

*Thank you so much for taking care of me kindly!
At first I was really worry about living here, but you
take care of me and helped me and I enjoyed this
44 days very much.*



*I've got many friends here, thanks to your help.
Now, I strongly realize that I made the best choice
about elective period. I learned much about clinical medicine, and
further more about human relationships and kindness.*

*Here, I learned that medicine is international. Not between Thailand and
Japan, in the world. We can understand each other and we have the
same purpose.*

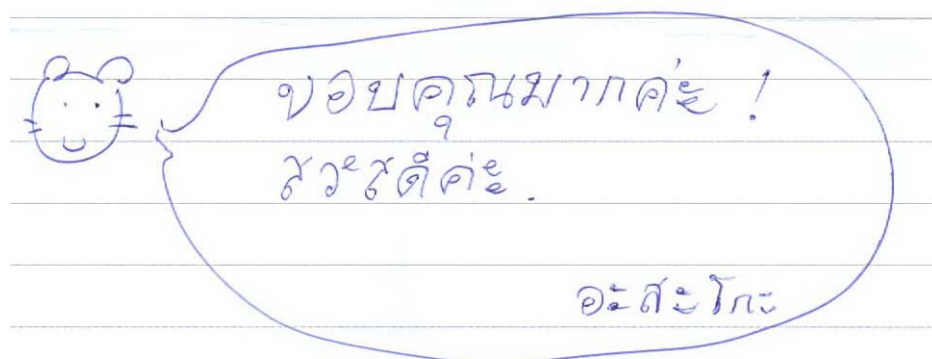
*I am thankful of your kindness and the luck I chose medicine at this
hospital.*

*I've decided to be a good doctor and in the near future come back to this
place I'm living with your help, that is the same in Japan, in the world.
Sometimes, patients help me in many ways.*

See you again!

*Please give me a call if you visit Japan. And if some of doctors or
students visit Japan, please don't hesitate to tell them my number and
address. I'm very willing to help them in return for your help.*

Thank you very much.



ประสบการณ์นักศึกษาแพทย์แลกเปลี่ยน ณ ประเทศสหรัฐอเมริกา

สวัสดีครับ ผม นาย ณัฐดนัย ปุณณะนิธินันทน์ นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 6 ปีการศึกษา 2552 ตัวแทนคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล เข้าร่วมโครงการนักศึกษาแลกเปลี่ยน ณ John A. Burns School of Medicine, University of Hawaii ระหว่างวันที่ 1 – 26 มีนาคม พ.ศ. 2553

การเป็นนักศึกษาแลกเปลี่ยนที่ประเทศสหรัฐอเมริกาครั้งนี้ ถือว่าหนึ่งในเป็นประสบการณ์ที่ทำให้ผมภูมิใจมากที่สุด เพราะ นอกจากจะได้ประสบการณ์และความรู้ทางการแพทย์แล้ว ยังทำให้ผมได้ข้อคิดต่างๆ รวมทั้งได้รับการต้อนรับอันอบอุ่นทั้งจากเพื่อนๆชาวอเมริกันและครอบครัวชาวศิริราชที่อาศัยและทำงานอยู่ที่เมืองโฮโนลูลู รัฐฮาวายนี้

ผมได้มีโอกาสไปศึกษาและปฏิบัติงานที่หอผู้ป่วยอายุรกรรมที่โรงพยาบาล Kuakini Medical center ซึ่งเป็นโรงพยาบาลร่วมสอนของคณะแพทย์ ตัวโรงพยาบาลอยู่ทางตอนเหนือของเมืองโฮโนลูลู โดยผมปฏิบัติงานเช่นเดียวกับนักศึกษาแพทย์ปีสุดท้ายหรือปีที่สี่ของที่นี่ คือ ต้องซักประวัติ ตรวจร่างกาย รวมถึงนำเสนอประวัติ ตรวจร่างกายกับแพทย์ประจำบ้านและอาจารย์แพทย์ การนำเสนอปัญหาของคนไข้ถือเป็นหนึ่งในประสบการณ์ที่น่าตื่นเต้นที่สุดของการมาศึกษาดูงานในครั้งนี้ เพราะนอกจากจะต้องนำเสนอด้วยภาษาอังกฤษแล้วยังต้องมีการอธิบายและตอบคำถามต่างๆเกี่ยวกับประวัติ ตัวโรคและแนวทางการรักษาอีกด้วย แต่สิ่งที่ผมประทับใจที่สุดก็คือความทุ่มเทและเอาใจใส่ของอาจารย์แพทย์ทุกท่านที่นี่ โดยเฉพาะอาจารย์อายุรศาสตร์ท่านหนึ่งชื่อว่า Dr. Little ซึ่งถึงแม้ท่านจะเกษียณแล้วแต่ก็ยังกลับมาช่วยงานคณะแพทย์โดยท่านจะจัดชั่วโมงว่าง ทุกเย็นวันพฤหัสบดีสำหรับให้นักศึกษาแพทย์รวมถึงแพทย์ประจำบ้าน ทั้งชาวอเมริกันและชาวต่างประเทศ ให้มาฝึกรายงานประวัติคนไข้ด้วยภาษาอังกฤษอย่างถูกต้องมีประสิทธิภาพ ถ้าเราออกเสียงผิดหรือใช้รูปประโยคที่ผิด ท่านก็จะแสดงความความคิดเห็นพร้อมทั้งเสนอแนะแนวทางแก้ไขให้

สุดท้ายนี้ ผมขอขอบพระคุณ หน่วยวิเทศสัมพันธ์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ที่ให้โอกาสผมในการไปศึกษาดูงานในครั้งนี้ รวมถึงคณาจารย์ทุกท่านที่ได้สั่งสอนวิชาความรู้ให้แก่ผมและเพื่อนๆศิริราชรุ่น 115 ทำให้ผมรู้ว่าแพทย์ไทยไม่ได้เป็นรองแพทย์ชาติอื่นๆเลย และหวังว่าน้องๆศิริราชรุ่นหลังจะได้รับโอกาสที่ดีนี้เช่นเดียวกับที่ผมได้ ในปีหน้าและปีต่อไปครับ

เมื่อปีการศึกษาที่แล้ว ผมได้มีโอกาสเข้าร่วมในโครงการนักศึกษาแลกเปลี่ยนระหว่างประเทศของ
โรงพยาบาลศิริราช ผมได้ไปที่เมือง Yamaguchi, Japan

ประสบการณ์ในด้านต่างๆที่ได้รับ

- เพื่อน : ได้รู้จักกับกลุ่มเพื่อนชาวญี่ปุ่นที่เป็นนักศึกษาแพทย์เหมือนกับเรา โดยมีทุกระดับชั้นปีตั้งแต่ ปี
1-6 ซึ่งรวมตัวกันเป็นกลุ่มนักศึกษาที่คอยต้อนรับดูแลนักศึกษาแลกเปลี่ยนจากต่างประเทศ

- ความรู้ : ได้ความรู้ความเข้าใจเนื้อหาทางการแพทย์ทั้งในระดับชั้น preclinic และ clinic
เพิ่มเติมนอกเหนือจากการเรียนในโรงพยาบาลศิริราช โดยทางโรงพยาบาลจะมีการจัดการเรียนการสอนให้เรา
ในช่วงเช้าของแต่ละวัน เว้นวันเสาร์อาทิตย์ ซึ่งจะมีศาสตราจารย์ในสาขาต่างๆมาดูแลและให้ความรู้ในแต่ละวัน
ยกตัวอย่างเช่น Gross anatomy, Anesthesiology, Surgery, Pediatrics, Medicine
และอื่นๆ

- การท่องเที่ยว : ได้ท่องเที่ยวตามเมืองต่างๆ ร่วมกับกลุ่มนักศึกษาญี่ปุ่น ซึ่งจะไปในวันหยุดเสาร์
อาทิตย์ และวันธรรมดาช่วงบ่ายและเย็นในบางวัน

- วัฒนธรรม : ได้ศึกษาวัฒนธรรมและขนบธรรมเนียมประเพณีของคนญี่ปุ่น เช่น การชงชาญี่ปุ่น การ
เล่นเทควันโด และได้ฝึกพูดภาษาญี่ปุ่น

การดำเนินชีวิตประจำวัน

- ที่อยู่ : เราจะได้อาศัยอยู่ที่บ้านพักของเพื่อนนักศึกษาญี่ปุ่นเพศเดียวกับเรา คนละ 2-3 ถิ่น แล้ว
เปลี่ยนไปอยู่กับนักศึกษาญี่ปุ่นคนอื่นๆ โดยนักศึกษาแพทย์ศิริราชที่ไปด้วยกันทั้งหมดนั้น จะต้องแยกกันอยู่ในแต่
ละบ้านพัก

- อาหาร : เราจะได้รับประทานอาหารเช้าทุกมื้อกับนักศึกษาญี่ปุ่นที่เราพักอยู่ด้วย อาหารกลางวันนั้นจะ
เป็นศาสตราจารย์แพทย์พาไปรับประทาน และอาหารเย็นจะไปรับประทานตามร้านต่างๆร่วมกับกลุ่มนักศึกษา
แพทย์ญี่ปุ่นร่วมกัน

- การเดินทาง : ในทุกๆวันเว้นวันเสาร์อาทิตย์ เราจะต้องไปเรียนในตอนเช้าที่โรงพยาบาล ซึ่งเพื่อน
ญี่ปุ่นที่เราอาศัยด้วยจะเป็นคนไปส่งเราทุกเช้า ส่วนการไปรับประทานอาหารเช้าหรือไปท่องเที่ยวตามสถานที่ต่างๆ จะ
มีรถยนต์ของกลุ่มนักศึกษาญี่ปุ่นขับไป ซึ่งขับอย่างปลอดภัย ไม่มีอันตราย

- กิจกรรม : มีการจัดกิจกรรมต่างๆร่วมกัน เช่น Japanese food party , Thai food
party , welcome party , farewell party

นศพ. พงศกร บวรประภากร

สุโขทัย!! หรือแปลเป็นไทยว่า “สุดยอด” เป็นคำที่ทุกคนคงคุ้นหู และคงจะไม่มีคำใดๆที่สามารถมาแสดงความประทับใจได้มากกว่านี้ สำหรับการที่ได้มีส่วนร่วมเข้ามาในโครงการแลกเปลี่ยนนักศึกษาาระหว่างประเทศในครั้งนี้ ถึงแม้จะต้องฟาดฟัน ต่อสู้กับทั้งการสอบ Grammar สดเข้ม และ oral test จากคณาจารย์แห่งคณะแพทยศาสตร์ศิริราชของเราแต่สิ่งที่ได้รับกลับมาก็คือความรู้ ประสบการณ์ และความทรงจำดีๆที่จะตราตรึงติดอยู่กับเราไปตลอดชีวิต

โอกาสในครั้งนี้เป็นครั้งที่เรียกได้ว่า เป็นที่หนึ่งในความประทับใจของการมีชีวิตอยู่ของนักศึกษาแพทย์คนหนึ่ง ที่ตื่นมานั่งเรียนในตอนเช้ามีจนกระทั่งความมืดมาปกคลุมท้องฟ้า โดยที่ไม่ได้มีโอกาสไปผจญกับโลกภายนอกเท่าใดนัก นับตั้งแต่ที่รู้ว่าได้รับคัดเลือกให้เป็นตัวแทนของคณะแพทยศาสตร์ศิริราชเพื่อไปศึกษางานที่คณะแพทยศาสตร์แห่งโรงพยาบาลโกเบประเทศญี่ปุ่น ก็รู้ทันทีว่าเราจะต้องเตรียมตัวให้พร้อมที่สุด เพื่อนำเอาความรู้ ความสามารถ และ ความดี ที่คณาจารย์ได้เฝ้าอบรม สั่งสอน ไปแสดงให้คณะแพทย์ญี่ปุ่น ที่นับได้ว่าเป็นประเทศที่มีความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาการความรู้ทางการแพทย์มากที่สุดชาติหนึ่งในโลก ให้เขาเห็นว่านักศึกษาแพทย์ปี4แห่ง คณะแพทยศาสตร์ศิริราชมีความรู้และความสามารถมากกว่าที่คุณคิด!

เพียงแค่ความคิดที่จะต้องไปอยู่ต่างบ้านต่างเมืองด้วยตัวคนเดียวเป็นเวลาถึง 1 เดือนเต็มสำหรับเด็กชายธรรมดาๆคนหนึ่งก็เป็นเรื่องที่น่าสะพรึงกลัวอยู่ไม่น้อย แต่ในครั้งนี้นี้เราจึงต้องไปร่วมงานกับหมอญี่ปุ่นที่เป็นที่ล่ำลือกันว่าไม่ยอมพูดภาษาอังกฤษ ทั้งยังแบกเอาชื่อศิริราชไว้บนหน้าอกอีกทำให้ยิ่งเกร็งเหงื่อแตกขึ้นอีกหลายท่า จนต้องอ่านหนังสือ จัดเตรียมของ แผนที่ จดเบอร์โทรศัพท์ฉุกเฉิน สถานทูตไทย จดจำเอาภาษาญี่ปุ่นและของที่ต้องจำเป็นต้องจำเป็นต้องใช้ในการเอาชีวิตรอดติดตัวไปด้วยอีกมากมาย... แต่ในระยะเวลา 1 เดือนในโกเบ ก็ทำให้ได้รู้ว่า ชีวิตไม่ได้น่ากลัวอย่างที่คิดทุกอย่างเป็นไปได้ด้วยดีจนไม่กล้าที่จะเชื่อว่าจะเกิดขึ้นจริง นับตั้งแต่การเดินทาง การอยู่อาศัย การได้รับเกียรติให้เป็นผู้นำเสนอ Case conference ต่อหน้าอาจารย์ทั้งภาควิชาและยังได้รับการตอบรับอย่างดีถึงขนาดได้รับความไว้วางใจให้ใช้ Echocardiogramตรวจผู้ป่วยจริง อีกทั้งการต้อนรับของคนญี่ปุ่นก็ไม่ทำให้ผิดหวัง การต้อนรับที่อบอุ่นเสมือนครอบครัวเดียวกัน ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนนักศึกษาแพทย์ พยาบาลเภสัชกร และ เซ็นเซ(อาจารย์) แม้จะมีอุปสรรคด้านภาษาค้นกลางเล็กน้อย แต่ก็ไม่ได้เป็นปัญหาในการสร้างมิตรภาพอันแน่นแฟ้น อีกทั้งการเรียนรู้ความก้าวหน้าทางการแพทย์และวิทยาการทันสมัยที่เป็นที่เลื่องลือ ประกอบไปกับการเรียนการสอนและงานวิจัยที่ได้รับเกียรติถ่ายทอดมาจากหัวหน้าภาควิชา Cardiovascular medicine และ Ophthalmology ของมหาวิทยาลัยโกเบโดยตรง ทำให้ประสบการณ์ที่ได้รับเต็มไปด้วยความตื่นตาตื่นใจ และนอกจากความเจริญทางวิชาการแล้ว โกเบยังเป็นเมืองที่มีแวดล้อมสวยงามไม่แพ้เมืองใดที่มีสวนสาธารณะมากกว่า 10 แห่ง ทำให้ได้เห็นถึงการเข้ากันได้อย่างกลมกลืนระหว่างเทคโนโลยีกับสิ่งแวดล้อม ความเจริญทั้งภายในและภายนอกที่ควรนับเป็นแบบอย่างและทิศทางการพัฒนาประเทศของเราอย่างยิ่ง

ไม่ว่ากี่ครั้งเมื่อคิดถึงภาพความประทับใจเหล่านั้นเมื่อใด ก็ยังทำให้รู้สึกอบอุ่นทุกครั้งไป ประสบการณ์ในครั้งนี้จะค่อยๆเตือนเราว่าโอกาสในการค้นคว้าศึกษาหาความรู้ วิทยาการใหม่ๆ และมิตรภาพดีๆในโลกกว้างยังมีให้เราค้นหาอีกมากมายและพร้อมที่จะหยิบยื่นให้เราเสมอ เพียงแค่เรายื่นมือออกไปรับไว้ ลองเปิดหู เปิดตา และเปิดใจ ออกไปแสดงความเป็นไทยให้โลกได้รู้ว่าเราไม่ได้มีดีเพียงแค่ออยิม ^_^

Taiwan

ถ้าจะพูดถึงประเทศไต้หวัน หลายคนอาจนึกถึง Series ไต้หวัน F4 แต่จริงๆแล้วประเทศไต้หวัน มันมีอะไรมากกว่านั้น ในตอนแรกที่ได้ทราบข่าวว่าจะได้ไป exchange ที่นั่น “ทำไงดี จะรอดมั๊ยเนี่ย!” “คนที่นี่พูดอังกฤษได้ปะ” “แล้วจะคุยรู้เรื่องไหม” “ถ้าเขาพูดภาษาจีนมาทำไงดี จะฟังรู้เรื่องหรือ” “จะมีคนดูแลเราปะเนี่ย” หลากๆคำถามเกิดขึ้นในหัว สุดท้ายก็เหลืออยู่คำพูดเดียว “เออวะ! เป็นไงเป็นกัน ไม่รอดให้มันรู้ไป”

อันที่จริงแล้วตัวเราเองเป็นคนที่ไม่เก่งภาษาอังกฤษ เดิมทีเป็นคนที่ไม่ค่อยกล้าคุยกับฝรั่งด้วยซ้ำ แต่เมื่อถึงจุดๆนั้นแล้ว ยังไงมันก็ต้องพูด ไม่จำเป็นต้องสำเนียงดี ไม่จำเป็นต้องพูดถูกไวยากรณ์ เอาให้แค่พูดแล้วเขาเข้าใจเรา รู้เรื่องสื่อสารได้เป็นพอ

ความประทับใจที่ไป Tzu Chi

อย่างแรกเลยคือ ประทับใจคนที่นี่ แบบว่า friendly มากๆ ช่วยเหลือเราทุกอย่าง ดูแลเราดีมาก ไม่ว่าจะเพื่อน , คนที่ดูแล , อาสาสมัคร , อาจารย์ , classmate ทุกคน ดีกับเรามาก เป็นห่วงมาดูแลเราทุกวันที่อยู่ที่ฮวาเหลียน คือ ผลัดเปลี่ยนกันมาดูแล พาไปเที่ยว และก็นำมาให้เรารู้จัก Tzu Chi มากขึ้น เรียกได้ว่าทุกวันที่อยู่เมืองนี้ไม่เคยเบื่อ ไม่มีวันไหนที่ไม่ได้เที่ยว

คนที่นี่เห็นว่าเราเป็นต่างชาติ ก็พยายามช่วยเหลือเรา พยายามมาคุย บางคนเห็นว่าเราลำบากเวลาไปสนามบิน ก็อยากที่จะพาเราไป เห็นว่าเป็นทางผ่าน คนที่นี่มีน้ำใจ ช่วยเหลือดี ถึงแม้ว่าเขาฟังไม่รู้เรื่อง แต่เขาก็พยายาม

อีกเรื่องที่ประทับใจ คนที่ Tzu Chi ให้ความเคารพกับท่าน Master มาก เพราะมูลนิธิ Tzu Chi เป็นองค์กรที่พบได้ทั่วโลก เรียกได้ว่าเมื่อมีเหตุประสพภัยต่างๆที่ไหน เราสามารถพบอาสาสมัครของ Tzu Chi ได้ที่นั่น อีกทั้งท่าน Master เอง มีวิธีการดำเนินชีวิตที่เรียบง่าย และอยากที่คนทั่วไปจะสามารถดำรงอยู่ได้อย่างท่านอาจารย์ ทำให้ผู้คนต่างๆที่พบเห็น เลื่อมใส ศรัทธา อาจารย์ และเป็นกำลังใจในการช่วยเหลือผู้คนต่างๆทั่วโลกต่อไป

รัตติยา เตชะขจรเกียรติ

ปี 5 4901153

ประสบการณ์จากทุนแลกเปลี่ยน

เมือง ปักกิ่ง ประเทศจีน

จากที่ตราครุฑผ่านการเรียนแพทย์มา 4 ปี และได้มีช่วงปิดเทอมยาวนาน 1 เดือนเป็นครั้งสุดท้าย เมื่อเห็นประกาศรับสมัครทุนแลกเปลี่ยนของทางคณะ ก็ไม่ลังเลใจเลยที่จะขอรับโอกาสที่ดีอันนี้ไว้ และประเทศที่เลือกไปคือประเทศจีน ซึ่งข้าพเจ้ารักและชื่นชมภาษาและวัฒนธรรมของจีนเป็นอย่างมาก เมื่อผ่านการคัดเลือกเป็นตัวแทนของคณะไปแลกเปลี่ยนที่ปักกิ่งเป็นครั้งแรก ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นเต้นดีใจมาก เตรียมตัวหาข้อมูลเกี่ยวกับหัวข้อที่สนใจในการแพทย์ของจีน ได้แก่ การฝังเข็ม สมุนไพรจีนที่นำมาใช้ในการรักษา และวิทยาการทางการแพทย์ใหม่ที่ประเทศจีนล้ำหน้าเป็นประเทศแรกของโลก นอกจากนี้ก็ไม่ลืมที่จะหาข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจที่เป็นเอกลักษณ์ของเมืองปักกิ่งและประเทศจีนเอาไว้ด้วย

เมื่อไปถึงปักกิ่งก็มีผู้ดูแลและนักศึกษาแพทย์ปี 6 อีกคนมารับที่สนามบิน ผู้ดูแลจัดการแผนการเรียนและการท่องเที่ยวสถานที่สำคัญๆในปักกิ่งให้เราไว้เกือบทั้งหมดแล้ว โดยมีนักศึกษาแพทย์ปี 6 ของ **Peking University Third Hospital** ผลัดกันมาคอยดูแลอำนวยความสะดวกให้ทุกๆเรื่องตลอดเวลาที่อยู่ปักกิ่ง การเรียนรู้ที่นี่เราสามารถเป็นผู้เลือกได้เองว่าต้องการดูงานอะไร ผู้ดูแลสามารถติดต่อให้เราไปดูงานตามที่เรานั่งใจได้ทั้งหมด และอาจารย์ที่ได้รับมอบหมายให้ดูแลเราก็เป็นกันเองและตั้งใจให้ความรู้เราอย่างเต็มที่ นักศึกษาแพทย์ที่นี่ก็อภยาศัยดีและพยายามช่วยเหลือเราอย่างเต็มที่

ตลอดช่วงเวลา 3 สัปดาห์ที่ได้ไปแลกเปลี่ยนที่ปักกิ่งจากทุนคณะนั้น เป็นช่วงที่ข้าพเจ้าคิดว่าได้รับประสบการณ์อันมีค่าอย่างยิ่ง ที่ไม่สามารถหาได้ด้วยตัวเองถ้าไม่ได้รับโอกาสนี้จากทางคณะ อีกอย่างที่รู้สึกประทับใจเป็นอย่างมากคือการที่เราได้รับการดูแลอย่างดีเยี่ยมนั้น เป็นเพราะความสัมพันธ์ที่ดีของโรงพยาบาลศิริราชกับ PUTH นั่นเอง สุดท้ายข้าพเจ้าอยากจะขอขอบคุณทางคณะอีกครั้งที่จัดโครงการดีๆแบบนี้ให้กับนักศึกษาแพทย์ได้มีโอกาสเรียนรู้ประสบการณ์แสนวิเศษนี้ค่ะ

นศพ.อภิญา เสาวัลักษณ์สกุล

4901214 SIMD/B