的食物很好吃，還曾經遇到一個 UBER 叔叔說去過台灣三次，很喜歡台灣。

雖然新加坡人所得很高，但生活壓力大，國土腹地狹小，在這裡一個月其實很難感受到所謂的”生活

感”，反而是生存感。但新加坡政府和新加坡人求生存的鬥志和奮力，從書上、生活上都可看見，已故總理李光耀在上任第一天就喊出「沒有人欠新加坡生計」，而 NUS 的學生則形容新加坡人是：「驚輸、驚郎、驚死！」

**新加坡自立自強，刻苦奮鬥的精神非常值得我們學習。很開心、眼界大開的一個月！**

推薦旅行前/旅行中閱讀：

1. 幹嘛羨慕新加坡：移居新加坡 10 年的台灣大叔在星國的生活所感，筆觸幽默，看很快
2. 安娣，給我一份摻摻！：跟我一樣大的研究生在星國讀書一年的社會觀察，很多不同文化之間的交集，
3. 赤道之虎新加坡：新加坡歷史和政治經濟制度的介紹大全，看很慢但可以從中窺見新加坡建國五十多年來的刻苦歷程和宏觀遠界



4. 每晚都有的濱海花園燈光秀



濱海灣-金沙酒店與蓮花造型的自然藝術博物館



名列聯合國文教組織世界遺產的植物園



聖淘沙仙鶴芭蕾舞表演



NUS 校園一景



空間寬敞的急救區



能兼顧病人隱私的獨立的小診間