

護 燕 展 翅 飛



彭宣燕

花蓮慈院合心七樓病房護理師

Nursing Profession Adds Points to Life

Xuan-Yan Peng,
RN, Urological & Surgical Ward,
Hualien Tzu Chi Hospital

■ 文 | 林芷儀、黃秋惠



彭宣燕（右二）通過 2023 年花蓮慈濟醫院護理部「護理、為人生加分」徵選，在五月十二日護理師節活動中頒獎。左起為：陳培榕副院長、二五東病房洪萬康副護理長、護理部鍾惠君主任、慈濟基金會副總執行長林靜嫻、慈濟醫療法人執行長林俊龍、外科加護病房科護理師林怡岑，右一為慈濟大學護理系張美娟教授。攝影／江家瑜

選擇踏上護理職涯之後，來自花蓮富里的少女彭宣燕像「加速列車」一樣疾駛在人生的道路上，五專念書拚班上前五名拿獎學金，選擇「5+2」產學專班盡快接觸臨床，結業時順利考上長照研究所，學業念得風生水起，但在臨床方面，卻遭遇雪崩式的考驗；產學專班兩年，一半時間在醫院歷練，二十歲的她在短短一年內遇上七次急救但搶救無效的事件，導致她留下了害怕臨床的身心創傷，甚至一度出現不想活的念頭……

幸好，她那遇到瓶頸就努力找出路的態度，讓自己聽到肯定、鼓勵與支持，恢復一點信心，雖然創傷不可能立刻消失，但她決定再回臨床試試。

「小燕子」彭宣燕臨床護理資歷只有三年，整個與 COVID-19 新冠疫情重疊，對護理新人本就不易的臨床照護因防疫而更加艱難，生離死別因疫情而更常發生，卻也讓小燕子更理解包容家屬的情緒，重新找回在臨床服務的勇氣。接著她從書寫護病經驗的敘事過程中，梳理出護理工作的感動與成就，調整好自己的心態及步調，在學術與臨床兩方領域自由切換，偶爾放鬆，持續學習，朝下一個目標跨步走……

完美主義客家孩子 務實選讀護理

彭宣燕住在以六十石山金針花海聞名的花蓮縣富里鄉，家裡以務農為生，排行家中第二的彭宣燕，雖然成績可以考上花蓮女中，但從富里到花蓮市單程距離 96 公里，開車最快也要兩個半小時，不可能通勤，除了學費，還要加上住宿及生活費，她希望減輕家裡的經濟負擔，想起曾來學校廣宣的「慈濟科技大學五專護理系」，可申請公費，念完書就可以工作賺錢。取得父母同意之後，就往護理之路踏出了第一步。

五專開學，同學們來自全臺灣各地，讓宣燕很緊張，保持戰鬥意識，因為她必須拚班上前五名，領每學期兩萬元獎學金當生活費。

「完美主義者」是彭宣燕對自己的形容詞。上課都坐第一排，比起同學，更喜歡跟老師互動。學業方面自我高要求，省錢也是高標準，她對自己的要求，到專三可以工讀後開始解禁。憑自己的能力賺到零用錢，專四、五年級簽公費生，提醒自己不要過度在乎成績，她讓自己緊繃的弦鬆一點；樂觀的室友影響她變開朗，她也鼓勵室友一起讀書，兩人成為好友。在五專的課程中，宣燕最喜歡熊乃歡老師的基本護理學，「老師說，護理並不是課本上的就一定是絕對，你要想看看臨床上需要什麼，可以做什麼不一樣事情來幫助病人。」多元創新的內容，讓她了解護理並不是生硬的科目，而是有溫度的互動關係。

5+2 臨床與疫情雙震撼 身心受創想逃離

五專畢業，彭宣燕銜接上慈濟科技大學「5+2 產學專班」，每週三天在醫院實習，兩天到學校上課，二技的兩年期間，護理系學生與臨床護理師的雙重身分非常充實。由於 5+2 專班的規畫是每三個月換一個實習單位，讓學生快速經歷內外科病房，宣燕在合九（骨科及一般外科病房）、二六東（胸腔內科病房）、合六（心臟胸腔外科及一般醫學外科病房）、二五東（急診後送病房）這四個單位進行實習，後期因二五東改制疫情專責病房而回到合六病房；四個單位的指導學姊，方法與特質各異，協助她在臨床探索及學習成長。

醫院實習期間接連遇到的七次急救，最受創的一次，是一位七十多歲的癌末病人，他的死亡是可預期的，但家屬不放棄，希望醫護救到底，急救無效時家屬情緒崩潰大喊：「為什麼不救他！就是你們做錯了什麼，他才死掉！」

前後多次急救無效、病人往生，讓宣燕忍不住懷疑「是不是我壓胸做得不夠好？急救觀念不夠厲害？或是抽藥時哪裡需要改善？或是我的急救流程沒有做好？」她重新去考 ACLS 執照，不管是美國心臟協會 (AHA) 或臺灣急診醫學會，她重複去考、練壓胸，教學的老師說她的壓胸動作跟教學影片一樣標準，她還是覺得自己壓得不夠好，不然病人為什麼在她面前死掉！

後來這個恐懼感變成了她的夢魘，半夜會突然驚醒，想到「病人是不是我害死的？」接著演變成她對臨床工作的害怕，連量血壓、發藥，都怕會害到病人，然後她的身體也出現影響，出現手無法舉高的狀況。



目前彭宣燕正在慈科大長期照護研究所進修，持續學習照護新知。

圖／彭宣燕提供

為了解決問題，宣燕找花蓮慈院心靈會客室和慈科大諮商中心進行會談，然而症狀還沒改善，COVID-19 新冠肺炎卻席捲而來……疫情嚴重且原因尚未明朗時，一般民眾對在醫院工作的人都希望保持距離，怕被傳染，宿舍同學也不例外，讓學校、醫院兩邊跑的宣燕更加沮喪，一度憂鬱到冒出結束生命，問題是不是就解決了的念頭。

絕望後的絕處逢生 一次又一次撫慰回復自信

恰巧那個期間，彭宣燕在骨科病房照顧到因為工地意外從高處墜落而髖關節骨折的陳大哥，還沒有復原又因為要賺錢而回去上工，關節果然再次脫臼，開刀後

腿部不能負重，就不能回工地，他很絕望，治好了也不能做粗工，又沒有其他謀生本領，活下去有什麼意義，甚至在想著要怎麼樣的死法……內心潛藏絕望念頭的宣燕，遇到絕望的病人對她說出心中事，宣燕一時忘了自己的煩惱，滿心想著怎麼開導病人；她每天邀陳大哥下床散步復健，盡量陪他說話，後來，陳大哥表示會好好治療、好好活著，宣燕覺得她的護理工作是可以幫助到病人，讓病人有希望，並且病人也有感受到這分善念。

雖然開解了病人的負向念頭，但宣燕還沒有找回待在臨床的自信。二技專班週休二日，她看到有機構應徵照服員，決定利用週六、日兼職，服務長者的過程，神奇的轉換心境。「有一個阿嬤問我，怎麼會來這邊看他們這群老傢伙，我也開玩笑的回應……後來聊到我臨床遇到一些不開心的事情，也聊到我會讀研究所，旁邊正在復健的阿公說：『妳是我們的碩士生、資優生，我都可以站起來復健，妳怎麼可能做不到！』」阿公的激烈反應激勵了宣燕，她決定再給自己一次機會！

接著，在一次學校懿德會活動，宣燕鼓起勇氣對懿德媽媽訴說這些不敢讓他人知道的挫折，媽媽們聽完後非常心疼她：「小燕子，妳是一個很有福的人，因為那些病人相信妳可以幫助他們善終，所以選了妳在的時候。很感恩妳經歷了這麼多事還繼續待在臨床，辛苦了也幸福了。」宣燕聽完後，抱著媽媽們哭了好久，宣洩積壓已久的傷心委屈。

換位守護實習生 分享舒壓甜點

宣燕的實習生時期及 5+2 的兩年輪調學習遇過很多不同風格的指導學姊，而因為她屬於功課好的學生，有的學姊就很快放手讓她自己摸索，但她其實很慌，卻又過於自傲而不好意思說自己很需要人帶，所以她覺得二六東病房施雅玲副護理長的指導最適合她，「(雅玲)副護說不管發生什麼事，我只要大叫她，她就會立刻放下手邊事跑來救我。」宣燕覺得自己當時就是個小菜鳥，所以學姊的熱情相挺讓她很感動。

二技畢業前，宣燕錄取慈濟科技大學長期照護研究所，而在合七病房的臨床工作也漸上軌道，她加入單位的教學小組，協助病人衛教或是帶實習生。

因為過去的經驗，她知道剛進臨床的實習生會很緊張、不敢主動提問，她會細心告知學弟妹照護的細節或撇步。「之前上祝君老師的課，搶答有拿到老師研發



彭宣燕護理師為林靜嫻副總分享自己的徵選海報「愈挫愈勇的護理冒險記」。攝影／江家瑜

的安瓿折斷器 (Ampule opener)。後來有學妹很怕撥安瓿，我就送給她，因為我撥得很順。學妹後來寫卡片給我，她說很少有學長姊注意到她不敢撥，她很感動。其實我也很感動，就是一個無心之舉。」宣燕發現，每梯實習生適合的教育方式都不一樣，像現在的學弟妹受到疫情影響，多採用遠距學習，接觸臨床會更害怕，教學時就要更多關愛與包容。「我很喜歡跟實習生互動，帶他們的過程中除了幫助他們學習，也讓我得到很多成就感。有時候只是很小的事情，他們都會很感動，就像看到小時候的自己，就盡量幫助讓他們可以更適應臨床。」

工作跟上課之餘，宣燕自學甜點烘焙。她笑說，做甜點的過程很舒壓，有時候在臨床上遇到事情沒地方發泄，就做大福，因為要先搗糯米，可以用力打麵糰。去年的二十三歲生日，她特別買一臺烤箱送給自己，完成的甜點常分享給同事和實習生、學校同學。「有時候下班累了，我就做甜點舒壓，等待烘烤的時候，還可以看一下學校論文，很享受！」

實踐特色照護 向下一個目標前進

宣燕曾經照顧一位九十七歲的泰雅族阿嬤，家屬表示不需要急救，讓阿嬤舒服就好。不久阿嬤的血壓開始下降，當時是疫情期間，病房探視時間短暫，宣燕趕緊對家屬說：「阿嬤現在還聽得到也看得到，我們來幫她洗個熱水澡。」她帶領家屬為阿嬤洗澡、按摩，引導他們完成四道人生，最後為阿嬤穿上泰雅族傳統服飾。「那天下午四點多，阿嬤離開了。隔天家屬來拿死亡證明，看到我就開始大哭，他說很感謝我。」能夠陪伴病人和家屬圓滿生命的最後一刻，宣燕也覺得很滿足。

宣燕不再恐懼自己的臨床工作會害到病人，漸能掌握給病人及家屬建議的節奏，也學會面對無常。

而照護不同病人時，她也會看到病人的不同需求，主動為病人的病情緩解想方法，例如，她想到利用娃娃治療，幫助了一位失智的原住民阿嬤不再只是呆滯不動，變得有精神，與人互動有反應，效果良好。她也把照護過程寫成報告，獲評為護理部今年「護理特色照護競賽」第二名。



慈科大五加二產學專班結合專業課程和醫院實習，讓護生的訓練更扎實。圖為彭宣燕進入臨床實習前的「單位阿長相見歡」。圖／彭宣燕提供



2017年5月12日，慈濟科技大學護理系舉辦第26屆加冠典禮，彭宣燕（右）擔任五專生的宣誓代表，引領同學進行加冠宣誓。左為張恭銘同學。攝影／陳李少民



彭宣燕為花蓮慈院合七病房住院病人進行傷口照護衛教。圖／彭宣燕提供

合七病房黃子芸護理長說起這個年資尚淺的護理師，給予滿滿的肯定與讚美，「宣燕對住院病人的照護、清潔或是幫忙臥床病人下床復健，都非常細心。上班時帶著正能量，就連下班後都還是保持熱情，不管是病人或我們找她說話，都不會感覺她的疲累，這點很不容易！」談起宣燕需兼顧工作和進修，子芸護理長的提醒是「記得適度休息、放鬆，才能保持生活品質」。

宣燕老實說：「護理工作，有累耶！」但她發現自己經過這幾年在臨床的歷練，與人互動的忍受度更高了，更懂得及時換位思考，就更能保持好心情。

對於未來，宣燕說：「我想當一般外科專師，因為我很喜歡照護傷口。」因為手舉不起來的症狀，她一度不敢幫病人換藥，在臨床學姊的鼓勵下，她逐步克服困難。「學姊說：『妳就做沒關係，要相信妳做得到。』然後她站在距離兩公尺的地方陪伴，給我很大的安全感，我相信那段時間不會有人來打擾，我可以慢慢的換藥。後來我就很喜歡換傷口，很有成就感。」

護理領域可寬可深可廣，祝福小燕子持續精進，找到屬於自己的那片自由飛翔的天空。☺