學海築夢學生出國實習心得報告

獲補助年度	109年度
薦送學校、系所、年級	國立臺北護理健康大學 護理系 二年級
中文姓名	邱敏媁
國外實習國家(含城市)	Clifton · Brisbane
國外實習機構	Clifton Community Health Services
	University of Queensland
短片時間及標題	3:29 https://www.youtube.com/watch?v=7DCdfR8zZqA
	2023學海築夢-澳洲布里斯本■-國立臺北護理健康大學

一、 緣起

從小學習護理的過程中,便了解到護理為世界所需的人才專業。北護有多元的國際交流管道與活動,因此在五專畢業後升學選擇就讀國北護。這幾年疫情剝奪了許多學生出國學習的機會,很幸運地今年國門再度開放,能夠作為重啟國際橋樑及新計畫的第一批學生。

過去護理實習經驗中發現,國內護理環境存在許多需要長期努力的議題。每年 畢業的護理學生不少,但護理人力供不應求。隨著年紀成長思想逐漸成熟,在我這 短暫的護理生涯中更逐漸意識到,國內栽培多年的護理人力流失,對於我們引以為 傲的台灣醫療品質,是一大難以修補的缺口,非常可惜。

觀察那些以優良待遇及制度迎接護理人員的國家,是否有我們值得學習的例子?澳洲醫療環境友善制度完整,是許多護理人的夢想之地。即使短期內無法改變國內大環境制度,但也許澳洲的護理工作觀念及策略,落實在個人的專業態度,也能夠運用於我們日後的護理工作,因此希望能百聞不如一見實際走訪,運用所學於正面影響。

二、 國外實習機構簡介

Clifton Community Health Services為一複合式社區型照護機構,包含亞急性醫院、護理之家、老人公寓(Nirvana)、Medical practice及失智照護中心(Sunflower),醫療人員均有專業證照,並且擁有高水平的管理流程及持續的品質管理。Clifton Community Health Services擁有60個老人公寓式套房,以及40個護理之家式床位。所有的Clifton居民會受到相同等級的情感支持及足各的娛樂社交活動。Clifton Community Hospital以專業、友善及優良的照護環境為名,他們提供理想的環境給長者,使長者能有獨立且享受所有的支持與服務。

澳洲昆士蘭大學(The University of Queensland,簡稱UQ)建立於1909年,位於澳洲昆士蘭州首府布里斯本,是一所享譽國際的公立綜合性大學,也是昆士蘭州的第一所大學。作為澳洲八大名校之一,昆士蘭大學在國際主流大學排名中常穩居前50位。主校區位於布里斯本市中心的St. Lucia大學城區,佔地超過114公頃,距離市中心僅7公里。此外,大學還擁有三個主要校區,以及超過40個不同類型的研究中心、學院、觀測站和研究站。

昆士蘭大學以其嚴謹的學術氛圍和卓越的校友網絡而聞名,校內許多傑出校友 在各行各業有著卓越的成就。大學積極參與國際學術界的合作和交流,並在校內設 立多個國家級的研究中心,特別以分子生物學和奈米科技領域的研究享有盛譽。

三、 國外實習企業或機構之學習心得

Clifton Community Health Services:

澳洲護理臨床主要有Registered Nurse(RN)、Enrolled Nurse(EN)及Assistant in Nursing(AIN)共同照護病人。RN需要完成三年的護理課程,而EN則需完成兩年文憑。在實習過程中發現,RN與EN最大的工作差異為RN可獨立完成醫療作業,而EN執行管制藥物時必須在RN的監督下完成。在Clifton的護理之家主要都是EN當班,在醫院是RN當班,還有很多的AIN協助病人及住民一般生理需求。另外,在Medical practice的治療室主要是EN負責,可以執行注射、換藥等工作。澳洲並不會認為RN跟EN有地位差異,因為各自負責的內容不同,RN、EN及AIN彼此會互相幫忙,有很好的團隊合作氣氛一起照顧病人,EN與AIN也有相當高的獨立性,醫師很重視護理人員的評估。

所有班別一開始都會先有15分鐘左右交班,然後點藥核對,接著當班護理師會探視病人給當時段的藥物,跟台灣護理師工作流程沒有太大差異。工作人員很尊重病人生活作息,小夜班睡前發藥時間,有時彈性配合住民,尤其是在老人公寓及失智照護中心,幾乎都會配合住民習慣執行護理。澳洲Agency nurse(中介護士)的制度普遍,大部分的Agency nurse很好,但少部分會漏掉例行工作或是有紀錄缺失,這時當班就必須完成上一班未完成的工作,這也逐漸成為RN或EN基本工作內容的一部份。此外,澳洲著名的Morning tea、Afternoon tea習慣,竟然是真的!難以想像像在台灣護理人員連正餐時間都不夠,何況坐著休息;但是澳洲人相當重視工作時的心情跟狀態,時間到一定會坐下來喝杯咖啡吃點心,彼此也會提醒休息。





總結以上發現,我們在台灣護理師受的護理教育皆是RN水準,但確花費許多時間在執行澳洲的AIN所負責的工作;既使臨床上有看護、家屬也有護佐一同照顧病人,但護佐的人力也相當缺乏,沒有系統性地提供生理照護,但事實上這些是最花時間的也是最基本的。另外,澳洲醫療專業人員相當有耐心,無論是對病人或是居民,只要沒有危急狀況,工作中花時間陪伴、聊天及會談相當普遍;而在台灣臨床場景,除了精神科,很少能見到護理師坐下來與病人會談,或是傾聽病人的需求。事實上,關懷是我們的基本能力,尤其是護理養成過程中非常重視的素養,但在真正臨床工作中,無論因爲常規業務、執行治療或是高壓的醫療環境,有時醫療專業人員的關懷能力也隨著年資增加逐漸遺失。

除了上述的差異外,醫療資訊平台也值得一提。台灣的醫療系統非常值得驕傲,在澳洲醫師們使用MediHealth作為醫療系統,但覆蓋率較差,有些人會注重隱私而不同意自己的醫療資訊上傳,可能造成重複用藥,若有不同醫師診療則必須印

出藥單、攜帶處方以完成機構間的溝通。在澳洲Clifton也注意到,醫師與護理師的資訊並沒有同步,以人工達成同步上花費許多時間處理紙本業務。醫師與護理師查房後,醫師自己完成病程紀錄,護理師也需要在護理系統上將紀錄完成;若醫師有開立藥物,則必須傳真到藥局,藥局才會送藥過來,紙本醫療業務較為麻煩。

<u>University of Queensland</u>:

在昆士蘭大學的課程觀察中,也發現與台灣護理教育有許多差異,尤其是在教學方式與批判思考方面。澳洲的護理課程除了學理知識外,使用大量的討論、案例分析為教學,學生需要在課外主動學習教材,在課間則以討論或教授引導思考問題為主。此外,「臨床交班」時常讓所有護理新人嚇得措手不及,澳洲在基護課程便納入交班,讓學生在早期便認識交班並應用;台灣的護理課程並未將交班納入,大多是在高階護理或是臨床實習才會接觸,我認為將交班納入課程,或是早期接觸是相當重要且值得的,能夠避免實習時的緊張,步入職場也能更有系統地完成工作。

在台灣,以我專科體系出身的經驗,護專時期的課程為講授法並以準備考試為 導向,有大量的實習時數,之後通過護理師國考;來到二技時期,年紀增長知識成熟,專業核心課程則以問題討論為主軸,學生能發展更多批判性思考。

比較兩者異同之處,澳洲護理師證照為畢業取得,護理專業課程相對彈性,但 也會顧及學理知識;而台灣在取得學位後,須參加護理師國家考試才有護理師資 格。兩國成為護理師的方式不同,目的不同因此課程設計不同,各有利弊。另外也 發現護理實習無論在哪都一樣辛苦,澳洲的實習也需要完成大量的報告,但是有些 城市的護生為有薪實習,並慢慢發展有薪制度。台灣的護理實習艱辛程度眾所皆 知,相當多的學生在實習期間休學,但也有很多學生在實習過程中獲得成就感,更 多學生在實習中認識護理並成長。

台灣護理師國考的考題近年也逐漸加長題幹、減少題目,題型情境化確實是國際間的趨勢,美國、加拿大的護理師考試NCLEX-RN今年也推出新制NGN(Next Generation NCLEX),可見轉換情境式題型是必要的改變,讓護理師取得證照進入臨床工作時能夠真正運用知識在工作中。不過台灣護理課程的架構與學習模式,依然是以課堂大量的學理講授、準備考試為導向。若我們要以國考作為護理師資格的篩選,也許我們的課程設計與學生學習方式,並未跟上國考題目改變的速度。在護理人力方面若單純以考照率論定,而不考慮職場環境及政策因素,事實上並不意外期待與結果發生落差。









四、 國外實習之生活體驗

澳洲的天氣與台灣相反,8月正是冬天,而北邊的Brisbane氣候最宜人,Clifton不靠海所以最冷。在實習行程外,我們也去到Gold Coast一睹金色的沙灘感受度假氣氛,天氣像海島國家,也到Sydney旅遊,確實越往南邊可以感受到氣溫變冷。

以往學習英文時,知道澳洲有「澳洲口音」,但到了澳洲才真的發現,澳洲口音原來是這樣!其實每個地方幾乎都有亞洲臉孔,甚至是中文、台語,還有印度人也不少,印度口音的英文也不太習慣。也藉此發現以往學習英語的過程,幾乎是以美式、英式口音為主,但是英文學習最主要在於溝通了解彼此的訊息最重要。對我而言,聽力、閱讀的考試不成問題,但是僅限於考試型的英文,我還缺乏日常型的英語敏感度,此外在表達時,有限的詞彙量無法支持我大量的想法,有時無法精準表達想表達的意思,著實可惜。

去澳洲之前原本以為澳洲物價,就是普通國外物價的「貴」,結果沒想到是「真的貴」,交通、食物的開銷,讓人必須學會下廚跟熱愛走路。澳洲有很多自然景觀,在Brisbane我們去了Mount Coot-tha以及Walkabout creek,在Sydney我們去了著名的藍山國家公園,都是很難忘的旅程。在Clifton時,機構的工作人員帶我們去Toowoomba的Queen's Garden,發現澳洲人週末一定會有運動的元素,待在澳洲這個月,正逢澳洲舉辦女子足球世界盃,澳洲隊也踢進前四強,四處都是足球廣告,我們也去FIFA的Fan Festival看了足球賽直播,感受現場一起為澳洲加油的氣氛,是很難得的體驗。





五、 國外實習之具體效益

- 1. 拓展展國際視野:澳洲是移民大國,許多來自各國的文化在此交會,學會 用開放的心態勇敢嘗試,並且保持好奇心。澳洲很多連鎖店其實是澳洲移 民過去開的,有很多墨西哥餐廳、泰式餐廳或是日式餐廳。
- 語言技能提升:有很多需要表達想法的機會,藉此練習思考並且用英文表達,即使有時詞不達意,不過基本溝通技巧有進步。

- 3. 了解澳洲護理文化:比較兩國護理差異,了解我國的優勢及劣勢,進而思 考如何運用澳洲工作文化的優點在未來工作上,提升工作品質。
- 4. 了解澳洲大學課程:比較兩國教學差異,學習主動學習的精神,未來即使 畢業,也能學習運用資源增進自我知識提升。
- 跨文化交流:將臺灣文化介紹給澳洲機構及學校,分享台灣歌曲及食物, 為當地住民創造特別的活動體驗。

六、 感想與建議

作為明年即將踏入臨床的護理學生,求學路上建議我們轉換跑道的聲音一直都在,身邊很多同學的夢想更是出國當護理師,台灣護理的困境在這幾年也不斷被放大,在這護理不被看好的時代中選擇了護理,我想,所有人都很不容易。即使如此,我依然以台灣扎實的護理教育及醫療體系為傲,依然支持我們的護理專業值得被更好地對待,更認為身為台灣人是很幸福的事。當然,選擇是個人的,從澳洲學校及臨床的角度觀察,也不難理解為什麼這麼多人選擇到澳洲當護理師。這次旅程中,我們受到很多幫助以及超乎預期的待遇,包含對待學生的方式,相當重視我們的感受,不只是學生,而是對病人、住民甚至護理師也一樣,能尊重差異並重視個人的需求。

建議方面,希望日後學生到大學能有更多機會與當地學生交流,雖然亞洲學生在並不稀奇,但大家的生長環境與教育的形式不同,希望能有更多交流深入了解。