

看病經驗分享

首先，希望大家都不需要用到這篇的內容

我再短短五天內跑了兩次急診，第一次是陪家人，第二次才是自己生病

保險：許多人是買[富邦產險-海外度假打工專區\(一期逐夢專案\)](#)，我最後買校方推薦的西班牙當地保險公司，Adeslas，有專員對接，全程皆是電子郵件英文溝通，約兩周拿到保險證明書，六個月是210歐，會收到醫療卡(下圖)，類似台灣健保卡，可由校方代收，若有緊急需要，可先要求寄暫時的虛擬健保卡，雖然有提供app下載數位健保卡，但因為是台灣手機，因此無法使用。



第一次急診：(台灣保險)

因為家人來旅遊生病，半夜掛急診，飯店人員推薦一間在 Moncloa 附近的醫院。

流程：先到急診櫃台掛號，如果是台灣保險公司，遞護照，會拿到幾張紙，其中一張紙上護士有用螢光筆畫兩行，有一行是醫院的電子郵件，應該是要給保險公司看，由保險公司繳費，這部分不太清楚，依指示到不同樓從看診，總共有兩關，

第一關：醫生會來喊名字，沒有號碼牌，也不會有電子版顯示，詢問大致狀況後，再至旁邊等；

第二關：由另一位醫生看診，會先廣播西文，”Sala uno(第一診室)”，若聽不懂，真的只能一間一間敲門問，這部分其實對外國人不太友善；一開始我們沒聽到，看到有一間診室門是開著的，只有醫生，我們拿著先前櫃檯給的單子詢問能否幫我們查是在第幾間會診，結果查半天也沒結果，直接叫我們一間間敲門，很驚訝他們竟然無法從系統查詢，現場也沒有工作人員可詢問，十分鐘後，才又廣播一次，一開門，醫生表情很不悅，因為已經等我們很久了！

醫生會先做檢查，詢問病況，現場開診斷書和處方簽各一張，醫生英文流利，雖然有些醫療用語聽不懂，不過大致知道病況，建議醫生在講話時，一併錄，文件是西文，而且有些資訊是沒有寫在單子上，例如用藥間隔，餐前飯後服用，各藥物作用，當下有不清楚的務必請對方重述，千萬不要不好意思，因為走出這房間，就很難再找到英文流利，清楚病況的人，藥師不一定都會說英文。

不像台灣可以馬上拿藥，需要自行去藥局取藥，到藥局後，先把處方簽給藥師，處方簽是一張A4，分兩聯，上下內容相同，一張藥師收走，另一張自留，注意！處方簽上只會寫出須經醫生核准才可在藥局購買的藥物，診療單上可能會列出三四種藥物，不在處方簽上的，就直接指診療單上的藥品名給藥師看就可，受惠於歐盟管制，藥價不貴，當時買四種藥，總價約15歐，算很便宜。

就診後：出診間後就可以回家了，不須繳費，也不用再去櫃檯拿甚麼資料，但建議還是問醫生是不是都好了，可以直接離開，比較保險，並盡速回報台灣保險公司，以利後續順利申請。

提醒：如果情況允許，可在就診前先打給台灣保險公司，通常會有24小時海外緊急支援專線，家人是辦安達 CHUBB 保險，當時由香港專員接線，確認申請保險應備資料，各公司會依各國可能有不同規定，但最基本的是收據、診斷證明。

第二次急診(西班牙當地保險):

因半夜嘔吐腹瀉，本想撐到早上，但由於隔日下午還要飛，所以趕緊掛急診，因為是西班牙當地保險，房東建議去私人醫院，不會面臨高昂醫療費用。直接將醫療卡交予櫃台人員，依指示至等候區，醫生問診後就讓我去吊點滴，英文也說得不錯，結束後護士(或實習醫生)說明相關用藥，就放我走了，除須自行至藥局買藥，其餘費用皆由保險公司承擔，不須傳診斷證明申請保險。

HOSPITAL SAN RAFAEL
Hnos. de San Juan de Dios
Serrano, 139 - 28018 Madrid
Madrid

Nº de Receta: 2025745132025052204012965628951

RECETA MEDICA PARA ASISTENCIA SANITARIA PRIVADA

PRESCRIPCIÓN Consignar el medicamento: DCI o marca, forma farmacéutica, vía de administración, dosis por unidad y unidades por envase. (Datos correspondientes en caso de producto sanitario)	Duración del Tratamiento: 4 días	PACIENTE (nombre, apellidos año de nacimiento y nº de DNI / NIE / Pasaporte) CHIA CHIN HETAO
Núm. Envases / unidades: 1	Posología Límites Pauta L:00 COMPRIMIDO CADA 8 HORAS	PRESCRIBIDA TELLEZ RODRIGUEZ, DIANA
Vía Administración: ORAL	Nº orden dispensación: 1	Nº Colegiado: 282860071
Posología: 1,00 COMPRIMIDO CADA 8 HORAS (L-M-X-V-S-D)	Fecha prevista dispensación: 22/05/2025	Especialidad: AU- MEDIC INTERNA
DIAGNÓSTICO (si procede)	Fecha de la prescripción: 22/05/2025	
INSTRUCCIONES AL PACIENTE (si procede)		

El paciente conservará este documento de información durante el periodo de validez del tratamiento.

2025745132025052204012965628951

El cumplimiento de la prescripción en el artículo 1º de la Ley Orgánica 13/1996, de 30 de marzo, de garantía de la calidad de los servicios sanitarios, requiere de la firma manuscrita del profesional sanitario responsable en el momento de la emisión, verificación, generación y custodia en la dirección del prescriptor y/o de la farmacia dispensadora.

處方簽(上聯藥師收走)

心得:

交換前真心以為自己帶的備藥足夠，不會解鎖這塊技能，殊不知在學期結束後碰上了!

雖然只是兩次的急診，不算重大事件，但寫的有點多，我盡可能把所有細節都寫出，或許會有幫到的地方，若真遇到，不必過於擔心，畢竟還是在歐洲，醫療水平有一定品質。

個人建議:

以下是個人經驗，旅行常攜帶的藥物，**務必依自身狀況自行斟酌，有特殊急病史或過敏史，請諮詢醫生:**

1. 家醫備藥: 建議找熟識的醫生，比較知道你可能會有哪些症狀，當然，更謹慎的可以預約旅遊醫學門診，特別是有計畫要去非洲的同學；克流感藥需自費，可以自行詢問醫生，因為聽說歐洲醫生通常不開這個藥，偏向自然療法，自然康復!
(可能飲食偏冷，交換中後段有發生蕁麻疹，雖然是輕微，但也持續約一周，所以後來家人有再幫我帶藥過來，我後來又發生一次)
2. 蚊蟲藥膏: 相對台灣濕熱天氣，歐洲已經算很少蚊蟲，但仍可能會遇到臭蟲，建議大家不要為了省錢找太便宜或評價不好的青旅，衛生環境堪憂
3. 止痛藥: 生理期會不適的，建議帶平日習慣用藥
4. 胃痛藥: 因為有時會突發性胃痛，一直都有備著
5. 保健食品: B群、蔓越莓錠，自認身體素質較差，所以在外旅行每天固定會服用B群；後者是因歐洲廁所不普及，通常不是水喝的少就是會憋著，發炎機率較高，蔓越莓可做為日常保養也可以在感染時暫時緩解
6. 百靈油: 喉嚨不適可加幾滴在溫水中緩解
7. 面速力達母: 基本藥品，但於我而言，最主要用途是在流鼻水時，睡前塗在鼻腔內及鼻翼，或是喉嚨痛塗一層在脖子上(外用)
8. 蜂膠: 是液體不是蜂膠糖，除備藥外，一定會隨身攜帶，能有效緩解喉嚨痛，市面上有各種品牌，最有效的是有附滴管，歐洲幾乎找不到，一旦覺得喉嚨有異樣，或快要感冒，可在睡前滴一兩滴在喉嚨，有些刺激(不會痛)，習慣就好，如果不能接受，可退而求其次，滴在溫水中，依然會有效果。