

出國報告(出國類別：進修)

睡眠醫學外科新技術學習 及內科生理機轉研究

服務機關：衛生福利部台中醫院

姓名職稱：季照芸/主治醫師兼科主任

派赴國家：美國/史丹佛醫院睡眠中心

出國期間：107年8月1日至107年8月31日

報告日期：107年10月9日

摘要

此次進修目的為學習新的睡眠醫學外科手術以及內科知識。睡眠醫學的重要性在近幾年中益發獲得重視，Stanford 史丹佛睡眠中心成立多年，在睡眠醫學界扮演著首屈一指的角色，均有來自世界各地對睡眠醫學充滿熱忱以及興趣的機及優秀醫師前往進修學習，照芸榮幸能向 Prof. Stanley Liu 學習睡眠外科最新治療方式以及相關手術技巧，同時感謝台中醫院侯承伯院長、賴仲亮副院長、李孟智教授的支持，以前院內眾多同事的幫忙，得以進修 1 個月，實感榮幸且收穫眾多。

期間學習了 genioglossal advancement genioplasty 骸舌肌提拉下頷骨成型手術, Distraction Osteogenesis maxillary expansion 上顎骨擴張術, maxillary mandibular advancement 上顎骨以及下頷骨擴展提拉手術，以及 upper airway stimulation 上呼吸道神經刺激手術，著實學習到很多。

目次

封面·····	P.1
摘要·····	P.2
目次·····	P.3
本文·····	P.4
進修照片·····	P.6

本文

1. 目的

學習新的睡眠醫學外科手術以及內科知識。

睡眠醫學的重要性在近幾年中益發獲得重視，其中阻塞性睡眠呼吸中止症的機轉以及治療方式，不論是外科手術治療、內科正壓呼吸器治療、牙科止鼾牙套治療，亦或是需要神經科、精神科等相關疾病診斷以及用藥，因人而異，選擇治療方式眾多，相關文獻也是熱烈的被討論且發表著。

Stanford 史丹佛睡眠中心成立多年，在睡眠醫學界扮演著首屈一指的角色，不論是外科還是內科，均有來自世界各地對睡眠醫學充滿熱忱以及興趣的機及優秀醫師前往進修學習，照芸榮幸能向 Prof. Stanley Liu 學習睡眠外科最新治療方式以及相關手術技巧，同時感謝台中醫院侯承伯院長、賴仲亮副院長、李孟智教授的支持，以前院內眾多同事的幫忙，得以進修 1 個月，實感榮幸且收穫眾多。

2. 過程

照芸在 2018 年 8 月前往 Stanford 史丹佛睡眠中心以及耳鼻喉科進行進修，同時段指導老師 Prof. Liu 有 3 位國際 fellows 以及含我 4 位國際 observers，我們參與門診、刀房、以及相關課程。在刀房中，對於我自己本身已經做過數百台的阻塞性睡眠呼吸中止症軟組織手術，看到新的手術小亮點，很開心的認真學習記下來，並於術後和老師討論和我自己原本手術方式的不同之處，回台灣後實際施行，術後效果更好，病人滿意度也大幅提升。

至於這次進修的重點，為睡眠外科的骨骼手術和上呼吸道神經刺激手術，期間學習了 genioglossal advancement genioplasty 骸舌肌提拉下頷骨成型手術, Distraction Osteogenesis maxillary expansion 上顎骨擴張術, maxillary mandibular advancement 上顎骨以及下頷骨擴展提拉手術，以及 upper airway stimulation 上呼吸道神經刺激手術，術前認真研讀老師相關的 paper，術中有相當清楚的影像設備可以讓我們清楚的看到，老師術中也有不斷的講解，術後有充足的時間可以讓我們討論，值得一提的是史丹佛睡眠外科的術前討論十分仔細而且詳盡，早上 6 點左右有視訊會議可以讓大家藉由平板或是手機登入一起參與術前討論，每一次手術參與都能學習到很多。

門診學習是另一個重點。在跟診過程，可以充分發現不同於台灣的門診文化，學習美國病人和醫師的應對，以及觀察術後的病人，不只是術後去病房查房，在門診更是可以看到數周、數月、甚至是數年後追蹤的病人，對於外科系醫師而言，不是只有開刀當下順利就可以，術後的狀況以及追蹤更是重點，藉由門診教學，可以學習到這些。

在這裡，所有的成員都很熱情也優秀積極學習，我們利用空檔時間討論論文，因為大家都是對睡眠醫學有興趣的醫師，我們一起討論彼此原本的處理方式，以及對於新學到的知識和技巧的看法和分析，除了美國老師認真教學外，能和一群積極認真的同梯們彼此切磋，獲益匪淺。

3. 心得及建議事項

在台灣的醫院工作十分忙碌，常常完成既定的醫療業務和行政事項，就累得筋疲力盡，但我覺得，如果可以，還是應該抽空進修。就我本身於中山醫學大學臨床醫學研究所進修博士學位，這次去史丹佛進修，雖然時間只有短短的一個月，但是我學習到、啟發到的東西，非常的多。再次感謝史丹佛的 Prof. Stanley Liu, 台中醫院侯承伯院長、賴仲亮副院長、李孟智教授，以及衛生福利部的支持，希望照芸能貢獻所長，努力服務更多台灣有睡眠問題的鄉親。

充滿歷史以及美學的史丹佛校園



一整天門診跟診學習後的留影



手術房學習最新睡眠外科手術



於國際會議發表學習成果

