



阿長，請聽我說

Please Listen to Me, Head Nurse

# 學習安寧伴行

Learning the Palliative Care



「我的志願」，想必許多人都寫過這樣的作文題目，曾經有過無數天馬行空想法的我，在閱讀南丁格爾及德雷莎修女的傳記後立定了志向，嚮往護理這助人的職業，還記得加冠典禮時「盡力提高護理專業標準，勿為有損之事，勿取服或故用有害之藥，慎守病人及家屬之祕密，竭誠協助醫師之診治，務謀病者之福利」，短短幾句誓詞，成為自己於護理工作中的準繩。

剛畢業即投入內科加護病房，兩年多的時間經歷也看過無數緊急醫療處置場景，見證醫療救人的奇蹟，但當治療回天乏術時如何生死兩相安的問題常常讓我困惑。一個週末下午，有位中年病人出現危急狀況，醫療盡了最大的努力，眼看一袋又一袋的血輸進體內，血壓卻遲遲沒有上升，太太及子女們祈求著醫護人員，「拜託你們，救救我先生！」、「救救我爸爸！」最終仍無法挽回生命，太太哭得淚眼婆娑。辦理出院手續時我安慰她：「阿姨，妳要堅強點！」當下，她突然情緒崩潰，大喊：「我要怎麼堅強？到底要我怎麼堅強！」這場景久久迴盪在我的心中，揮之不去，反覆地思考：「是啊！換作是我，我也無法堅強。」我想安慰而說的話，卻成了傷害哀傷家屬的利劍，這個挫折成為我學習安寧療護的契機，也決定轉調到心蓮病房。

剛轉入的前幾個月，發現一切和自己的想像有落差，無助的負面情緒接踵而來。幸好，單位常有開放討論的氛圍，讓同仁相互支持，且讓我「抽離」情緒，看看問題的現象，再次解讀時有不同的發現與看見，如美玲阿長說的，「有時我們不知不覺中把病人『揹』回家，這樣會很辛苦。」琇媚學姊也要我自己常想想「善終善別，是病人的需求？還是我的需求？」她們的提醒都幫助我學習還原生命原有的樣貌，我們只是「陪伴苦難過程的同行者」。

透過美玲阿長及琇媚學姊的支持及建議，讓我有被傾聽的感覺，無論是利用上班的空檔或是下班後的時間，相互討論及交流近日的心情或是照護上的瓶頸，都是讓我再次充電的泉源，以及抒發情緒壓力的管道。還記得在一個日常裡，一位病人告訴我「我痛故我在」，但我聽著的心情是不捨而複雜的，因為想讓他更舒適、生活更有品質，卻遲遲使不上力，帶著失落及無力感與阿長及學姊分享，還記得當時學姊的提點：「當病人和家屬都覺得舒適，當他們都不害怕死亡時，這就是一樁美麗而安詳的事。」原來病人接受了痛，不接受的人是我！

有一天，和一位口腔癌末期的阿芳大哥筆談時，因為感受他經歷的痛和苦，不知不覺我淚水撲簌流下，模糊了紙上的字跡，他卻寫下：「不要替我傷心，我不怨任何事，有你們的照顧和祝福，我已準備好且期待那一天的到來，要歡喜送我一程，我了無牽掛。」本該是自己來安慰病人，沒想到卻是阿芳大哥教我看見生



命的出口。我想面對臨終的患者，其實也是學習看見自己，猶如解開了內心的死結，也讓我重新站在病人的角度去感受和體會。

照護阿芳大哥的過程中，我有許多困擾，例如：灌食量的增減問題，複雜的疼痛問題，他是好人為何受這麼多的苦？這些問題困擾著我。還好在心蓮病房的晨間交班，是團隊一起交班，有問題可以當下再次澄清，也有床邊教學活動。討論個案時，阿長形容臨終過程像是「毛毛蟲蛻變成蝴蝶」的歷程，生命蛻變的過程是無價的，要相信護理幽谷伴行的價值：「不是將苦拿掉，而是過程中有護理師協助病人一起面對困難，病人會有所感受。」

照護病人的過程中累積了經驗，而除了看書之外，學姊們及護理長的經驗，有如一本本活生生的書，願意分享及和我討論，讓我學習安寧療護的過程更加順利。在阿長及學姊們的教導中，我學會靜下心，真誠地傾聽病人及家屬所要傳遞的訊息，用心的交流；也學會各種讓病人舒適的基本照護功；逐漸了解如何引導家屬們進行臨終時的準備；同時接納自己的不足，因為我仍在學習中。也逐漸體會到美玲阿長所說：「我們就像導演，如何引導家屬及病人，讓善終的過程更美好圓滿。」的確，在這生命故事裡，每個人扮演著不同的角色，而醫護人員就是那催化劑，牽引並凝聚著當中的每一位成員，讓這最後一哩路的途中，增添不一樣的色彩，創造酸甜苦辣的回憶。