

# 馬偕醫學院醫學系系務發展基金

## 學生出國補助

### 心得報告書

姓名： 莊人瑀 年級： 六年級 學號： 110310011

出國時間： 2019/8/30-2019/9/7 出國地點： 巴黎/法國

活動名稱： ESC Congress 2019

贊助來源：醫學系系務發展基金 學生出國補助

#### 一、心得報告 3,000 字：

在學校學習時，我就一直在立強老師的實驗室學習基礎實驗，奠定了一些基本的研究知識，也發現自己對於研究、研究發表都相當有興趣。於是進入臨床之後，我也期許自己能夠找到合適的臨床研究，跟著臨床醫師學習如何為醫學找答案。很幸運地能在臨床實習的同時，遇到許多很不錯的臨床醫師，也願意帶我一起做研究，因此我在離開學校不久就投入下一階段的研究之路。其中林肇鋒醫師剛好是我的臨床導師，也很鼓勵我加入內科，因此讓我加入他的高血脂研究團隊，幫忙做資料歸納與文章撰寫。林醫師是一位很棒的老師，即使自己很忙，也願意花時間與我討論許多研究的想法或是分享自己的經驗，也是林醫師的提議，我才將他臨床上這個有趣的病例撰寫成 case report，並且練習投稿到 ESC congress。這是我第一次進行投稿，投稿的工作比想像中還要複雜許多，因為不是只有把文章寫好就可以，網路上是分成很多部分上傳文字、圖片，因此還要在網路上調整版面、調整字數，還要填寫許多額外的資訊，且一有不好的地方就要重新來過，其實相當麻煩。初次投稿的我，花了至少八小時在上傳這份 case report，好不容易才趕在截止前完成上傳工作。

對於第一次的投稿我並沒有抱持太大的希望，畢竟這是個很大型的活動，老師只跟我說如果上了可以順便去巴黎旅遊，我甚至沒去想活動時間是什麼時候！沒想到在一個多月後，五月底竟然收到了 ESC 的錄取通知，邀請我去巴黎報告這篇 case report，當下只覺得自己可能是沒看懂 email，畢竟怎麼想都覺得不可能。不過一切都是真的。於是剩下的三個多月時間，我努力地精進自己的英文能力，有空就看 TED 演說、聽 BBC 英語，然後每天通勤時間都在看 CNN news，平日實習有時間就去跟心臟科門診，就是希望自己能夠好好表現，不要愧對這個難得的機會。

剛好在前往巴黎的前一個月，先是到台東馬偕心臟科實習，遇到人很好的邱威儒醫師，扎實地教我非常多心臟科知識，也幫我聽我的報告，給我許多很棒的建議；之後又到北馬皮膚科病理中心實習，遇到國外來訓練的 fellow doctor Sandy，兩週都用英文溝通、上課、接待她，精進英文能力，而她也很有熱心地幫我聽報告，幫我修正語言上的一些表達方式。一切的安排都是如此地幸運，才能讓我在出國前將自己準備到極好的狀態，踏上國際的舞台。

會議時間為 2019/8/31-2019/9/4，為期 5 天，而我的報告是在 9/2 早上 8:30-10:00 的 Lipid

session，所以其他時間就到處參加會議的教學講座。五天的會議中有非常多活動，有 poster 的發表及討論、主題性的講座、主題性論壇、clinical case 或是 scientific study 的發表等等，另外也有近年來很重視的數位醫療設展或是一些重要藥物的 trial 發表，約有 30000 人自世界各地前來與會，是個相當大型的活動。在每個活動中都有足夠的時間與來自不同國家的人討論彼此的想法。

在其他參加會議的時間中，我這次主要聚焦的講座是主題性講座，也就是能夠針對一個主題完整介紹其病生理機轉、最新趨勢以及想要關注的議題，可以從基礎醫學出發，對我而言是比較有學習價值的部分。我聽了 HFpEF 的藥物趨勢、高血脂用藥、女性心臟科疾病、肺高壓的案例分享、抗血小板藥物的新進展等等主題，每個主題約 1~2 小時，每天可以從早上上課上到下午六點，連中午都有 lunch meeting session，可以邊吃午餐邊聽講座，是個相當充實且有規模的大型會議。在每個活動中，任何設備都相當齊全，講者在台上的演講或是論壇都可以投影到大螢幕上或甚至場外的螢幕上讓全場觀眾能看見、聽見每個細節，且主持的與會貴賓大多都有厲害的背景，可能是撰寫 guideline 的醫師、教授，或是在這領域極為厲害的專家。每個講者也運用很好的技巧，可能是清楚的圖表、好的譬喻方式，或是一個令人印象深刻的故事，在短暫的時間內傳達最重要的訊息。其中在女性心臟科疾病的論壇中，除了討論心臟科疾病聚焦在女性的各種發生率與預後，同時也提出男性與女性內科醫師在臨床上對待病人的差異，男性本身較理性、決策較果斷，女性則相對溫和、想得比較多，特別在處理女性病人的問題時能更同理地替病人規劃治療方針，同時給予良好的心理輔導，這對我而言是一個很好的啟發，期許自己未來能在 women cardiology 的領域中也投入心力。但我想無論是什麼樣的醫師，都應該抱著善良的心，就如 Hippocrates 說的 “...In every house where I come I will enter only for good of my patients, keeping myself far from all intentional ill-doing...”。

本次會議對我而言最倍感壓力的當然就是我自己的 oral presentation，在國內準備報告時，我找了一些心臟科醫師幫我聽報告，並請他們問我一些問題讓我預演、思考該如何回答，另外我還請皮膚病理中心的外國 fellow doctor 幫我修正語言表達的細節，做了許多準備，因為很擔心去到這樣大型的場合、遇到專業的醫師們，身為醫學生的我可能會招架不住他們的問題。但真正到了當地參加會議，或許是已經準備得差不多了，又或者是在參加其他 sessions 時看到其他講者與觀眾的互動都是那麼輕鬆、開放式，我反倒平靜了下來，覺得或許來這裡最重要的目的就只是把我們的臨床經驗透過一個有趣的 case 告訴大家，其實不需要太擔心自己的表現，而觀眾給予的問題，不會其實也沒什麼關係，因為任何的問題問的都不只是講者，也同時刺激在場所有觀眾的思考，大家共同討論、分享經驗，就是最棒的表現。於是我放下想一直背稿的衝動，決定多多參加各式各樣的會議活動，給了自己很充實的學習。然後終於輪到我報告時，這可能是我這輩子上台演說最不緊張的一次，所有的一切都在掌握之中，我也能夠好好將我想呈現的一切告訴觀眾，甚至連原來設想好的表情跟情緒都可以順利加入報告當中，對我而言是相當完整且成功的一次報告。報告結束後，在同一個 session 同樣報告 familial hypercholesterolemia 的講者還與我聊了起來，互相分享自己 case 當中遇到的問題，原來這不僅僅是出國報告而已，而是真的能夠認識許多國外厲害的醫師們，與大家交流的會議。

我很慶幸自己能有這樣的機會來到 ESC congress 2019 報告 case report，這路上有許多要感謝的人。首先當然是很感謝林肇鋒醫師邀請我加入他的研究團隊，給我這個機會撰寫 case report 並練習投稿，且很幸運地得到歐洲心臟學會的親睞，才有機會能夠在大六就來到國外開開眼界，參加這個主任口中的世界前幾大會議。另外我也非常感謝學校系辦及研發處、系主任以及一路

幫助我的一些醫師們，在得知我要參加這樣的活動時，提供我許多的資源，無論在課程上的調動、經費的籌措、報告的準備，都受到大家很大的幫忙，才能在還是學生的時候就到國外發表，畢竟去參加國際會議真的不便宜，要不是有學校的資源，我可能就放棄這個難能可貴的機會了。而我也很感謝我的父母親，謝謝他們總是支持著我，也因為擔心我自己去到國外的安危，特地請假陪我一起出國，照顧我的生活起居。而在會議期間，也很謝謝主任的照顧，每天會帶我到處聽講，也會帶我去吃飯。跟主任聊天的過程中，可以聽到許多他過往的故事以及心得，給我相當多的啟發，尤其我最喜歡主任說的一段話：「人生最重要的就是要捨～」或許年輕的我有許多夢想、有許多想要完成的目標，但是每個階段我都應該去思考我真正重視的是什麼，然後好好把這件事完成。

我曾經在國內參加過中研院醫學系學生暑期研究計畫發表，當時對我而言已經是很難得的經驗，因為我走出馬偕，看到其他醫學系學生正在做的研究以及他們創新的想法，也很希望未來馬偕的研究風氣能越來越好，有越來越多學弟妹投入這樣全國性的研究活動；如今我來到國際的會議，聽到的是來自世界各地的醫師或研究學者們的研究發表、想法或是討論，彷彿自己站上了世界心臟科知識的前端，可以觀望著未來的變化，同時也更加深我未來想加入心臟科的想法。我的視野透過這些經驗，變得更加開闊、更加沒有極限，而我覺得自己經歷過無數挑戰後，也變得更加沉著、想法更自由，同時也希望未來有機會能到國外留學，為自己的學術生涯增加更多可能性。有時人們總是汲汲營營追逐成就感，想要奪得前幾名，但是一山還有一山高阿！我從這些經驗中學習到，不要急著把事情做完、不要急著讓別人看見自己，而是好好把每件事認真做好，用好的態度來經營整个人生，畢竟人生就像一場馬拉松，每一步都踏踏實實，才能好好欣賞沿途的風景、跑得夠遠。

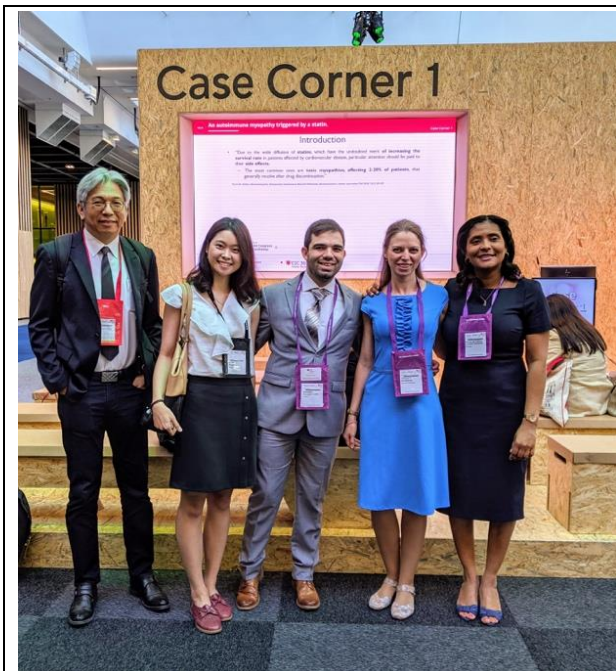
## 二、照片 10 張(含描述照片內容)



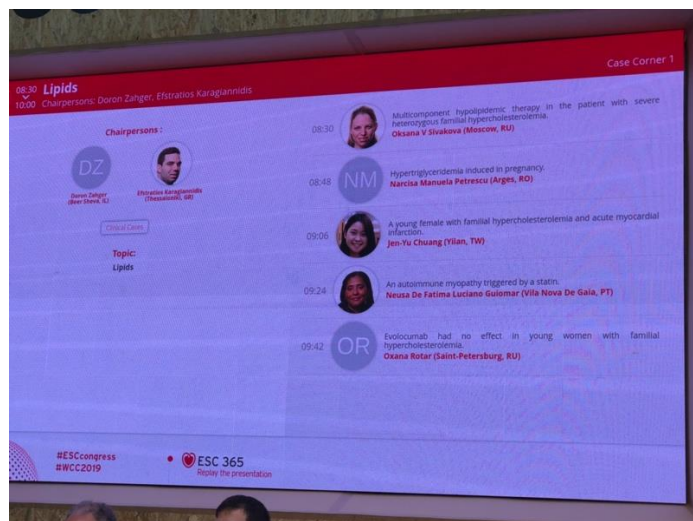
1 在門口與 ESC 標誌合影



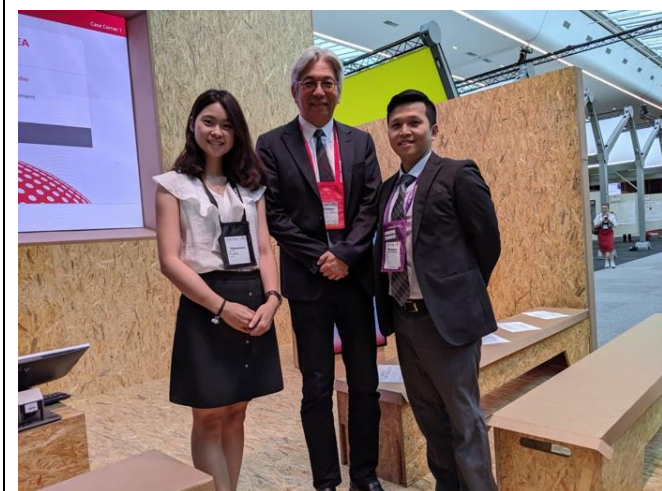
2 在台上進行 oral presentation



3 與其他會後留下的報告者一同合影留念



4 ESC 365 Lipid session presenter slide



5 與吳主任和新竹馬偕劉俞旻醫師合影



6 論壇講座



7 與其他醫院的醫師們在門口合照



8 大型主題講座