



# 引以為傲的

So Proud of Our  
Rehabilitation  
Ward Nurses

# 千面女郎



宋碧愉

臺中慈濟醫院  
復健科主治醫師

今天要來跟大家分享我們 10C 病房的「千面女郎」——護理師。

臺中慈濟醫院 10C 病房，所有的病人都需要復健，病友們的診斷包括中風、脊髓損傷、腦傷、腦部腫瘤等等。病友們肢體都有或多或少的不方便，很多家屬對於如何照顧這類型的病人感到迷惘，患者很容易有憂鬱的傾向。這個時候，團隊的共同合作就顯得非常重要。團隊中有一個不可或缺非常重要的角色，就是「護理師」。

她們每天輪流三班照顧病人，除了檢查生命徵象外，更重要的是處理病人及家屬的「問題」。這些問題非常廣泛，包括如何換尿布、鼻胃管照護、移位，回家後怎麼洗澡、交通、殘障手冊申請、中風後怎麼穿衣服……

護理師的工作可謂是包山包海，無所不能。但在這無所不能的背後，她們花費了無數的心力及時間，去學習原先在護理訓練時沒學過的移位方式、單手穿衣、拐杖行走等；也需要去熟悉一些長照相關內容、輔具補助等等。更甚者，她們花費了許多自己的時間來陪患者進行



病房復健運動、聖誕節薑餅人裝飾、中秋節剝柚子活動。原本這些時間她們是可以用來完成臨床工作及紀錄的。

她們為什麼願意這麼做？有位護理師回答說：「病人如果有進步，或者在病房很開心，我們就會覺得一切都很值得。」正是這樣一種無私奉獻的精神，支持著護理師們陪伴這些有神經疾患的病人，成為他們在辛苦復健日子中的強大精神支柱。

此外，這群白衣天使們也幫忙協調反應醫療團隊人員的工作。她們對於患者及家屬的狀況最清楚，對於照顧者是否具備足夠的照護能力也明明白白。

「可以來幫忙一下？我想幫媽媽翻身。」聽到這話，一個身影立即從護理站閃出，快步走入病房，「先把這個棉被捲放在背後，腳中間可以夾個枕頭……」然後手把手地教不會照顧患者的家

屬，除了翻身、還有換尿布、管灌、抽痰等。要好好照顧一個中風患者，有數不盡的工作，家屬們剛開始對於這些護理技術完全不熟悉，護理師就要一點一滴的教會家屬，以期待未來病人回家後也能得到良好的照顧。這個工作不但繁瑣，而且做起來還滿困難的，需要因材施教。特別當照護者是好幾位不同的家屬或是語言不通的外籍看護時，其中的酸甜苦辣，恐怕只有護理人員才能理解。

「老師，這個手要怎麼拉衣服，才能順利的套到頭上呢？」場景來到某一天的晨會。會議中，大夜班及白班的護理師聚精會神的看著臺上的職能治療師示範著偏癱患者如何自己穿上套頭上衣。示範完之後，大家拿著衣服自己練習。這樣的課程，是為了讓照護中風患者的護理師實際體會穿衣的技巧及困難。轉



化到臨床照顧時，就看到護理師興沖沖地和病人一起練習穿脫上衣。病人不再覺得寂寞孤單，因為有人在一旁陪同練習，並且為他們鼓勵打氣時，生活自理的能力又更進一步了！

「學姊（專科護理師），這個星期阿伯的床邊復健要選擇哪些？」護理師手上拿著一本藍色的資料夾，指著裡面的內容，禮貌地詢問專科護理師。「可以讓某某床的阿伯和另一床的阿伯一起約來護理站釣魚。」千萬不要以為護理站有小魚缸，我們護理站有的是小朋友的釣魚玩具。為什麼要玩釣魚遊戲呢？因為可以訓練手部功能，可以讓病友們聚在一起互相打氣，建立情誼。怎麼知道哪些病友們可以一起做活動呢？就要靠專科護理師及護理師平日觀察病友們肢體恢復的情況。

為了讓病友們在漫長的住院日子裡也可以交朋友，和新朋友聊天聯絡感情，有情感支持，護理師們會利用小夜班的

時間，讓病友們一起出來玩小遊戲，或一起走走路、練站，運動一下，加強復健的強度，也讓復健的內容更多元，讓病友們和醫療團隊間的關係更柔軟。

「阿姨，今天有裝飾柚子的比賽喔！您要不要也拿一顆柚子來裝飾一下，等等拿去給大家投票。」歡樂的柚子裝飾大賽揭開序幕了。有參加比賽的人，每天路過護理站時，就會探頭望一眼自己的柚子得了幾票。愈靠近截止日期，大家的心情就愈緊張。這個活動能成功，讓病友在住院過程中有過節的歡喜，最重要的推手就是護理師。她們不僅要鼓勵病人參賽，甚至要在忙碌工作之餘，也一起協助自己的患者裝飾。舉辦比賽的過程中，努力炒熱氣氛。頒獎後幾家歡樂幾家愁時，適時安慰。

護理師在多重角色的轉換中，演出的每個角色都出色，正是我們病房最驕傲的千面女郎！☺