天使守護心健康

Send My Regard to Psychiatry Ward Nurses

文／蕭亦伶　臺中慈濟醫院身心醫學科臨床研究醫師

清晨的陽光灑入病房交誼廳，一大群病患跟著活力晨操歌曲正精神抖擻的伸展四肢，活動筋骨。在前頭和一旁帶領及陪伴病患做晨操的，正是精神科的護理同仁和護安大哥。這是陽光燦爛的一天；這是眾多精神病患，在病房中充滿活力的開始；這是家屬期待摯愛的親人可以回歸正常生活的一部分。

精神科，可能是許多人感到神祕、疑惑甚至擔心、恐懼的科別。許多不了解精神科專業的人，腦海中描繪的精神科總是一群瘋狂的人，封閉的隔離室，甚至是古老電影出現的電椅。常常有學生問我：「進到精神科病房會不會被攻擊？會不會有什麼危險？要小心什麼話不能說？」可以理解，要選擇精神科護理，要照護精神科病患，需要排除多少心中的疑惑，甚至要說服自己親人的擔憂。在我們病房的所有護理人員，從他們身上，看不到恐懼，嗅不出擔憂，能感受到的，是他們對病患滿滿的關懷。

臺中慈濟醫院精神科病房在今年一月正式啟用，從病房環境的安全與舒適，就可以充分感受到我們護理師的專業和溫暖。之前在討論空間安排和設施配置時，護理人員提供的資訊就是依著他們每天細心觀察病患的心理和生理的需求，我們才能創造出如此溫馨安全又有活力的病房。

進到病房，映入眼簾的，是寬敞又明亮的大廳，穿梭其間的護理人員，正從容有條理地給予病患藥物，提醒病患生活細節，關心他們睡眠和飲食，更照護他們遭受症狀困擾的心靈。

蕭亦伶醫師常覺得幸好有護理師在，隨時設身處地協助與關懷精神科患者。

精神科病患受到許多症狀干擾，有些嚴重的甚至無法有正常的生活作息或自我照護。護理人員要照護病患幾乎一整天所有的大小事情；從叮囑服用藥物，給予疾病衛教，增加病患對於自己疾病的病識感，提醒他們自我照護，甚至幫忙自我照護功能較差的病患梳洗，提醒他們生活的規律，支持他們受困的情緒，還需要關心到家屬因為不了解如何照護病患或者因長期照護的壓力所承受的煩惱。

精神科護理，是第一線面對病患的守護天使，他們細微的觀察和專業的判斷，以及與團隊的合作，每每可以幫助整個照護團隊做有效的溝通和整合。護理師們即使面對受精神症狀干擾而變得狂暴的病患，依然堅定而迅速地，一同安撫病患的情緒，並協助確保其他病患的安全。

在我們團隊中的護理師身上，看不到對病患表現出暴力、狂躁的畏懼；沒有對病患症狀干擾而流露出的困惑；他們擁有的，是對病患 24 小時守護的心。

我常常覺得，精神科的護理師，就像是病患的守護天使，時時刻刻幫助病患處理他們的困惑；小至協助切水果，大至他們對於未來生活的擔憂，都需要這群溫暖而專業的天使們，隨時設身處地給予他們協助和關懷。

因為有這群精神科護理師，病患可以受到全方位的照護，團隊可以更緊密的替病患規劃治療計畫，醫師們亦可以更完整且安心的瞭解病患。這群護理人員，是我們的守護天使，也是病患和家屬永遠溫暖的守護天使。