



老師，請聽我說
Please Listen to Me, Dear Teacher



走出經驗迷失 挫折中蛻變

GET OUT OF
EXPERIENCES
DILEMMA,
TRANSFORM IN
SETBACKS



■ 楊秀花 慈濟大學護理研究所家庭專科護理師組研究生

我出生於花蓮萬榮太魯閣族原住民部落，聖母護校畢業後到長庚護專就讀，畢業後在北部醫院服務近十年，因為父母年邁回鄉到花蓮慈濟醫院內科及加護病房服務外，一邊在慈濟技術學院護理系在職進修取得學士學位。當時因為家人生病需照顧，考量機構排班配合不易只能選擇離職，適逢衛生福利部因應人口老化推動長照 2.0 計畫，選擇自行開業成立長照居服單位。

臨床二十年再進修 「家庭專科護理師」

從事護理工作二十多年，有一天學姊問我：「什麼是好的護理師？」我說：「能夠減輕病人的痛苦，盡心盡力照護個案，用溫言暖語安慰個案或家屬。」學姊答道：「好的護理師除了服務個案的技能和態度，還需要不斷地充實及更新護理專業知識來提升照護品質。」

年資累積的經驗雖然珍貴，但醫療實證知識日新月異，長時間用經驗解決的迷失感與日俱增，反思自己的專業學理彷彿停滯在原地。

為了提升自己的專業能力，很幸運地通過書審面試順利進入慈濟大學護理研究所就讀，成為第一屆衛生福利部培育的家庭專科護理師 (Family nurse practitioner, FNP) 公費生。

進階健康評估 老師重現技能測驗現場

對睽違多年的學生生涯是既期待但又憂心無法承載學習的巨大壓力，有多門課程採用遠距線上教學模式，此學習方式有別於過去的實體授課，資訊軟硬體設備的應用是迎面的第一道難題。回想上課之初，大多數同學都已上線，我總是發生無法連線、斷訊，或音檔連不上的窘境，真是緊張萬分。

第一個學期印象最深刻的科目是謝美玲老師主課的「進階健康評估與實驗」課程，第一堂課老師便幫大家注射強心針，要我們不要擔心遠距教學學不好身體評估，老師自信的笑臉帶給我極大的安定感，而且自認過去已修習過身體評估課程應該能夠得心應手。

直到課程開始才發現進階版的身體評估學習有別於過去經驗，頗具壓力。課程以病人不舒服的症狀為主軸，應用學理進行評估及推理，然而要將病史詢問及身



體評估的結果整合並不容易，需要更深入的學習。為了落實學理與實務的應用，除了遠距教學，老師在學期中、末安排實體課程進行問題推理演練及身體評估技術實作，還精心安排標準化病人 (Standardized patient, SP) 讓我們實際模擬演練。OSCE 技能測驗過程超級緊張，期末實作測驗的結果不如預期，挫折感油然而生，回想監考老師的試後回饋內容，自我反思後發現自己對身體評估的技巧仍有諸多模稜兩可的疑問，鼓起勇氣找美玲老師請教以釐清自己的問題。

老師說因為是由其他老師監考，無法確切得知我的實際狀況，為了解答我的疑



慈濟大學護理學系謝美玲老師（右一）邀請標準化病人志工（中）協助舉辦 OSCE 技能測驗，左二為楊秀花同學。



惑，次日特地安排時間到身體評估示範教室進行實作。一進門，映入眼簾的是老師動作俐落地鋪床準備，並特地為我安排了一位 SP，讓我再做一次整體性評估，結束後老師針對有問題的部分進行示範及說明，以實作方式讓我覺察到自己問題的癥結點。老師親自布置場地，花了近兩個小時的時間進行一對一的手把手教學，受到她認真教學的態度及神情撼動，立定心志一定要學好身體評估幫助更多的病人發現健康問題。老師溫言提醒我：「秀花，讓自己歸零，才能學到更多。」並跟我分享她在美國求學遇到挫折時，難過哭泣後重整出發的心路歷程，老師的分享撫慰了我的心，也讓我在面對學習挫敗時更加堅強。



非常感謝老師的細心指導，她常說：「魔鬼藏在細節裡。」提醒我們按部就班，注重小細節，絕對不能馬虎。

預先推理出先生的病徵 居家護理善用身體評估

從未想過身體評估課程的學習，竟成了我挽救家人身體健康異狀的護身符。有一天外子表示心臟跳得很大力，從胸廓可以明顯看見心臟的跳動，感覺像是有人從心臟內部往身體外面用力捶打。我應用課程所教授的方式進行病史詢問及身體評估，外子過去曾有心臟瓣膜發炎的病史，推論這次的問題可能跟血管阻塞有關，緊急送醫接受心導管檢查並完成治療。當醫師的診斷結果與我的推理吻合時，很有成就感，深刻體會到救人救己的善的循環。覺得自己真的很幸運，課程學習後，讓我在面對家人突發的健康問題時能沉著以對，掌握處理時機，順利挽救外子被血栓阻塞的手臂，這是課程所帶來的意外收穫。

除了幫助家人外，課程的訓練也提升我對居家個案執行身體評估的重視，居家環境能應用的評估設備及監測儀器有限，身體評估技能相形重要。老師在課程的學習要求雖嚴謹，但深刻感受到紮實的訓練是提升專業知能的重要基石，縝密的問診過程，針對病人不舒服的主訴開始進行病史資料收集，執行身體評估後整合資料進行初步問題臆測後，確認問題後續解決方式，例如：可以在案家直接處理或是需要轉介就醫等。課程結束後繼續在居家場域落實應用，經過一年多的洗禮，評估個案的能力也愈來愈有自信。

雖然課程結束了，遇到問題還是不斷跟老師請教，美玲老師依舊熱情的為我解答，從老師講話的口吻，可以感受到她想把身上的專業絕活分享傳承的熱誠，期待學生能學好身體評估，仔細發覺個案的問題並協助解決。

身為居家機構負責人，忙碌的機構事務幾乎占據生活大部分的時間，原以為自己可能無法撐下去的課業，竟也進入第二年的學習。學習過程中雖然經常遇到「卡關」情形，對系上教師們適時協助解惑及鼓勵銘感於心。求學過程獲得專業知識的更新，實證學理的應用，在不同機構的臨床場域實習覺察到自己的不足，學習之旅仍繼續前行，相信一定能滿載而歸。