

四川之旅實習報告

院校：香港高等科技教育學院 (THEi)

實習單位：成都沙河堡醫院 (中山華僑醫院)

實習日期：6 月 24 日 - 7 月 24 日

姓名: 劉穎斯

在二零一五年六月二十四日,我參加了一個實習計劃,要到中國四川實習為期一個月。這一個月裡,我們都經歷了很多事情,有著很多共同美好而珍貴的回憶。

到達四川後,我們被安排到一所醫院實習—中山華僑醫院。可是,到步三天後,我不幸地因為水土不服而生病了,不斷腹瀉,難受極了。同行的同學們和護士長們都很照顧我,安排病房給我休息,又買晚餐給我,我感到無比的溫暖。

在醫院裡,護士長們及護士們都對我們很好,很友善。而且還教了很多護理操作給我們練習,例如:打點滴,抽血,量血壓,測血糖,基本中醫推拿理論和使用霧化機等。我們都很認真去學習,還抄錄了很多筆記。

在假日裡,我們都約了一些護士外出遊玩,我們吃火鍋,逛商場和看電影,十分難忘。如果有機會,我一定會再去。





姓名: 黃澤義

四川和香港同樣是大城市，四川的環境卻相比香港更為舒適，氣溫不熱不寒更有著涼風吹送，而周遭環境更散發一份獨有的大自然氣息，成為了四川成都人慢生活的重要條件。飲食方面，成都人的熱情好客，各種香麻甘辣都為我帶來一種和睦而親切的感受，讓人與人之間能經過「食」有更直接而進一步的交流。

醫院實習間，我學到了病人的護理和病房內的日常工作，例如為病人打針，抽血，注射胰島素，靜脈注射（留置針及一次性針），測血糖，測體溫，測血壓，量度眼壓，眼睛近視，遠視及散光，病人入院文書工作，整理及鋪設病床，記錄及整理病區報告，記錄及整理病人病歷，設立及齊備急救車，病人點滴瓶的配藥及調配，護士排班，醫院部分行政管理。



姓名：馮逸嵐

在前往四川實習前，「護理工作」對我來說從來都只是紙上談兵的東西，所有的知識和臨床操作都只是印在筆記上的文字，我只需要背誦便能在考試中取得好成績。因此，自滿的心情令我開始看輕了這份工作。

一個月前，在老師的建議下，我參加這個四川的實習計劃，而我們實習的單位便是「中山華僑醫院」。在剛開始實習的頭幾天，我仍然是很自滿地相信着自己是可以輕易地應付這份工作，然而，在醫院護士的指導及糾正下，我才發現自己的所謂「知識」是如此地渺小，原來自己在書本上學到的理論，與實際上的操作是完全不同的。而且，在觀察每位護士工作的時候，我才發現原來自己一直缺乏了一樣在護理工作上最重要的東西，這便是「對病人的心」，作為一個護理人員，最重要的是抱着一顆愛護病人的心，為病人設想，讓他們能夠早日康復。經過一個月的實習後，徹底讓我重新認識「護理」這份專業，亦讓我能夠實際地操作各種病人護理的技巧，我對於四川此行絕對無憾無悔。

另外，在工作的背後，這此四川之旅亦是我第一次最長時間離家獨自生活。在前往四川前，我的生活完全是由父母照顧的，無論是洗衣服，煮食，打掃地方都不需要我做的。但在四川的生活中，我再也不能依靠我的父母，所以以上的東西我也需要自己處理。在開始的時候，我當然是十分不習慣，還日夜想着要快點回到香港，但經過一個月四川生活，所遇到的人和事，以及和同學在宿舍生活的美好時光，如果現在再有機會回到四川，我會毫不猶豫地選擇再次前往。





姓名：陳穎恩

四川 —— 一個風光如畫和富有民間特色的地區，它吸引的地方多不勝數。都江堰，洛帶古鎮和三星堆，我們都會略聽一二。今年我並非只是從別人口中聽聞四川的風光，我更有幸來到這個地方實地考察，進行為期一個月的實習並體驗一下當地生活。在是次的行程中，我主要是到中山華僑醫院進行實習。在實習的過程中，我被分派到外科、眼科、名醫館和內科工作。在剛開始的時候，我並不熟習護士們的工作。幸好，護士們都很有耐心，願意把她們所學的傳授給我，我才可以順利在各個科室完成各項的工作。這次的實習豐富了我的人生也為我帶來新的知識。除了工作方面，我在這次旅程當中也參觀了不少的名勝。除了欣賞到青城山的宏偉外，也見識到都江堰的氣勢。這次的四川之行是十分值得的，充份體現到讀萬卷書不如行萬里路的道理。



姓名: 陳灝進

工作體驗

在醫院中，我曾被編到兩個部門實習，分別是名醫館及內科。

在名醫館中，我親身體會及學到了推拿以及針灸，明白了當中保健及治療的原理。



在學習的過程中，我和導師互相交流，我學習到不同技巧和手法，將來希望能夠學以致用，幫助家人。





(病人接受治療的情況。)

另外，在內科實習的日子，我深深體會到中西醫臨床治療的不同以及內地醫院與香港醫院的不同。

內地的西醫主要以輸液為主要治療方案，所以在內科的每個早上，我們都要為病人輸液。跟香港不同，香港的醫院可能會有不同治療方式，例如以口服藥和注射藥物為主。

在工作過程中，護士們非常友善，樂於指導我們，又對香港非常有興趣，我們無論在公在私都有很多的交流。我們試過一起吃飯，去 ktv 唱歌，這些都是十分難忘的回憶。



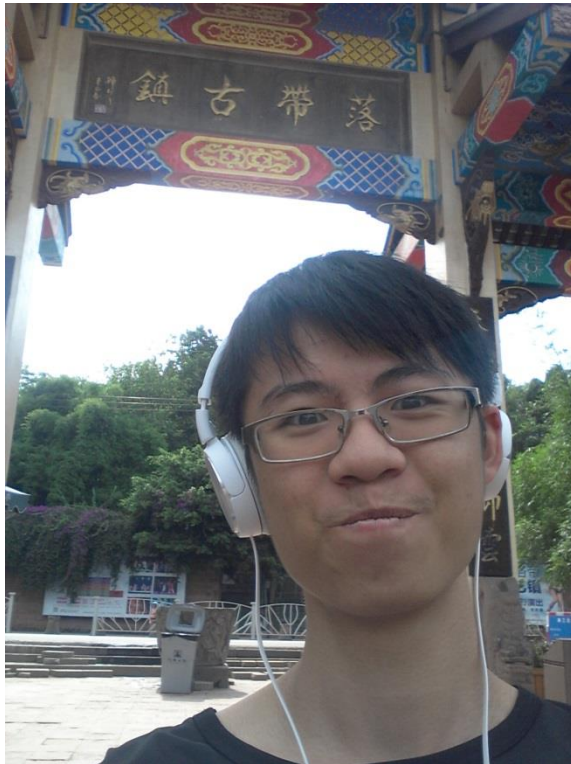
(在內科藥房配藥)



(與護士合影)

生活體驗

在成都的一個月，最令我深刻的是那邊生活的步伐。
在那邊的生活十分舒服，人口密度又低一些，沒有擁擠的感覺。
另外，在安排中到過的旅遊景點都是十分值得去的，風景優美，令我從未去過外地旅行的人大開眼界。







非常今次安排實習的老師領導們，希望下年能夠再到四川一趟！

姓名：鍾倩婷

二零一五年六月二十四日，我和同學一團人出發前往四川成都，展開為期一個月的實習生活。

我們住的地方是四川長江職業學院的「香江之家」，裡面的生活用品齊全，而每天工作遊玩後都會很累，也顧不上床鋪是否舒適，總之我一躺上去就馬上睡著直到鬧鐘響了。

今次實習的地方是中山華僑醫院，又名成都沙河堡醫院，是一所以眼科為龍頭的綜合性醫院。我實習過的專科為內科、外科、急診科和眼科。在這些科室裡，我學到很多臨床操作技巧，大部份的臨床操作也能得到實踐的機會，包括更換及整理床單、生命體徵量度、靜脈輸液、血糖測試、皮內敏感測試和配藥。護士老師們亦教導我們要多為病人著想，要有良好有效的溝通和理解。我也從中明白到醫護人員不能感到慌亂和害怕，只要是為病人好的，就不會膽怯了。





姓名：朱穎儀

工作見聞

在四川成都實習的地點是中山華僑醫院，這是一所歷史悠久的綜合性醫院，其眼科部門更因白內障手術計劃，幫助很多長者重見光明而著名的。

剛開始的兩三天都是「只觀察，不操作」的模式為主，原因是我們還未熟習環境及工作技巧，而且有些技巧未曾在課堂上學過，所以護理部主任讓我們跟隨護士姐姐工作，叫我們先「多聽、多看、多發問」。院方之後更安排多次的操作培訓給我們，包括鋪床、靜脈輸液、肌肉注射、測血糖等，讓我們有更多機會學習和練習。而且，院方還安排了課堂，例如病人入院如何處理、營養議題，更舉辦了兩場中醫醫學講課，令我們除了可以學習和熟習臨床的醫療技巧，還可以學到多元化的新知識。

因此，我曾在急診科、內科、外科和眼科實習，都是跟隨護士工作，曾與她們一起鋪床，讓住院病人有乾淨的病床使用；亦曾一個人在同一時段分別替四位長者測量體溫、血壓、脈搏、呼吸次數及體重，一面用普通話與他們溝通及解釋，一面測量及紀錄數據，之後將數據交給填寫入院文件的護士，我深深明白護士們的辛勞；更曾嘗試在她們陪同及指導下，親自替病人進行靜脈輸液治療（調藥、插針、添藥和拔針），真正明白及體驗什麼是無菌處理步驟（如消毒皮膚的方法、握針/針筒的手法）、三查八對（香港多數是三查五對）、與病人有清晰的溝通技巧等等，真是獲益良多！



生活體驗

住宿：

由香港來的大學生，都是住在位於四川長江職業學院的「香江之家」宿舍。那裡完全迎合香港人的生活模式，包括坐廁、空調，所以沒有不便的地方。而且每層設有兩部洗衣機，不用我們下班梳洗後，還要用手洗衣服和弄乾衣服。

食：

來成都之前常聽川菜以辣、重味為主，害怕這個月會餓壞肚皮！誰料這裡是美食天堂，例如巴蜀火鍋、麻婆豆腐、土豆燒排骨、拌涼菜、多款蓋飯（類似香港的「碟頭飯」）、多款豆湯飯（類似泡飯）、麵類（如排骨、餛飩）、成都老酸奶等，大飽口腹！我比以前更能吃辣的，哈哈！

行：

學院的老師和同學，帶我們去北川災區遺址、北川新縣城，感受大地震的威力、對人民的災害和北川羌族文化。

我們還去了都江堰，見識了偉大的水利工程，以及爬上青城山、參觀大熊貓繁殖基地、四川博物館和廣漢三星堆博物館，亦去過寬窄巷子看川劇，了解到古代蜀國至現今的四川獨有文化。

我和朋友們也去了春熙路及寬窄巷子逛街，還參觀了金沙遺址博物館。

交通配套尚算方便，「天府通」（像香港的八達通）可用於地鐵和公交車，有利自行出外旅遊。



姓名：陳凱婷

為期一個月的四川實習之旅眨眼結束，但經歷過的卻是畢生難忘。

這次實習的地方是中山華僑醫院（成都沙河堡醫院）。在首個星期，我們甚麼都不懂，只是在觀察護士們工作，沒有實際操作。院方在每天下午都會跟我們上課，教導我們在醫院要留意的事情，又會教導我們一些實質的工作或操作，例如：靜脈輸液、超聲霧化等專業知識和技能。經過每天下午的課堂和實際練習後，對不同知識和技能也有基本的認識。從首個星期甚麼都不懂，到後來自己去操作和實踐也是對自己的鼓勵和肯定。

我們都期待星期六、日的來臨，因為不用上班，可以不用早起床。學校的老師在首兩個星期都會為我們安排參觀活動，了解四川的文化和歷史，例如：在都江堰看到了著名的魚嘴和索橋、在北川看到了 5.12 大地震的災區遺址、在寬窄巷子看了川劇表演等。隨後兩個星期的週末，我們便自行安排活動。我們去了醫院護士們推介的春熙路、去了錦里吃了地道小食等。



姓名：陳曉欣

在六月廿四日至七月廿四日期間，我到了四川成都中山華僑醫院實習，公作內容包括照顧病人、整理病房、配藥、處理病房文書工作、辦理出入院手續、給病人測量生命體征及血糖等等。

在這段時間，我到過不同的科室實習，其中包括內科、外科、急診科和眼科。每個科室裡的所見所聞都各有不同，令我們認識更多不同的病症和各種情況的應變措施，亦讓我們把書本上的知識應用出來，使我們不會局限於紙上談兵的框架上，實在令我大開眼思亦獲益良多。同時，實習亦讓我從事醫護界的決心更意志堅定，因為實習期間令我明白醫護人員的價值和意義，當上醫護人員，著重的不僅僅是可觀的薪金，而是一份堅定不移的信念和神聖的使命。

同時，護士們對我們非常和藹可親，亦循循善誘教我們各方面的知識和技能，我們的關係可說是亦師亦友。

來到成都，我亦體驗到當地人的生活和認識到他們的文化，他們的生活步伐比較慢而輕鬆，風氣亦純樸簡單。

實習照片



個人活動照片



姓名：廖嘉慧

短短一個月在中山華僑醫院的實習和體驗，感受到了院內各醫生護士對我們的關愛和熱情，感激他們願意無私的教導，細心地分享他們在公在私上不同的經驗。他們使我能從中學習不少四川的本土風俗和生活文化，四川成都確是一個人潔地靈的地方。實習中我由不同的護士去帶領着我實際操作和照顧病人，眼看病人從我們醫護團隊的照料中一個一個康復出院，令我明白投身醫護界是多麼有意義的工作。從今，我定能好好學習，使自己不斷進步，達成自己工作上的新目標。



人在異鄉，難免有不適應的時候，友人的互相支持和陪伴，是使大家能愉快在成都生活的必要元素。每天早上六時一起堅持上班，下班時帶着疲累身軀一起乘着巴士回宿舍，放假時一起懷着旅遊心態暢遊四川。一個月的樂與苦，會成為大家美好的回憶，在不久的將來再回憶時，定會感激友人在青春時留下如止美好的快樂、溫馨時光。

A wooden table is set with three main dishes. On the left is a white oval bowl filled with a rich, reddish-brown braised meat and potato dish, garnished with green peppers. In the center is a round, shallow plate containing a stir-fried tofu dish with a dark, spicy-looking sauce and green onions. On the right is a white bowl of vegetable soup, featuring green beans, sliced lotus root, and other vegetables in a light broth. Surrounding these are several smaller items: a white bowl with a spoon, a small white bowl of light green dipping sauce, a glass of water, and chopsticks resting on white plates. The background shows a person wearing a green shirt.



天氣雖熱,幸好天上一
直有烏雲,感覺才涼快些

論工作,在溫度 30 度或以上的日子中,披上一件醫生大袍,戴上一頂護士帽,在一間沒有開空調的醫院裡工作,熱,時刻都陪伴在身邊。但它沒有擊退我對醫療護理的熱情,反而燃燒了我要做好這份工的決心。剛開始時,我站在老師們身旁觀察她們的一舉一動,更周不時向她們提問。幸好,她們非常有耐心,由如何接收病人到

打留置針,全部一絲不紊地向我解釋,讓我學會更多。為病人扎針是一件高風險的事。因失敗代表病人要再次忍痛,接受第二次的扎針。嚴重者更會引致靜脈炎。因此,在操作前,我特別緊張,害怕會失敗。但老師卻不斷給我鼓勵和示範。終於,我成功了。她們給我的肯定成為了我自信的來源。因此,感謝她們對我的關懷和幫助。希望下次她們來香港,我能成為她們的導遊,以表地主之誼。



練習測血糖時,以自己的手指作為試驗品。



我和其他老師們亦師亦友,感情深厚。



閒時,我會在病房外和醫生辦公室內閱讀醫護人員的工作守則和病情的源由和預防方法等的告示版,一邊休息,一邊學習。圖中,我正在閱讀青光眼的成因和預防。



姓名：黃子涵

成都市是中國開發最早、持續繁榮時間最長的城市之一，從夏朝開始已經有文獻和古跡證明其輝煌的歷史價值，我有幸能在這有數千年的城市實習一個月，實在十分榮幸。

我實習的單位是一家以眼科和中醫聞名的醫院。在這一個月中，我分別在眼科，中醫科和內科實習，收穫甚多。不單止給予我機會把課堂上的理論知識技術學以致用，實習單位的護士和醫生們更耐心手把手的把他們多年來所累計的經驗技巧教導我們，可謂是勞苦功高。我對他們的感激難以用筆墨來形容，在工作上，他們毫不吝嗇地向我介紹不同崗位的工作和責任，小至病床的鋪法，大至手術室的流程運作都毫無保留地傳授給我。而四川長江學院則在我們的日常生活上提供了無微不至的關照，該校同學們都十分熱情，只要我們遇上任何生活上的困難，他們都會發自內心地伸出援手，假日時還抽出他們寶貴的時間帶我們遊歷名川古跡，充當我們的導遊，建立起無可取代的羈絆。

成都人的熱情，成都景的秀麗，成都史的悠久，我都在這一個月中深深地體會到了，相信就算過了數十年後，這一段經歷也是如此清晰耀眼。我會把這次的實習經驗化為我的食糧，成為學術之路上的基石，讓我踏上求學的新里程。





姓名：李琦

當初還未到達成都的時候，對所有事物都只抱著未知的態度，對即將發生的事也沒有太大期待，心裡認為應該除了工作，餘下的還是工作。

六月二十四日當天，經過兩個小時的延遲及兩個多小時的航程，我們終於到了成都這個陌生的地方。一到埗，四川長江職業學院的同學已經在機場迎接我們。他們並沒有因等待帶來一絲怨言，相反，他們十分熱情地招待我們，讓我們卸下不少擔憂。

在成都沙河堡醫院實習的二十多天都十分充實，我們一行十三人分成幾組，每組有兩三個同學分別在不同科室工作，我分別到過內科、外科及眼科了解護士們的工作。在這段日子學到了輸液、配藥、換藥、測量生命體徵、接收病人和記錄病人資料等工作。最大的困難應該會是與病人的溝通，因為他們大多都只會講四川話，但我們沒有因語言而感到氣餒，反而從中學懂了少許四川話呢！

而護士們、學校的老師和同學也待我們很好，帶我們去不同景點參觀，亦會介紹我們到不同地方逛逛。一個月的時間不長也不短，與同學們的相處也因這次旅程熟稔了很多，我想除了豐富了知識外，最大的得著莫過於加深了的友誼！



