

擦乾眼淚再出發

Dry My Tears and Restart

■ 文 | 李芷菱 慈濟科技大學護理系五年級

四年級，進入了內外科護理學實習。對每一次的實習，心裡總是緊張又期待，走進醫院，隨著電梯的上升，感覺到自己的血壓也隨之升高。距離上次基護實習已有一年多，不知道自己在這段時間的學習是否隨著時間成長，是否能夠在個案照護中表現出更專業的一面。抱著忐忑的心，踏入病房，再度開啟了我的實習生涯。



實習第一天跟著學姊見習，有位病人需要藉由抽痰的方式，才能清除呼吸道中的痰液。映入眼簾的是病人空洞渙散的雙眼、毫無對焦，看似對外界任何事物都不感興趣。就在學姊開始抽痰時，病人滿臉漲紅，用力咳嗽，像是要將五臟六腑都咳出體外似的，我感覺抽痰對他來說，是一項相當不舒服的技術。抽完痰後，我看見那名病人流了眼淚，覺得好心疼。整理用物後，學姊告訴我：「抽痰或許對病人來說，是一件很不舒服的事，但如果不抽痰，病人又無法自咳，痰液蓄積在體內可能會引發感染危及性命。」聽完這一席話，我的心情逐漸平復，我能夠明白學姊所說的，只是第一次在真實的臨床情境看到這樣的過程，內心很衝擊。

剛接觸臨床的我們，對於與病人溝通這件事，感到十分的畏懼且有壓力，原來說話是門藝術，也是要學習的。我在內外科實習時，一開始我所照顧的個案阿姨，除了每天為她執行常規的照護，很少進一步和她說話去了解她，在幫她換藥時，病室中總是圍繞著尷尬的氣氛，因為安靜無聲、靜悄悄；隨著照顧她的時間愈長，只要一有空閒

李芷菱同學（左）感謝實習課程期間，病人給予的正向回饋，為她的護理實習生涯打了一劑強心針。



時間，我便會去病室與她聊天，隨著不斷地練習溝通與會談，我們的護病關係也愈來愈好。

記得有一次我在換藥時，因為太緊張，將無菌的紗布染污了，當下被老師罵了一頓，老師並沒有很兇，可是我覺得自己很不應該，已練習多次卻沒有做到最好，當下自責的心情，使我掉下了眼淚，就在這時，阿姨拿出紙巾遞給我，她告訴我：「老師罵妳並不是指責妳，是為了妳好，我想老師也知道妳是一個好學生，她是希望妳可以進步，不要那麼粗心，把眼淚擦乾走出去病房後，就不要再哭了，而且要告訴自己，下次不要再犯了！」聽完這些話，我更加自責，但我也下定決心，要認真做好每一件事，才不辜負我的個案對我的期望。

每一天每一次的練習，再加上阿姨總是耐心溫柔的勉勵，到後來換藥時，我不但不緊張的順利完成換藥，過程中還會主動關心她的感受與病況。三個星期的實習結束，在最後與病人阿姨道別時，十分不捨，總希望自己還能為她做更多。

有一天我在學校遇到當時的實習老師，她告訴我：「上次妳照顧的那位個案，已經出院了，離開前她寫了一封信給單位，覺得妳以及醫院的醫護人員照顧的十分用心。」當下聽到這些話，內心很是激動，感謝阿姨在我的學習過程中給我機會與肯定，為我的護理學習之路打了一劑強心針。

我告訴自己，要更加努力學習，未來我也要成為一名能夠獨當一面且專業的護理師。