

## 參加尼泊爾加德滿都2023第36屆東亞洲醫學生會議心得

📍 國際處 / 醫學系 孫定宇 周詠燃

此次會議的四個月前起開始了解會議相關議題，尋有緣人組隊並為學術比賽籌備。身為學術論文競賽的代表們，確實在籌備期間卡到不同的難關，所幸大家齊心一一解開。

過年後的連假，隨團前往對我們來說既是陌生又神祕的國度--尼泊爾。第一晚踏入尼泊爾首都加德滿都之時，到達會場後，籌委會為我們披上傳統圖案樣式圍巾熱心迎接我們。

隔日的學術競賽為此番會議的亮點之一。我們在台下緊張之餘，也不盡被台上人圍決賽者的論文內容驚嘆，欣賞不一樣的研究模式，用他們展開的不同思維模式去探索有關登山醫學的課題。評審團提出的犀利問題以及經驗之談的建議也刺激著聽眾和參賽者反覆思考。

於第三天的活動中，當天的活動主要以社會服務為主題，從吃完早餐後，小組便出發去上山，在上山的路程中，我們沿路幫忙撿垃圾，因為當地垃圾桶不多，加上位置也較偏僻，所以遍地垃圾也算是正常的。我們當天一邊撿垃圾，一邊觀察當地的居民，發現當地小朋友都穿著校服去上課，在詢問後才得知原來在尼泊爾，很多小朋友都是徒步去學校的，大概要走上2-3個小時，突然發現我們真的很幸福。到了山上後，我們進入了一個冥想的中心，進行我們人生中第一次的冥想。冥想的過程很療癒，在冥想後真的感受到幸福和平靜。在冥想過後，我們仔細問才知道，原來在尼泊爾，冥想的治療對象很多都是醫師，因為醫師們長期在於壓力下工作，所以他們需要透過冥想來獲得平靜和紓壓。

第四天舉行的cultural booth and cultural night也讓我們相當驚艷，在期間，各國會悉心準備關於自己國家的特色表演，在擺攤時，除了各式各國小點，還有一些傳統服飾，在文化上實質的分享彼此，每一個國家的代表都結合自己家鄉的文化，帶來很精彩的表演，讓我們在晚會興奮之餘更深入認識不同的文化。這些文化交流和彼此的認識是我們在此次會議中得到最難忘的回憶。

於第5天的頒獎典禮上期盼著自己的組別被提名，雖然遺憾無法如常所願，但得獎者確實實至名歸，我們再次恭喜他們！不論是上台發表自己的成果，或是聆聽別人研究的精華都是增加前所未有的經驗值，也非常感謝大會給予我們這個機會讓我們展現自己，與來自世界各地卻志趣相投的朋友相識！

在closing ceremony結束後，我們被帶到pokhara波卡拉，一個截然不同的地方，進行3天2夜的city tour。在前往pokhara的車程大約9個小時，路途十分崎嶇，可見這一個國家的經濟並不發達，因為這裡並沒有一條像樣的高速公路，220Km的距離足足用了9個小時才抵達。一路上，雖然路很窄，又很多輛大貨車，但是司機們都十分有默契地閃躲對方，我想司機們的默契就是尼泊爾即使交通再亂，交通意外也不算多的原因。而在pokhara這個地方，我們也跟在地人聊了很久，他們認為政府沒有好好利用資源，明明有錢卻不好好蓋一條完全的路，反而拿去蓋機場，在尼泊爾這麼一個經濟不發達的地方，能夠付出一張機票錢的人少之又少，可見這個舉動並不是想要造福百姓。但我覺得尼泊爾能夠成為南亞最開心幸福的國家，政府也是有付出的。

這次去尼泊爾參加亞洲醫學生聯盟舉辦的東亞醫學生會議，認識許多來自不同國家的醫學生，了解其他國家是怎樣培育一名未來的醫師，更接觸不同地方的文化及語言。同樣，我們亦感受到截然不同的異國文化，對於疫情之後的出國機會格外珍惜，更不用說，參加大會的代表來自世界各地，彼此有了互相交流的機會，不論是在學術上還是文化上，例如翊璇的室友是香港人，她分享了關於在香港念醫學系的一些事情，指出在香港大學的醫學系在學的六年期間，有一年可以讓他們出國唸不一樣領域的學科，並且獲得學位。而我們的group moderator都是尼泊爾人，在大會期間都跟他們聊了很多事情，例如在尼泊爾，最搶手的科目是內科，其次是皮膚科，因為這兩個科目的穩定性最高，收入也是最高。很多的尼泊爾人跟台灣人一樣都會重考進醫學系，因為如果他們用很好的成績進醫學系的話，學費能夠全實補助，領獎學金，這樣可以大大減少他們經濟上的負擔。



在大會期間，發生無數的驚奇和激發，我們都十分感謝這一次機會，讓我們跳出原本的舒適圈，去到一個不熟悉的地邊，那些回饋都將成為我追求卓越的養分。