



學術，請聽我說

Please Listen to Me, Senior

時間停格的 寧靜與溫暖

Palliative Care Brings
Tranquility & Warmth

我在急重症待了十幾年，一直對安寧這塊感到好奇，直到某次在機構中遇到安寧團隊的人訪視，看到他們不同於以往的專業，和從他們身上散發出來那種莫名的溫馨感，讓我毅然決然投入安寧這陌生的領域。

還記得走進心蓮病房的第一天，被眼前的寧靜和暖意震驚，這裡的每個人都面帶微笑，讓人不禁有種回到家中的錯覺，看到學姊們面對病人時，不再是以往的急促，而是耐心地、靜靜地坐下來傾聽病人的煩惱，甚至連家屬的擔憂也一併擔起來消化、處理，尤其每當計畫要讓病人出院時，安寧團隊便會開始另一個規畫，一步一步的評估和考量，就像媽媽準備讓孩子上學，一定要弄到妥妥當當地才敢放手，然後還要不定時探訪、追蹤才能放心，這樣的落差是以前在急重症完全無法想像得到的。

還記得剛來單位沒多久，就照顧到一個因嚴重頭頸部淋巴水腫，腫到連眼睛都睜不開的口腔癌患者，這個病人非常有個性，對於治療他始終是採積極的態度，所以當初要從病房轉來安寧前，共照學姊也花了很多時間溝通，剛轉來時他的臉上擺明寫著老大不願意的字樣，渾身散發著生人勿近的氣場，但身為主責護理師，我怎麼能夠因為這樣就真的謝謝再聯絡。於是我鼓起勇氣，慢慢的和他解釋接下來的照護計畫，一步步地搭起護病橋梁。

某天我在學姊的帶領下第一次使用淋巴按摩的技巧，就這樣在床邊待了一個多小時，成功讓這個病人再次張大眼並且清楚地看到了人事物，當時病人、家屬的感謝和喜悅，我永遠無法忘記。

那次之後，他們對於護理人員便產生了莫大的信任和依賴，除了建立起良好的護病關係，也讓後面疾病發生變化、惡化甚至往生、告別式的過程，他們始終都是萬分的感謝；過程中，我也看到了孩子對病人的孝順，前妻和母親對病人的愛，還有兄弟間那真摯的關懷，家屬們都勇敢地從不捨到接受，最後再到放下。病人因愛而產生勇氣的心，還有那段把每天當成最後一天活著、珍惜著的日子，都是值得你、我，甚至是每個人省思和學習的。

剛到安寧病房時，我確實因為常規或思維不同而有許多困惑和迷惘，甚至有時想打退堂鼓回到急重症那熟悉的舒適圈，但後來經過護理長、副護理長耐心的引導和傾聽，加上學姊們的鼓勵和適時的讚美，我開始試著讓自己放慢步調，透過照護末期病人時的每個情境，想著如果有天我面對生命末期一定也會希望有人理解、傾聽、關懷我的，於是每個情境都讓我有種昇華的感覺。不知不覺中，在心蓮病房上班的日子，我不再只是過去那個衝來衝去只負責做治療的護理師，而是更小心謹慎地提供照護、更穩重沉著的陪伴，只想成為病人和家屬心中那棵不會倒的大樹，好讓他們能夠安心地依靠，獲得真正的尊嚴和舒適。

現在和家人朋友說起工作，我都會無比驕傲地說：「我在安寧病房。」因為在這裡我看到了以前課本上提到的「全人」照護，而且我做到了，因此我更加熱愛從事護理工作的自己，然後用這分熱愛延續我來到安寧的初心。