

台灣醫學生聯合會

研究交換計畫 成果報告書

交換地點：義大利 杜林

交換學生：長庚醫學 吳晟瑋

目錄

交換基本資訊.....	3
一、 動機.....	4
二、 準備.....	4
(一) 交換計畫甄選.....	4
(二) 出國文件準備.....	4
(三) 機票.....	4
三、 交換地點介紹.....	4
四、 實驗室.....	5
(一) 實驗室概況.....	5
(二) 研究內容.....	5
五、 醫院.....	5
六、 當地生活.....	5
(一) 住宿.....	5
(二) 飲食.....	5
(三) 交通.....	6
(四) 物價.....	6
(五) 氣候.....	7
(六) 通訊.....	7
(七) 安全.....	7
七、 休閒娛樂.....	7
(一) Social Program	7
(二) Weekends	7
八、 接待人員.....	7
九、 建議.....	8
十、 總結.....	8

交換基本資訊

學生姓名	吳晟瑋
學校與系級	長庚大學醫學系五年級
交換日期	2014/7/2-2014/7/25
交換國家	義大利 (Italy)
交換城市	杜林 (Turin)
交換大學	University of Turin
交換實驗部門	Immunology
實驗室工作時間	9:30-17:00
住宿	義大利當地學生提供空房住宿 每個人情況都不相同
膳食	自行處理
交通	主要搭地鐵，可買週票或月票
Pocket Money	一人 100 歐元
Social Program	有
Contact Person	一對多
交換學生數量	14 人 (包含 SCORE 及 SCOPE)

一、動機

一直很希望能夠在大學的時間裡，能夠更加的拓展自己的視野。能有這次出國的機會真的很高興。之前在網路上看到學長姐們分享的照片，家聚時也會聽到學長姐們講述自己出國的經驗，總是令人羨慕不已。所以打算把這次出國當做一個見識國外不同文化、不同學習環境的好機會，同時也做為一路學習以來給自己的鼓勵。我在學校參與實驗室的期間，常常會幫老師和國外的學者們通信，加上老師也會分享一些國外實驗室的經驗，因此加深我想出國的意願。在這向老師和學長姐們學習的兩年多中，自己也慢慢從完全不會的菜鳥，變成可以帶領新進的學弟妹做實驗的學長姐了。因此這次我才會選擇申請 SCORE 作為我出國的方式。

自己本身從未去過歐洲，選擇義大利是因為聽過成果發表會覺得義大利最吸引我，再加上去過的朋友也說義大利像是歐洲的台灣，所以才會選擇義大利做為交換國家。

二、準備

(一)交換計畫甄選

在校內經過中、英文口試以及書面資料審查後，會根據最後甄選總成績排出名次，而每個入選的學生會排出自己的國家志願序。各校交換官會在全國會議中以抽籤選出國家，再和其他學校交換官協商，以盡量滿足各校學生的國家志願序。

(二)出國文件準備

確定交換國家後，就要開始準備相關文件。義大利需要的有：

1. 護照：有效期限六個月以上，不須額外簽證。男生未服役前護照有效期限短，要早點確認
2. 語言證明：我使用全民英檢中高級證書，沒有時效限制
3. 入學證明：向學校申請
4. 成績單：同上
5. 推薦信：我找待過的實驗室教授幫忙，盡量早點積極聯絡
6. 健康保險證明：上健保局網站填寫表格，會免費寄到家中
7. B 型肝炎注射疫苗證明：我到長庚醫院直接請醫師開證明

(三)機票

學校今年不代訂，請學生自行處理再報帳核銷。我是直接請旅行社購買，這也是學校最接受的方式。去程我買在德國法蘭克福轉機飛杜林的機票，回程自己私人行程最後在羅馬結束，所以買羅馬回桃園的機票。

三、交換地點介紹

杜林 Turin/Torino

杜林是義大利西北部皮埃蒙特區 Piemonte 的首府，人口約 91 萬人。

這座城市有很多寬敞的道路和美麗的廣場，以棋盤狀交錯著絕對不用擔心會迷路。寬約 100 公尺的波河流過城市的東邊。通往其他城市的火車主要起始站 **Porta Nuova Station** 在城市中心，非常便利。城市內地鐵重要地點皆有設站，和台北捷運十分相似。杜林的廣場非常多，是約朋友見面或作為路標的好幫手，當地居民生活也常圍繞這些大大小小的廣場。

四、實驗室

(一)實驗室概況

實驗室所有人員都十分友善，大部分都會說英文也願意講解實驗內容、操作技術等。雖然英文程度不見得很好，可是都很有耐心願意不斷重複讓我理解。教授由於本身也是醫生，所以也安排我到醫院參觀。所以四周的時間前兩周都在實驗室，後兩周則常去醫院不同部門科別參觀。在實驗室時主要由兩位博士研究生學姐，和一位技師學長指導我。她們和我解釋主要的實驗內容，和許多不同的實驗方法與技術。平常就是在一旁協助並發問，中間有讓我自行設計並操作進行實驗。

(二)研究內容

我們實驗室主要的研究是用 **Ectoenzyme – CD38** 和 **CD157** 做為人類 **leukemia** 和 **solid tumors** 的預後和治療目標。

五、醫院

由於教授之前也是醫生，我非常幸運的在實驗室之外，還有機會去見識當地的醫院狀況。我跟 **SCOPE** 的不同是我每個科都只去一天，而且以內科系為主。去過的有腫瘤科、血液科、內科(義大利內科不像台灣有分次專科)、移植加護病房、小兒腎臟科，另外也有參觀一次神經外科的手術。整體而言醫師們都十分親切，英文也明顯比實驗室的人員好。不過當地的設備其實並不是很現代化，由於想要保護古蹟，醫院建在古老房舍內，想要發展擴建常常碰到難處。

六、當地生活

(一)住宿

據說以往都是住大學宿舍，今年當地的 **LEO** 將我們安排至義大利的學生家住宿，希望我們能更深入體會義大利的生活。我的 **host** 一共有四位，一位醫學生，其他三位皆非醫學生。我的房間還有另一外來自丹麥的交換學生，所以我們一共有六人生活在同一屋簷下。我們平常也常去別的同學家拜訪，所有的 **host** 都很熱情。每位交換學生的住宿點並不相鄰，但基本上都在各地鐵站附近，所以交通還是非常便利。

(二)飲食

1. 三餐

由於是住在學生家裡，可以想見三餐理論上皆是要自己處理。

早餐我都是在超市買了麵包或優格等食物在家裡囤積，每天就吃完早餐再出門前往實驗室。

午餐我們實驗室有一間專門的用餐區，每天中午大家都會一起用餐。義大利午餐時間大約是下午 1-2 點，一開始很不習慣。另外大部分的人都會在家裡自己準備好午餐再帶來加熱，不過我都是直接去外面的小店買回來。

晚餐通常都是配合 **social program** 和大家一起吃飯。其他時間也常常會和幾個要好的同學一起煮東西來吃。晚上用餐時間大約是 7-8 點。

2. 飲水

一般來說大部分都可以直接飲用水龍頭的水，不過大部分的人還是會用帶濾水器的水壺簡單過濾一下再飲用。路上會看到一些 **fountain**，這些也都可以直接飲用，外出遊玩時非常方便。若一定要喝瓶裝水建議買最大罐 1500ml 的，價錢約 1-3 歐不等。

3. 冰淇淋

義大利的冰淇淋玲琅滿目，街上到處可見。主要分成 **milk-base** 和 **water-base** 兩種，視店家不同偶爾會有特別的口味。選擇時分大中小杯裝或是甜筒，隨著越大杯可選擇口味越多，價錢也是以大中小計價。

(三)交通

1. 市內交通

杜林的大眾運輸非常完善，主要以地鐵和公車為主，另外也有地上輕軌列車。地鐵其實就是捷運，內部構造和台灣捷運非常相像，不同點主要是票。義大利是買一張使用一次的票，就可以搭地鐵或公車一次不限距離。所以我都是一次買一週券，這樣一週內地鐵公車都可以不限次數的搭乘。輕軌列車其實很少使用，偶爾要到郊外才會用到。此外有些同學的寄宿家庭有腳踏車可使用，也十分方便。

2. 市外交通

市內最大的火車站-新門車站 **Porta Nuova Station**，是前往其他城市的大門。義大利的火車分很多種，

(四)物價

義大利在歐洲，物價的確算高，若是每天三餐都去餐館解決的話一定吃不消。所以大部分的義大利人都是自己動手準備食物，而這時超級市場，或是每天早上可見的傳統市集都是省錢採買食物的好地方。杜林的超級市場以連鎖的家樂福為主，和台灣十分相近，除了台灣特有的食材之外其他大概都買得到。傳統市集則是攤販自己種的蔬菜水果為主，另外也有一些日常生活用品。若能善加利用這些資源其實物價也還算能接受。

(五)氣候

據當地人說以往整個夏天都是大晴天，今年比較別下雨的日子多了一些。氣溫跟台灣夏天差不多，不過到晚上日落後就不會再覺得熱，睡覺不需開冷氣只要窗戶打開就很舒服。濕度由於是內陸十分乾爽，即使天氣很熱也不會到很不舒服的程度。

(六)通訊

大部分的同學在第一週都陸續辦了義大利當地的門號，正常使用上網通話功能一個月內是很夠的。如果真的用量較大可在一開始就辦較大的門號或是之後再加值。義大利手機公司主要有 TIM、Winds、Vodafone 等 3 家，各有不同的方案可自己找最適合的。我辦了 TIM 一個月方案原本應該是 25 歐，可是 iPhone5 的 SIM 卡要轉所以多收 10 歐。

(七)安全

杜林真的是一個很安全的城市。雖然身為義大利西北第一大城，可是由於觀光客不像羅馬、米蘭其他城市那麼多，所以受外界干擾並不大。我們去時由於夏天白天較長，晚上都要 8 點以後才開始天黑，大概要到 9 點多才會完全暗。義大利的夜生活又十分豐富，即時到了半夜 12 點街上還是燈火通明。自己有次和朋友出去玩到較晚，凌晨 3 點一人走在街上也不覺得危險。

七、休閒娛樂

(一)Social Program

必須要說他們這次 Social Program 真的是準備的非常非常豐富，特別是我們交換期間是他們的期末考月，在這麼忙碌的情況下還能準備這麼充分真的是非常感激。將近一個月我們週一到週五幾乎每天晚上都有不同的活動：體驗當地美食、動手做義大利料理、一起看世足、逛街、酒吧喝酒、舞廳跳舞、河邊慢跑等等，真的每天都非常精彩。常常半夜 12 點才回到家，凌晨 1、2 點到家也是家常便飯。

(二)Weekends

周末這次義大利學生們也是安排了滿滿精彩的活動。第一週我們當地杜林的學生們就邀請全義大利各城市的交換學生來玩，並帶我們參觀杜林的知名景點。第二個周末則是熱內亞的義大利學生發出邀請，所以大部分的學生又換到熱內亞度過一個愉快的週末。第三個週末是自己安排的行程，我和一些其他的交換學生一起相約去米蘭玩。

八、接待人員

他們是將 SCORE 和 SCOPE 所有的交換學生集合在一起(其實也只有我 1 個人是 SCORE)。交換官們 LEO 和 LORE 也是都一起行動，或是有些人有事也可互相支援。他們真的很用心的規劃了我們的活動，交換期間有任何問題也會在第一時間幫我們處理。這次在杜林交換可以這麼順利也能夠留下美好的回憶，真的是非常感謝他們。

九、建議

這次交換前和交換後基本上都沒什麼問題，主要還是出在交換前核銷補助的問題。學妹們都很努力幫我們爭取和傳達意見，但似乎和學校在一開始還是無法達成共識。希望之後能早一點訂下明確的執行方式，讓我們不會到快出國還緊張到不知如何是好。

十、總結

整個看下來我是非常滿意這次的交換的。雖然行前出了一些問題讓大家都很煩躁，不過交換後所換得的回憶讓我們能夠忘記這些不愉快。

義大利原本不是我的第一志願，但是我現在卻很高興我的第一志願沒上，否則就不會有今天的我。在杜林交換的每一天都非常充實，從每天去實驗室或醫院學習，到結束後和朋友們相約出遊，讓我天天睡眠時間不足，卻依舊期待明日的到來。

和義大利學生們的交往讓我充分體會到義大利人的熱情，與其他交換學生的相處經驗更是寶貴。除了結交到非常要好的朋友之外，彼此間分享自己國家情形甚至是個人的人生經驗，都讓我覺得這不是一般人能體會到的。

我真的不知道要怎樣感激我這次的交換經驗，我覺得我真的是非常非常幸運。每天都是一個嶄新的冒險，在一個接一個的激情過後，讓我深深覺得我也是這座城市的一部分。這一個月的交換對我來說已經是無可比擬的一個月了！