

外科 住院醫師的工作過勞

撰文◎恩主公醫院教研副院長 王炯琨



目前外科醫師是屬於高風險低報酬的行業，但是每每看到病人的病情可以迅速地恢復，順利平安地出院，內心的成就感，可不是金錢所能取代的，所以奉勸將來想要進入外科志業的年輕醫師們，可得要好好考慮清楚自己的選擇。

民國108年7月31日，衛生福利部公告了「住院醫師勞動權益保障及工作指引」，主要規定至少包括了：

- 一、非值班日，每日工作時間不得超過10小時，連同延長工作時間，不得超過12小時。
- 二、值班日，每次勤務正常工作時間，不得超過25小時，連同延長工作時間，不得超過28小時。
- 三、每四週正常工作加延長工作時間，不得超過320小時，其中正常工作時間不得超過283小時。

這些相關規定，從民國108年9月1日起開始實施。

當然這些規定並不是臺灣第一個制定的，早在2003年，美國畢業後醫學教育評議會（Accreditation Council for Graduate Medical

Education, ACGME) 就已制定類似的規範，同時也在2011年時做了修正。而臺灣衛生福利部版本的主要精神，主要也是追隨美國對於住院醫師工時的規定而來的。

規定工時是否就能避免過勞？

問題是，如果只是單純的規定住院醫師的工時，是否就可以減輕他們的工作過勞（burnout）呢？答案當然是否定的！

美國西北大學醫學院在2019年時，針對美國262個外科住院醫師訓練醫院的7409位住院醫師做了一個普查〔1〕，發現有38.5%的外科住院醫師覺得自己每週有工作過勞的情況，有30.3%曾經接受過言語或身體上的虐待，甚至有4.5%的住院醫師，在過去一年內，曾有自殺的念頭（這真是個危險的行業）；在性別比較上，工作過勞的比例，女性高於男性（42.4% .v.s 35.9%），想自殺的念頭，女性也高於男性（5.3% .v.s 3.9%）。

造成住院醫師過勞的原因，除了工時過長之外，來自於病人或病人家屬的壓力或歧視（病人情感上會比較相信主治醫師）、同儕之間的壓力、上級主治醫師的要求，甚至於與護理人員或醫院其他同仁之間的相處，也都是造成住院醫師在生理或心理層面上，是否會感到過勞的原因之一。

嚴格的考驗，幫助外科醫師成長

不過，若想要成為一位傑出、獨當一面的外科醫師，這些住院醫師的訓練是很基本的。一個外科醫師的決定，經常可以改變一個病人的一生，很多過來人都覺得外科住院醫師的訓練是必經的過程。筆者25年前在臺大醫院擔任



第一年住院醫師的時候，最高紀錄是曾經21天沒有走出臺大醫院的門口過，當時真的是個以醫院為家的住院醫師，我還記得，那天當我步出醫院門口時，見到外頭的陽光時，眼睛甚至還有點畏光呢！

在這段漫長的住院醫師訓練過程中，可以持續清楚地瞭解一個病人為何會生病？如何手術治療？手術後如何恢復？不幸時，病人為何會轉送加護病房或死亡？這些過程，對於一個外科醫師的成長，幫助是非常大的，雖然這麼長的住院醫師工時，現在已經不允許了。

不過，這些嚴格的考驗，的確會造成外科住院醫師發生過勞現象，導致職業傷害，所以才嚴格規定每週工時的上限。但是就像剛才所提到的美國西北大學醫學院的研究，對於一個外科新進的菜鳥住院醫師來說，應該著重於建立一個更友善、更安全、更有效率、更公平的醫學教育環境，才會有更多年輕的新血，願意承擔外科濟世救人的使命。



參考文獻：

1. Hu, Y. Y., Ellis, R. J., Hewitt, D. B., Yang, A. D., Cheung, E. O., Moskowitz, J. T., ... & Bilimoria, K. Y. (2019). Discrimination, Abuse, Harassment, and Burnout in Surgical Residency Training. *New England Journal of Medicine*.