



學姊，請聽我說

Please Listen to Me, My Dear Senior

# 臨床教師的

Details and Tips  
from My Preceptor

# 細膩與提點



陳俐伶（左）與學姊陳育暄（右）

我小時候患有鼠蹊部的良性囊腫，所以出入醫院對我來說是家常便飯。在醫院常看到忙碌的醫護人員，他們跟病人的相處互動非常良好，再加上媽媽是護理師，她也常分享工作上的一些事，不知不覺間加深我對護理工作的嚮往，希望有朝一日也可以提供別人需要的幫助和撫慰。

如願進入耕莘護專就讀，畢業後在醫院的一般病房待了幾個月，可是我發現高護病比讓我必須壓縮照顧每個病人的時間，很不適應，那時奶奶癌症末期需要人照顧，我就決定離職回家陪伴，直到奶奶過世，我才來到台北慈濟醫院的外科加護病房工作。

### 臨床學姊的手抄筆記 適應環境小妙招

外科加護病房的屬性與一般病房不同，雖然病人的病情急迫，可是我可以提供病人更多關懷與照顧，這是我比較喜歡的方式。

說實在話，剛來時很緊張，尤其我沒有在慈濟醫院實習過，學生時期實習也沒有去過加護病房，所以壓力更大。陳育暄學姊是我的臨床老師，她總是在一旁觀察我的學習狀況，一開始光是面對病人就不容易，還要熟悉院內電腦系統的操作，認識每個醫師、專師的作法跟習慣，可是育暄學姊總是從許多小細節幫我，包括整理出醫師或專師的特殊習慣，跟我分享她當年的手抄筆記本，讓我能盡快適應新環境，不會因為太白目而被罵。每當負荷不過來時，她也會利用下班時間找我聊聊天，檢討當天發生的事件應該怎麼做結果會更好。

### 病人轉病房是一大難關

病人要從加護病房轉到普通病房，不同病房的交班模式會有些不同，所以「病人轉病房」是我認為的一大難關。

每次送病人到其他病房交班時，我都要面對不同的學姊提問，而且我是以加護病房護理師的身分過去的，所以一般病房的學姊們更會嚴格、慎重地看待交班。曾經有幾次，一大群學姊圍著我一起看病人，各式各樣的問題讓我手足無措，非常慌張，什麼都講不出來。記得那時，育暄學姊就會「神出現」在我身旁，提醒我冷靜下來，一步一步地告訴我需要做些什麼，讓我不用獨自面對壓力。

育暄學姊外表冷冷的、有點嚴肅，話也不多，可是認識久了才知道，她的內心其實很溫暖。



## 學習揪集團隊的力量

加護病房有時候會照顧到高難度、裝葉克膜的病人，因為病況危急，通常都是由資深學姊負責，而我在菜鳥時期也協助育暄學姊照顧過幾個這類病人。有一次是一個三十多歲的爸爸，他本是家裡的經濟支柱，孩子又還小，裝葉克膜的醫療費用並不便宜……我感受到他的困難，當下我很煩惱，不知道該怎麼做。學姊提醒我可以照會社工師，或請醫師召開家庭會議，讓各方人員一起坐下來討論如何幫助這個家庭，解決他們遇到的困難。

有了育暄學姊的提醒，我學到，醫療有很多時候是需要各職類人員一起介入協助，會發揮更大的力量。

這件事情帶給我很大的啟發，從來沒想到我可以給予病人及他的家庭這麼多幫助。最後家屬選擇撤管，讓病人安心離開，而他們的經濟問題及妻小的心靈安頓，都在團隊的努力下圓滿處理。

## 撐過異位性皮膚炎的考驗

記得我剛來醫院時正好是新冠肺炎疫情和流感盛行時期，前後接種了幾次疫苗，工作壓力加上針劑副作用，沒多久我全身發作異位性皮膚炎，加上長時間穿戴隔離裝備，導致身上的傷口遲遲無法癒合，身體實在太不舒服了，心情也難安定，我就跟阿長提離職，想先把自己的身體照顧好。假如我都無法負荷自己的狀況了，怎麼還有辦法照顧好病人呢？

其實那時我已經通過三個月試用期，阿長知道後，不是同意我離開，而是先幫我連絡醫療科處理我的病，也告知育暄學姊這件事。學姊問我：「妳其實很適合這份工作，好不容易撐到現在可以獨當一面了，妳真的願意就這樣放掉在這裡努力過的東西嗎？」學姊的真摯和感性，讓我認真思考她的提問，也幸好有她的這席話，我堅持了下來，直到現在。

## 第一次急救的挫折 反省中成長

新人三個月後，我脫離學姊的保護羽翼獨立作業。有一天遇到病人狀況惡化突然需要急救，病人前一秒鐘還在跟我講話，下一秒就不行了。專科護理師衝過來急救，





看著病人在眼前被 CPR，然後死亡，作為主護的我十分自責……

檢討會議上，育暄學姊沒有責備，她用鼓勵的語氣對我說：「妳很棒耶，這種無預期的 CPR 我也沒有遇過，雖然妳缺乏經驗，但也很努力去發現病人的狀況變化……」學姊接著提醒我，要記得從反省中成長，才是最重要的，也鼓勵我多看多學其他學姊的處置方式。學姊的溫暖反應，安撫了我當下很破碎的小心靈。

### 兩年的成長肉眼可見 為傳承增強實力

隨著時間過去，我跟著學姊照護許多心臟外科的病人，雖然困難度高，已漸能掌握處置的步驟與方式，漸漸地，學姊會放手讓我去處理，這讓我相當有成就感，也感受到學姊的信任。兩年下來，我跟育暄學姊的相處已經不再是帶有隔閡的上下關係，她就像是我的一個好朋友，也是我在護理路上很重要的人生導師。

轉眼到職兩年了，雖然還在學習，但我希望未來可以將學姊傳授給我的能力好好運用，再傳給來單位的實習生或新人，希望我的熱情回饋也可以讓新人增強臨床能力，感受工作的價值，而且有意願留下來。(採訪整理／廖唯晴)