



國立新加坡大學的奇妙旅程

護理學研究所臨床研究護理師組一年級 范育瑄

古人云：「讀萬卷書，行萬里路。」意指既要讀萬卷書籍，也不能少了實際行萬里路，獲取直接的經驗，驗證書中所學，以及書中無法尋得的知識。感謝學系所推薦我榮獲校方提供的國際交流補助，得以有此榮幸赴國立新加坡大學見習，實際體驗他們的護理高等教育、在地生活與多元人文色彩的豐富。

新加坡大學護理教育

國立新加坡大學，在當地常被簡稱為「國大」，創建於1905年，護理系成立則是2005年，相較其他科系晚，卻能在短時間內就名列前茅，擠進QS世界大學排名前二十名。國大護理系主要分為兩種學士學位學程，完成三年護理專業課程後即可拿到護理學士學位，這和國內需要念四年的護理學士學位，是有點不同。在國大，若對臨床實踐與研究有興趣者，則可以選擇修讀第四年的Honours Year，這年的課程架構為提升學生專業知識、問題解決與研究的能力，修讀完成會獲得護理榮譽學士學位，未來亦有機會從事教學與研究相關工作。

在國大見習中，我們參與了新加坡大學護理學生的產科與精神科護理課程，他們的護理教育使用了大量的情境模擬教學（Simulation Learning），由高階的數位模擬假人來進行臨床情境模擬，強調製造一個「真實互動」的學習環境，讓學生活用專業知識於臨床實務，其中運用情境模擬教學的

科別項目廣泛，包含產科、兒科、急重症科及精神科等領域；第二個讓我深刻的是兒科護理的自我導向學習（Self-Directed Learning）課程，課前同學會對一臨床案例先進行相關資料的查閱搜集，在課堂提出想法，共同批判與討論，並在討論中學生使用網路共筆系統架構出個案完整的入院應執行的評估、檢查檢驗，以及可能的診斷、相對應的治療等內容，促進學生自主學習與訓練批判性思維（critical thinking），這部分也非常值得我們學習。

在參與他們課堂技術練習時，發現安妮（數位模擬假人）有不同人種的外觀，例如練習新生兒沐浴時就有膚色黝黑的寶寶以及白皮膚的寶寶，讓他們在進臨床前除了能擬真學習，也能了解多元文化融合照護的重要。

人口老化政策與照護機構

新加坡政府為因應人口老化，近年來啟動了相關健康政策，從預防醫學、促進健康、慢性病管理到幫助回歸社區、增進在宅醫療等層面施行，而除了人口老化問題，新加坡政府也發現在大型醫院診療的高額花費，更加推倡促進健康的重要，政策方向包含協助讓國人能在家附近接受醫療照護（Move beyond hospital to community），以及促進健康、預防勝於治療的重要理念（Move beyond quality to value、Move beyond healthcare to health），以降低罹病後壅塞到大型醫院治療，導致資源分布不均的現象發生，這些政策方向與細則都可以在我們逛街時、吃飯時看到政府在各個公共場所的宣傳、衛教海報。

這一天我們來到校區外的『Peacehaven Nursing Home』長照機構參訪，機構有 400 床規模，除了提供身障者、老年者的健康管理，也提供失智症患者的獨立空間與個性別照護，透過多學科的跨團隊（multidisciplinary team）

照護，組成包括護理師、心理師、營養師、藥劑師、專科醫師、職能與物理治療師一同團隊照護住民的健康。機構運用代幣制度，讓住民能夠藉著玩智力遊戲、社交等活動兌換代幣，整體的裝潢、採光與佈置有著溫馨的氛圍，讓住民感覺到自己居住在社區的感覺，降低居住在機構的隔閡感。

令我特別欣賞的是他們人性化的照護，機構內的工作人員會熱情地與住民互動，花時間與住民聊天，以及為住民辦慶生活動等，能感受到他們對於照護的要求不只是專業技能與知識上而已，也融合了關懷與同理，是值得學習的模範。



圖說：『Peacehaven Nursing Home』內部，環境舒適寬敞，窗外的陽光與綠樹色彩鮮明可見。



圖說：為『Peacehaven Nursing Home』的戶外設施，每週固定時間志工與照服員協助身障住民在游泳池內復健活動。

體驗高品質之醫療照護

見習了國大護理教育、長照醫療機構後，接下來我們參訪與國大有合作關係的私人醫院——『Raffles Hospital』，為萊佛士醫療集團（Raffles Medical Group Limite）創立於 1976 年，2008 年獲得 JCI 認證，整棟建築涵蓋土地面積不大，但所提供醫療服務卻十分多項，包含急診、手術室、重症單位、產房、牙科、放射科、檢驗科、藥劑科等專科醫療照護，以及針對國際患者的多國語言專業照護。

除了上述，也希望讓病人在住院時能夠像是旅館休息一樣舒適，因此院內的裝潢與擺設有如五星級飯店，幾乎整棟醫院的地面都鋪設地毯，不外乎急診室也是地毯設計，而病房有套房、兩人、四人、六人病房也有 VIP 的單人房供病人需求選擇，病室內的氧氣接頭、抽痰設備等隱藏在櫃子內，總總貼心的設計與考量讓人歎為觀止。



圖說：舒適的單人病房



圖說：與日本東京慈惠會醫科大學 (Jikei University)、瑞士洛桑職業學校 Institut et Haute Ecole de la Santé La Source 一同參訪合影

道別國大的熱情款待與四季天晴

兩週的密集見習行程與參與他們各項活動，十分精彩與忙碌，也漸漸能體會到為什麼國大護理教育雖然起步的較晚，卻仍然能在短時間快速成長。時間對他們來說或許不是什麼大問題，因為當一群人有一致的共識，大家願意為此努力，這種精神就足以讓人欽佩，也值得我們學習。也體悟到了這個國家對於多元種族文化融合尊重，與政府在健康醫療體系政策上因應著人口趨勢與人民健康變化的積極規劃與整合，並實際將理念化為行動。藉著這次海外交流，不僅僅增廣了我的國際視野與護理知能，同時也給了我不少想法與感觸，希望未來能有機會化為行動予以回饋。



圖說：結業典禮與新加坡大學及日本東京慈惠會醫科大學護理教師、學生合影