美國醫師執業座談

哥倫比亞大學 郭昇翰助理教授 講座

作者 謝文翰

時間又來到了下學期，對於每一位即將畢業的醫學生而言，夏天是畢業的季節，也是人生抉擇的季節。大部分的畢業生選擇留在台大接受訓練，也有許多人回到各自的家鄉地服務。然而，每一年總有這麼一兩個奇葩，悄然遠行至太平洋的另一端，默默地在當地建立起自己的事業。十年後，他們帶著自信地笑容回來，分享著自己與眾不同的人生。

在我們的醫學教育歷程中，時常聽聞台大傑出校友們在美國發展的事蹟，對於美國更有高不可攀的幻想。醫學生們普遍認爲赴美執業儘管是個夢幻的選擇，但卻是一條艱困的道路。於是在年歲的蹉跎下不斷地心理交戰，而後七年逝去，最後被動地選擇大多數人的道路。有鑑於此，醫學院學生會與醫學院青年大使舉辦本次座談，特別邀請哥倫比亞大學 (Columbia University) 郭昇翰醫師回台擔任主講人，分享郭醫師的成功故事，澄清長久以來的錯誤觀念，並鼓勵學弟妹們勇敢追夢。

我們謹將郭醫師精彩的演講，重點整理如下：

美國住院醫師訓練特色

1. 80/30 工作時數：美國 ACGME 規定，住院醫師值班一周不可超過 80 小時；一次值班不可連續超過 30 小時。
2. 專業化的訓練：有別於台灣訓練重視住院醫師全方位的能力，美國醫師訓練重視在領域上的專業深度。
3. 教學：美國非常重視一位醫師的展演 (presentation) 能力。郭教授在演講中重複地強調展演能力的培養，期許學弟妹在赴美執業初期，多觀察美國當地醫學生的報告。

在學期間的準備 (附有流程圖)

1. USMLE (美國醫師執照考試) ：郭醫師建議，在四升五年級基礎知識較爲熟悉時，考取 Step 1；在大六交換見習時，考取 Step 2 CS；爾後在剩下的實習時間考取 step 2 CK。Step 3 可在住院醫師申請的年度，選擇考或不考；擁有 step 3 的優點爲可申請 H-1B 簽證。值得注意的是，USMLE 一旦通過，便 不能再重考，但這份成績對於住院醫師甄選卻是非常重要。因此郭醫師叮囑學弟妹：務必準備周全，方可報考 USMLE。
2. Observership/Clerkship：可藉由大六學校交換見習，或是自行申請美國醫院見習。郭醫師建議學弟妹們可以組成社團，傳承學長姐們自行申請的經驗。至於申請的醫院，可以透過北美校友會來聯繫，或是根據學長姐們成功申請的經驗。

3. 研究經驗：郭醫師強調研究經驗的重要性，建議學弟妹們在學期間能夠多多開發自己的研究興趣，思考自己長期的研究目標。如果有機會負責一份計畫，可以努力爭取 publication，最好能夠完全負責計畫並拿到第一作者。

畢業後申請住院醫師前的 gap year

由於住院醫師甄選涵蓋面試，畢業後勢必至少有一年的時間可以運用。郭醫師建議學弟妹不要在自己的個人履歷上留有空轉的時間，因此畢業後這幾年應該要善加利用。舉例而言：

1. 念公衛碩士：公衛碩士僅有一年，是能在申請年度中，同時保有學習兼可獲取學位的最佳方式。
2. 做基礎醫學研究：例如郭醫師便以 post-doctoral fellow 的身分，申請西北大學 (Northwestern University) 做一年研究，增加自己的研究經驗。
3. 念科學碩士 (M.S., Master of Science) / 哲學博士 (Ph.D., Doctor of Philosophy) ：由於 MS 必須念兩年，Ph.D.必須念五至七年，郭醫師建議除非有心學習系統性的研究方法，否則不須在 gap year(s)念這兩個學位。

住院醫師申請重要決定因素

1. USMLE 成績：USMLE 成績常是篩選依據。假如 USMLE 成績沒有達到門檻，申請人本身沒有相關領域的教授推薦，通常會在第一關就被篩除。因此建議學弟妹們要用心準備，才去考試。
2. Letters of reference：這些 letter 最好是由美國教授親筆撰寫，而獲取 letter 的最佳時機便是美國醫院見習的時候。推薦信在申請中具有高度重要性，將另開標題說明。
3. Past experience with the school：一個學校在該醫院的名聲，或是過去醫院有沒有收過這個學校畢業的學生，決定這間醫院未來是否繼續收相同背景的學生。郭醫師期許台大畢業生在醫院盡力表現，既能增進台大品牌的聲譽，亦能嘉惠未來的學弟妹。
4. Research interest/publications：在學期間便找機會準備。
5. Interviews：另開標題說明。

推薦信

推薦信以美國同領域教授親筆撰寫爲佳，而獲取推薦信的最佳時機便是美國醫院見習期間。郭醫師建議學弟妹在美國醫院見習時，多多練習 presentation 和問問題。台灣醫學生在美國 present 時，傾向引用 Harrison’s Principle of Internal Medicine；然而引用期刊文章和記憶重要統計數字，更令美國教授們印象深刻。郭醫師也提醒學弟妹在問問題時，應盡量問「與病患直接相關」問題，而避免「瑣碎」和「不相關」的問題。

在見習期間一半時，可告知指導教授自己未來的計劃，並請教授協助撰寫推薦函。爲避免日後申請住院醫師時，教授遺忘自己的當時的表現，可在見習結束時提示自己

的顧慮，先行獲得教授的推薦函以供日後使用。推薦函若是自己擬稿，務必參考網路上的藍本，避免使用太普遍的形容詞，盡量陳述詳細的事蹟。

面試

在申請人申請後，若是通過第一階段篩選，便會進行面試。周全的準備是成功面試的不二法門，而準備面試至少需要涵蓋以下幾點：

1. 準備自我介紹 (一分鐘版本)：自我介紹是爲了預防面試官忘記閱讀自己的履歷而準備的保險。
2. 準備故事：美國人熱愛聽故事，喜歡對於一件事情自頭至尾的熱情。因此對於自己爲何選擇赴美執業、爲何選擇這個 program，都盡量有相應的故事回應。
3. 準備未來計畫：如果甄選進入這個 program，未來規畫爲何？你如何想像五年或十年後的你？郭醫師建議，申請人盡量強調自己對於臨床的興趣。若是申請 university programs 則要加上自己未來研究方向，但仍然要強調自己想接受臨床訓練，或是述說自己對於醫學教育的興趣。
4. 表現熱情、有興趣，準備尖銳的題目：郭醫師建議，面試時不要避諱非常尖銳的題目，因爲問題越針對這個 program，代表你對這個 program 研究越深，也暗示面試官你很有興趣。切記不能不問問題。

簽證

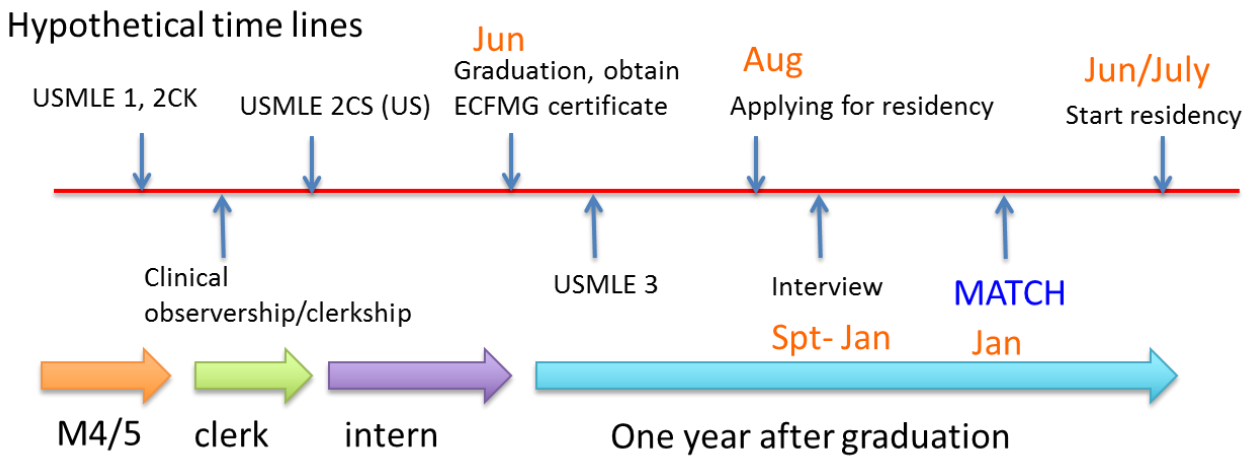
簽證是赴美執業者的壓力，牽涉是否能夠長期居留美國。目前醫院大多給予以下兩種簽證：

1. J-1 visa (交換訪客簽證) ：由 ECFMG 協助申請並支付申請費，申請人必須在住院醫師訓練結束後，返回祖國兩年。由於 ECFMG 的主動申請，使得大多數醫院選擇讓申請人辦理 J-1 visa。J-1 visa 持有者若希望長久留在美國，則必須在住院醫師訓練期滿後，選擇偏遠地區 (underserved area) 服務三年。
2. H-1B visa (工作簽證) ：由醫院申請並支付申請費，不受返回祖國兩年的限制。然而由於 H-1B visa 有限制，一些知名醫院沒有主動提供 H-1B。持有 H-1B visa，可以申請綠卡。

向醫院爭取 H-1B visa 是個藝術。郭醫師建議學弟妹在面試時可藉機略提自己的需求，但不要將他視爲談話重點。在面試的過程中細心地探測面試官對自己的印象，衡量爭取 H-1B visa 的可能性。在面談後，若是認爲醫院有機會給予自己 H-1B visa，可另行連絡醫院爭取簽證。除此之外，郭醫師亦提及轉換簽證的可能性。由於郭醫師在申請住院醫師前，在西北大學擔任 post-doctoral fellow，擁有 H-1B 簽證，因此申請住院醫師時便可轉換雇主，繼續持有 H-1B 簽證。

結論

郭教授期許台大醫學生們能夠勇敢追夢。赴美這條路路程迢遙、阻力橫生，每個人也有自己不同的顧慮。面對逆境，郭教授建議學弟妹能夠努力尋找 connection，找出能夠幫助自己成功的人，並避開想勸退自己的人。只要努力、有心，每個人都可以做得到。


Hypothetical time lines
USMLE 1, 2CK
USMLE 2CS (US)
Jun
Graduation, obtain ECFMG certificate
Aug
Applying for residency
Jun/July
Start residency
Clinical observership/clerkship
USMLE 3
Interview
MATCH
Spt- Jan
Jan
M4/5
clerk
intern
One year after graduation