

## 學海築夢/新南向學海築夢學生出國實習

物理治療學系六年級 李映嫻同學

### 一. 緣起

身為物理治療系的學生，隨著年級越高，開始了解到物理治療在各國的差異與不同的可能性，也更意識到全球醫療差異的重要性，以及不同國家在醫療體系、社區健康和物理治療方面的獨特做法。當聽到學系有海外實習機會，毅然決然選擇泰國作為海外實習目的地，泰國作為東南亞醫療體系的典範，擁有豐富的文化底蘊和先進的醫療技術，引起了我的濃厚興趣。我希望通過這次實習，能夠實地了解泰國的醫療運作模式，並且學習泰國物理治療與台灣物理治療的差異，學習所長，並將這些經驗融入我學習過的知識中，拓展視野，並將所學帶回台灣進行交流。

### 二. 國外實習機構簡介

泰國馬希竇大學(Mahidol University)主校區位於泰國佛統府，成立於1890年，是泰國首座高等教育機構，起初為西里拉醫院附屬的醫學院，1943年升格為醫學大學，1969年更名為瑪希竇大學，現已成為一所綜合性研究型大學。該校以泰國現代醫學和公共衛生的奠基人、已故泰王拉瑪八世和拉瑪九世的父親宋卡親王瑪希敦·阿杜德的名字命名。本次實習地點為馬希竇大學物理治療學系附設門診，有三大領域的常規自費門診，包

含：骨科、神經、小兒，以及各式特別門診，治療內容包含徒手治療、運動治療、儀器治療等。

### 三. 國外機構學習心得

印象中的泰國，是在旅遊節目中充滿街邊小吃與佛教文化的國家，友善的人們笑臉迎人，總是露出熱情如當地氣候的笑容，對於這樣初次到訪的國家，我與同伴們帶著期待與緊張出發了，一抵達當地，就被當地人的活力好客與特色文化所吸引，而當地人的這份善良與熱情更是貫穿了整個實習過程，體會到了泰國文化中對於各式文化的包容與友善，讓整趟實習過程在溫暖的氛圍基底中，建築學習專業知識的旅程。這次實習的場域是泰國馬希賓大學附設的物理治療門診，出發前先大略了解了一下泰國物理治療環境，與台灣最大不同之處在於，泰國的物理治療是治療師不需經過醫師轉診，能夠直接治療病人的 Direct Access，病人直接掛號後由物理治療師進行評估治療或轉介；實習期間，參與了常規門診，包含骨科、神經、小兒物理治療，也參與了各種特別門診，例如：脊椎側彎、女性健康、水療、前庭物理治療，常規物理治療門診的評估與治療其實與所學差異不大，參與每次治療時，都遇到很和善的病人，樂於與我們交流，雖然語言稍有隔閡，需要透過臨床老師的翻譯，但病人都很熱情，甚至會推薦我們景點，建議我們週末去逛逛。除了與病人的交流，還使用了很多儀器進行治療，包含震波、經顱電刺激(rTMS)、PMS 等等，印象最深刻的儀器是使用 rTMS，除了觀摩老師替病人施打治療之外，我們也有體驗施打，施打過程需要先戴上類似泳帽的帽子利於定位，接著測量頭顱長寬，並進行定位，找出目標施打的區域，施打時老師也詳細說明劑量的制定，而施打劑量與反應因人而異，會與該個案的睡眠品質、是否喝咖啡等有

關，是十分有趣的體驗。另外，泰國小兒物理治療門診也有使用輔以達 (Vojita) 治療方式，此項治療方式在台灣通常是自費門診才有提供，透過擺位、動作誘發等方式治療腦傷兒童，也是本次去實習特別的體驗。

特別門診中印象最深刻的就是前庭物理治療門診，臨床老師表示這是新設立的門診，會先請病人填寫問卷了解症狀以及不適程度，接著進行一系列評估，看是否需要轉介或是可以由物理治療進行治療，也示範前庭物理治療的評估與治療手法，非常印象深刻。另外，實習過程中也安排了醫院參訪，前往泰國當地最大的中風中心 Siriraj Hospital Stroke Unit 進行半日參訪，了解到泰國當地中風後急性物理治療與銜接出院的療程。

除此之外，也參與了社區物理治療，並訪問社區健康促進醫院，其實就類似台灣的衛生所概念，提供疫苗接種、兒童發展評估、健康促進活動等，也實地到訪個案家中一同進行治療。實習內容豐富多元，讓我更全面了解泰國物理治療環境，也希望能夠將這些經驗帶回台灣交流分享。



(左圖為頒發結業證書、右圖為社區據點參訪合影)



(致贈交流小禮物與師長合照)

#### 四. 國外實習之生活體驗

實習之外的日子，同樣也多彩多姿，週間我們會利用下班時間，在宿舍購物，逛市場，體驗街邊小吃，也會在宿舍運動、游泳，或是進行小組討論完成作業。而假日時光更是周周充實，探訪了曼谷所有觀光客必去的行程，像是大皇宮、鄭王廟、水上市場等景點，與短期觀光最大的不同是，我們能夠慢下腳步體會當地人的視角，搭乘交通船在昭披耶河上快速奔馳；或是搭乘老舊沒有冷氣的公車在壅塞的曼谷城中細品車水馬龍；也會在傳統市場或是市集中與小販比手畫腳講價，即使說著完全不同的語言，即便是在陌生的國度，依舊感受到這座城市富有生命力的脈動。

最喜歡的生活情境莫過於探訪當地市場，看小販兜售著各式蔬果，有許多都是在台灣未曾見過的種類，有趣的發現是當地人喜歡吃水果時沾上

混有辣椒粉的鹽巴，鹹鹹辣辣中帶出水果的香甜，非常特別的口味。也喜歡品嚐當地特色點心，有混合椰奶、聰與玉米的泰式章魚燒，也有春捲皮包裹著如龍鬚糖般糖絲的糖絲春捲，還有包裹甜蛋絲的泰式煎餅；再次想到仍舊是垂涎三尺，果然，吃是最快且最好認識當地文化的方式，待在泰國的時間裡，各式美食與甜點輪番上陣，搭配濃厚泰國風情的泰奶與香蘭糕，五臟廟完整的體驗了泰式熱情。

除了曼谷，我們也到訪周邊的其他城市，像是充滿歷史文化色彩的大城，各種寺廟與佛像在無聲訴說當年曾經的繁華與戰爭的無情。或是戰爭後遺留下來的桂河大橋，至今仍在運行中的死亡鐵道，依舊守在崗位上安靜哀悼當年逝去的生命；實習的最後，也去了清邁，一座慵懶確保有特色的小鎮，走在街道上，時間彷彿沒有留下足跡，小鎮依舊是那麼寧靜美好。

短暫的在泰國停留，吃過、看過、體驗過這國家豐富的文化，與佛教息息相關的國家四處皆廟，人們知足和善，食物充滿熱帶的奔放與熱情，整個城市包容外來文化同時兼容出自己的特色，一切是那麼強烈特殊，猶如一杯泰式奶茶的橘紅，深深刻印在記憶中。





(左圖：當地市場蔬菜攤。中：大皇宮一隅 右：泰國七大奇景-大城瑪哈泰寺 樹中佛陀)

## 五. 國外實習之具體效益

1. 了解泰國物理治療與台灣物理治療之差異
2. 專業技能提升：包含高級儀器操作、參與特別門診、評估治療手法等，增進臨床技巧與應用能力，提升專業技能
3. 跨國文化交流：深入體驗泰國文化與醫療體系，增進語言溝通技巧與交流，學習在異國文化中進行醫療服務，並尊重不同的文化
4. 拓展國際觀與開拓視野：文化交流並參與當地醫療，參與社區物理治療以及居家物理治療，完整對於泰國物理治療視野
5. 增進人文關懷：與當地師長及病患互動，也深入參與社區活動，建立良好關係與交流

6. 提升問題解決能力與團隊合作精神：與夥伴討論制定治療計畫，異國生活中相互協助，團隊合作解決問題

## 六. 感想與建議

本次很幸運能夠參與計劃前往泰國進行為期一個月的海外實習，能夠在沒有後顧之憂的情況下到當地交流體驗，是非常難能可貴的機會，隨著年級越高，越了解到物理治療在當今世界的進步與變化，也更想了解物理治療在各國的可能性，本次前往泰國，與當地師長、病患、治療師學習，學習到不僅有臨床知識，也了解到各國對於物理治療專業的思維模式，在一個月的生活中體驗到了泰國豐富的文化底蘊，更深刻認識到當地人們的熱情和善，總結來說，是一次非常難忘且珍貴的機會，也感謝此項計畫中所有協助我們的工作人員們，也期盼這次的交流實習所分享的經驗能夠為物理治療交流付出一點點貢獻。