只要你過得好

Only If You Live Well

■ 文 ｜ 張菀茹 花蓮慈濟醫院一般醫學內科病房專科護理師

加護病房，那是一個充滿機器聲、馬不停蹄的一個環境，不知道下一秒鐘病人會不會在面前心跳停止；加護病房，那是我開始護理工作最初的地方……

停下腳步 讓病人勇敢

一位三十幾歲的女性，因為急性呼吸衰竭住進內科加護病房，嘴裡插著氣管內管接著呼吸器，不能說話。學姊跟我交班的時候，告訴我這個病人會一直搖鈴鐺，不停的要求我們進去看她。我上班的時候，的確如此，每五分鐘搖一次鈴，一下子要喝水，一下子要聽音樂，一下子要蓋棉被等等，無法分身去照顧其他人。

再一次的搖鈴時，我的脾氣上來了，推開門打算好好「念」一下她，忽然間，念頭轉換成想要知道為什麼她會如此沒有安全感。於是，我開口說：「我知道你生病不能說話，來到一個陌生的環境，你一定很害怕，所以不斷的搖鈴請我們進來陪你，是嗎？」那位病人眼眶泛紅拿著小白板開始寫字：「我知道，我會有一個大劫難，這是算命師告訴我的，所以我知道這次生病就是這個大劫難。只是，我真的很害怕，我害怕我會死，我不想死！雖然我已經好累了，一個女人自己帶一個孩子，真的好累！」我說：「你的人生，我可能沒有辦法幫你什麼，因為那是你要自己過的。可是，我可以保證，在我照顧你的期間，只要你有需要，搖鈴叫我，我一定馬上出現！現在你能做的事，就是好好的睡覺、復健、配合治療，這樣才能好轉，好嗎？」她點點頭。之後，在我的班內，她沒有再搖過一次鈴鐺。

經過此事，讓我省思，有時候病人需要的不多，只要傾聽、陪伴，讓他

不害怕。停下腳步，聽聽他要的是什麼？花一點時間陪伴，讓病人可以勇敢。這也許是我可以為病人做的一點事吧！

再細心一點　創造護理獨特性

工作幾年後，我轉任專科護理師。剛開始，注意力放在疾病及病人的評估，漸漸地發現，有的病人只因為一些小細節沒注意而帶給自己或家人困擾，只要好好教導，或許就可以不用住院。這些是以往我不曾細想的問題。

一位五十幾歲女性，因神經性膀胱炎長期自我導尿。奇怪的是，近半年常常因為泌尿道感染來醫院，細菌一次比一次難處理，直到最後兩次長了抗藥性的大腸桿菌，終於住院打抗生素治療。詢問之下，原來是自我導尿的工具已經一年多沒有換。住院期間重新教她，並且暫時放置導尿管，建議出院後到泌尿科門診追蹤，她終於不再受尿道感染困擾了。

轉任專科護理師後，張菀茹發現只要留心一些小細節，病人的狀況或家人的困擾可能獲得大大的改善。

另外是一位住院病人因血壓偏低而停用降血壓藥物，奇怪的是，他的血壓反而持續偏低。找了藥物、感染、出血等等因素，都沒有問題。於是，跟他太太說明：「目前伯伯的血壓偏低，降血壓藥物都已經停掉，可是血壓沒有預期中回覆，我們會在密切注意他的血壓，如果有需要會使用升壓劑。」這時候，他太太說：「原來是你們故意停掉降血壓藥不給他用的唷！我還在想，這降血壓藥吃了十幾年，不可以停，我每天還是固定給他吃。」真相大白！原來我們自以為沒有使用的藥物，家人還是按時的給他服用，難怪血壓一直不見起色。經過解釋後，太太了解，病人的血壓也回復正常。

從照顧病人的過程，張菀茹發現自己的處世變得更圓融，看待事情的角度也寬廣了起來。

諸如此類，之前沒有放在心上的事，原來只要再細心一點，或許很多事情會變得不一樣，於是工作快十年的我了解，能評估病人的問題，真正反應出來，解決了問題，這才是護理人員的獨特性。而病人的問題，不只是生理上，還包括心理的困擾、知識是否有誤、家庭支持系統是否完整、社交情況是否良善等。

一直提醒自己「視病如己，盡己所能」，不忘初衷！我很開心能夠從事護理工作，在工作的環境裡，我在病人身上學到很多，他們的故事就像一部部電影，在我眼前展開，而經由他們的故事，我的處世變的更圓融，看待事情的角度變的更寬廣。

每當走在路上，遇到似曾相識的面孔親切地與我打招呼、叮囑我要好好保重身體，或是出院後特地回來探望護理人員的病人或家屬，當我看到他們過的好，就感到開心、幸福。

這幾年雖已不在重症單位，但已牢記生命的脆弱及無常，現在的自己每天穿梭在各個病房，探視著病人，守護著吐納之間的瞬間……