

2023 Residency MATCH 心得

Emergency Medicine: Yale-New Haven Medical Center Program

如果有參加 TRUST 社團，歡迎參考我在社團內的詳細心得！

<https://www.facebook.com/groups/twusmle/posts/6914923478613008/>

概述

就我申請的急診科 (EM) 與內科 (IM) 而言，我個人感覺重要性順序是：

推薦信 > 考試成績 > 研究、志工、工作等經歷

因此，以下詳述部分也是依照這個順序！

臨床實習/見習 (USCE, US Clinical Experience)

參加臨床實習/見習最重要的就是拿到好的推薦信 (LoR)！在醫學系畢業前參加的實習 (clinical electives, sub-internship [sub-I]) 特別有價值。這是因為以學生身份才能實際接病人、問診、PE 等等，臨床互動多就比較容易拿到好的 LoR。畢業後的見習經驗稱為 observership，也可以幫助建立很好的人脈 (connection)，也有機會拿到好的信，但與畢業前拿信的難易度相比有差距。如果認真想申請美國住院醫師，為了 electives/sub-I 而延畢，我會覺得是蠻值得考量的選擇：我延畢半年的期間用來赴美實習與準備考試，畢業後半年考了台灣國考、當了 4 個月家因替代役、8 月考完 Step 2 後直接飛美國，回想起來也是蠻緊湊的！

在學期間申請管道包含 (1) 校內推薦交換名額，(2) VSLO (舊稱 VSAS) 系統，(3) 美國醫學系或醫院官網申請。在選擇實習 program 時，(如果是為了申請 residency 的話，) 務必選自己有去過比較有把握的 course，例如我在臺大有 POCUS 工作坊的經歷，因此對於掃 FAST，RUSH，膽囊之類的還算熟悉，因此上手很快影像品質也很好，就給 Yale 老師們很好的印象。

學生身份常常有機會申請到如 Yale, Mayo Clinic, USC 等等的超級名校醫院，在那邊拿到的 LoR 也很有份量！或許在起初會認為以拿到 LoR 為目標壓力很大，其實不必過於緊張，只要實習時保持好的學習與工作態度就很棒了！我個人的做法是在實習到快一半時跟 supervise 我的主治醫師 (attending) 約 5 分鐘聊一下，禮貌地詢問能不能給予 feedback for improvement? 也趁這個時候說明對赴美申請該科表達興趣，聊聊是否有任何建議等。實習時也可以跟 attending 與 resident 表達申請該科的興趣 (自然聊天的方式就好)，說不定有意想不到的幫助！實習快結束時記得跟最熟的幾位 attending (PD/APD 更好) 提起 LoR 的事情，徵得同意後寫 email 謝謝他答應幫我推薦 (同時留下書面證

據！！)，這樣信就入袋了！建議多討幾封信 (2-3 per rotation) 以便在申請時有機會選擇，而且醫師都很忙的，之後會不會神隱不回信還不好說呢😞

我在 Yale 認識了幾位人超好的 attending 與 resident，在申請一路上都很支持我也對我幫助很大。當我在 POCUS rotation 跟 PD 聊天得知我拿不到 SLOE (standard letter of evaluation, 申請 EM 必備的神器，需於畢業前參加 EM sub-I 才能拿到) 時，真的是晴天霹靂！！導致我下班回 Airbnb 失落了一整晚（隔天當然是重新堆滿笑容回醫院上班囉）.....但是，當人超好的幾個 attending & resident 們知道這件事後，clerkship director 幫我調班表讓我跟 PD/APD 同 shift 讓我有機會表現；attending 幫我寫 email 給大佬說我表現不錯；resident 也放一些 procedure 讓我嘗試/學習.....雖然我還是拿不到 SLOE，也沒有任何保證我能拿到 Yale 面試，但我感覺到大家都在範圍內幫了非常大的忙，而且也告訴我們勇於 reach out 的重要性！（當然還是要有禮貌）無論如何，能拿到 Yale 的 LoR（儘管不是 SLOE）我已經感謝萬分了，事實也證明對於申請有很大的幫助（有蠻多面試官提及我的 LoR 不錯，但事前我真的不知道，還以為 EM 已經沒救了申請一堆 IM...）。但是，如果學弟妹有參加 sub-I 的機會還是一定要把握啊，像我這樣沒有 SLOE 還是太抖了！

考試

雖然 EM 對分數的要求不是那麼嚴格，但對 IM 來說或是大學 EM program 來說，分數越高還是越有機會拿到面試。尤其以後只有 Step 2 有分數，所衝高它就超超超重要了！我覺得 Step 1 可以跟一階國考一起準備，考完以後儘快考掉 Step 1 (反正以後是 pass/fail 了)。大五大六一邊實習一遍準備 Step 2，再利用寒暑假或有連續放假的期間最後衝刺考完 Step 2。我的 Step 1 是在 pass/fail 之前考的，準備策略不太一樣，就請參考比較近期的心得囉！

Step 2 心得在 TRUST 社團裡面：

<https://www.facebook.com/groups/TRUST.USMLE/posts/3245096222415905/>

研究

就如 Eric 學長告訴我的，program 在意的其實並不是有幾篇 publication，而是整個 application package。況且申請 EM 不像某些科別真的很在意研究的數量與成果，因此研究經驗的主要目的除了告訴 program 「這個人有做研究的基本常識與入門經驗，以後至少可以繼續做一點小 project」，更重要的是如果這項經歷與志工、工作等其他資歷跟美國有關聯的話，就會讓 program 覺得「這個人有在美國與他人共事的經歷，是我們自己人，應該有適應美國的工作模式了，收的話比較安全」。

我來到德州開始做 research intern/volunteer 差不多一個月後（實際上因為醫院手續的關係更短）ERAS 就截止了，因此我申請時沒有德州的推薦信。但是我可以說，在德州的這段日子對我申請住院醫師還是幫助非常的大。就如同前面提到，program 要的就是一個「自己人」的感覺，因此我在德州有協助研究的經驗，也有自己當 co-author 的新文章，也在 BSWH、BAS 兩間醫院見習、參與晨會、參與臨床技能教學（simulation）等等的經驗：「雖然我沒有 SLOE，但我現在就在 ED 參與各種臨床活動與研究工作，不只學習到研究、急診醫學、醫療制度、文化方面的知識，也透過實際與美國急診醫師共事累積工作經驗。因此，雖然剛進入 residency 會有一些挑戰，但我正夠過德州醫院的工作不斷精進自己，相信能幫助我更順利銜接六月的上工。」能自信地講出這段話，就是在 Eric 這裡工作的最大優勢了！

關於 Eric 這裡工作的細節，請參考我在 TRUST 社團裡的心得

<https://www.facebook.com/groups/twusmle/posts/6950305005074855/>

歡迎對 EM 有興趣的學弟妹參考～

志工、工作、社團等經歷

雖然申請 residency 最重要的兩件事是 LoR & Step score，但如前面所述，面試官看的是一個整體的 package，所以這些 ERAS 上面會呈現的項目也挺重要。這些項目不見得要很困難稀有；我們以為平凡的經歷，對美國人可能很特別，例如常見的服務隊/志工之類的經歷我覺得就是不錯的素材！當他們問起這段經歷，就可以帶出台灣的醫療現況、服務隊的宗旨是什麼、我實際做了什麼工作學習到什麼，解決了哪些問題但哪些問題還存在……等等。盡量把 ERAS 上的項目寫得豐富，並找出 1-3 個值得談論的亮點經歷，在 personal statement 裡大書特書，讓面試官主動餵球來大聊特聊，這樣就成功塑造了個人特色。

Personal Statement (PS)

Personal statement 我當初花了好幾個禮拜來寫（那時還沒有 ChatGPT），而且 ERAS 交出去以後還一直改版（完全是拖延症的後果）。第一段開場雖然不見得要很標新立異，但一定要有趣，讓面試官有興趣整篇看完。雖然 PS 好壞不會讓我上天堂或下地獄，但它就是個談話資料，面試官真的會讀 PS 並從裡面找話題，例如我就是以 POCUS 跟 Fight COVID Taiwan 為亮點經歷。我有把 PS 交給 MatchPreparation (<https://matchpreparation.notelet.so/>) 修改，蠻不錯的！他們會找兩個人看過，而且不只是修文法，還會以過來人的經歷建議說這個事蹟太爛了不值得寫之類的 XD 不過給他

們修完後，我還找了幾位美國 attending 與 resident 幫我看，他們都給了很多很好的建議。我覺得關鍵就是一定要給「美國土生土長的醫師」看過，因為他們才看得出一些我們外國人不懂的眉角，很重要！

Apply to Programs

因為 EM 對於 IMG 來說還是相當困難（至少以往是這樣啦），況且我沒有 SLOE (subspecialty SLOE 嚴格來說不算)，再加上我對 IM 也有些興趣，所以我也丟了很多 IM 的申請。在選 program 時，很多人跟我說同一間醫院不要 EM/IM 一起丟，所以我比較好的大學醫院只有丟 IM (Yale, Duke 除外)。但是後來發現 EM 的面試數量比預期多很多，再加上有 chief 跟我說其實都丟沒差，我就又補投了好幾間 EM。現在事後諸葛來看確實是不需要投那麼多間。

另外，我覺得我幾間好的大學醫院的 interview invitation 或多或少都是有些 connection 的；比如 Yale 是因為去做過 elective，一間（可能）是因為有台灣學姊在那邊當 resident，一間是一個認識的 chief 幫我爭取到的。另外，德州 DFW 區域的幾間 EM program 也是因為有 connection 所以拿到面試.....所以一來是認真感謝各位幫助我的貴人，一來是真的要多多 reach out，各種機會都是在意想不到的時機出現的！

Letter of interest 我是在 ERAS 送出後大概一個月後寄出去，我大概寄了 20 間左右。但只有一間回我信（就是 Yale XD），其他我寄出去的都不發面試給我.....😁但是如果我沒問 Yale，搞不好就拿不到面試了，所以綜合來看還是要寄啊！特別是有 connection 又還沒拿到 invitation 的 program，務必寄信去關切一下啊！

Letter of intent 我是在 rank list 截止前的一兩個禮拜才寄給我的 top 3 programs，都有回，而且感覺都蠻不錯的。我覺得至少 top 1-3 可以寄一下，給對方一個印象是我真的很有興趣，拜託收我吧，反正寄了頂多沒用而已，no harm.

面試

拿到面試的數量與申請 program 的數目呈正相關。但是（又引用 Eric 學長的話）無論拿到幾間面試，都得當作只有這一家 interview invitation 的態度來對待。畢竟是在求職，要讓對方覺得我是真的很有興趣想來，超喜歡這個 program！所以面到最後雖然有點冗，我還是很努力地堆滿大大的笑容 :) 洋溢著滿滿的熱情坐在電腦前面面試。

面試的內容，說真的大同小異。我覺得重點是：準備好常見問題的擬答，就算遇到沒準備的問題也可以用擬答的材料組合出新的答案；裡面對著鏡子或錄影多多練習講話的樣子，

並跟同儕與 attending 練習（並用不在 list 上的問題練習隨機應變）；保持自信，得失心不要太重，一個面試爛了再重新堆好笑臉迎接下一個；光線從斜前上方均勻照亮臉部（光源要夠大才會柔和）。我推薦的準備資源是

<https://www.residencyinterviewquestions.com>。另外我也稍微參考這份的問題

<https://ttg-wp.s3.amazonaws.com/wp-content/uploads/2020/12/14162113/Ideal-Team-Player-Hiring-Guide.pdf>。

謝謝大家看完，若有我能回答的問題歡迎來信（yenyihuan@hotmail.com）詢問我喔！