

與慈院共同成長 20年

居家護理師 林金蘭

Mature with Tzu Chi Hospital for 20 Years
Chin-Lan Lin, Home Care Nurse

■ 文 / 葉秀真



夜晚，看到中央路慈濟園區一棟棟發光的建築物矗立眼前，若非看著它的發展，很難想像當時週遭的荒蕪，如今，看著這個光景，令人無限感動。

今年適逢花蓮慈濟醫院二十歲生日，眾人歡慶這個值得紀念的日子時，對於社區健康中心居家護理師林金蘭來說，感觸特別多，與慈濟的緣從她還是個二十歲出頭的荳蔻少女，轉眼間已在花蓮的土地上落地生根，現在擁有一個幸福美滿的家庭。細數來時路，當初的一念心，至今依然未變，只有道不盡的感恩……

不請自來的護士

1986年無意間在家鄉的佛寺中看到《慈濟道侶》(早期慈濟月刊)，裡面訴說著一位出家師父如何艱辛地在花蓮創立醫院，需要徵求工作人員，就這樣憑著一股悲心、助人的念頭，隻身從高雄來到人生地不熟的花蓮。「當時醫院建築雖然完成，但是裡面空無一物，憑著自己畢業後在彰基急診室的一年工作經驗，便被委派協助急診室的籌畫工作。」金蘭回憶當年情景，「當時也不懂得害怕，大家都抱著做就對了、做中學的意志力，共同目標就是要讓醫院能順利啓業，達成證嚴上人救人心願及眾人所護持的醫院。」

創院當時的艱辛可想而知，許多繁瑣事務皆必須先規劃齊全以避免開業時無法即時提供病患需求，範圍小到工作所需的紙筆、大到醫療器具設備的安置等。對於二十出頭的小女孩，真是一大挑戰。白天工作確實很辛苦，然而心中更苦的是想家。當時只有一棟現在的大愛樓，第一批工作人員都住在靜思精舍，「每當火車聲穿過耳邊，遙望

鐵軌銜接的另一端就是成長二十年的家，想到就很想哭，這是我第一次離開家裡」「精舍師父們都非常善解人意，在思鄉情懷油然而生時他們就會出現，找我一起工作，好轉移我的注意力」……看著她細數過往那段住在精舍的日子，臉上洋溢著溫暖與不悔的神情，如同她最得意被師父讚揚的一句話——「金蘭是慈濟不請自來的護士」。

堅持直接照顧病患 小機車花蓮跑透透

早年護理人力相當匱乏，從急診、加護病房、洗腎室、再回到急診，哪裡有需要就到哪裡，也曾擔任過副護理長，然而自己知道對護理的喜愛，是早在小時候對南丁格爾的憧憬，延續到現實工作的體悟，她自願放棄護理行政，堅持要直接照顧病患。因緣更讓她有幸成為慈院第一個、也是全國首批取得居家護理師執照的護理人員，就此一頭栽進社區護理，至今將屆14年。「早年出訪的交通工具是50西西機車，服務範圍廣闊，北至太魯閣，南到壽豐，不論刮風下雨都出訪，同事自我解嘲說『要做公衛護

士，第一要經得起天氣的考驗——夏天的酷熱，冬天的嚴寒，只要能通過此考驗就成功了一半』。」她的堅持不僅於克服天氣一關，而是在照護社區個案過程中有許多的故事讓她堅持社區護理這條路，「有次家訪，因道路施工，馬路被挖出了一個大坑洞，好心路人得知我的狀況，趕忙臨時為我鋪了一條道路讓我的摩托車得以通行」「還有一位病患家屬特地做了一頂遮陽帽送給我，怕我白皙的臉被曬黑……」點點滴滴人與人之間的感動就在真誠付出與相待中表露無疑。

推動喘息服務 培養志工協助家屬

隨著專業的成長及經驗的累積，她看到許多慢性病患的家屬長年累月因照顧病患而身心俱疲，為完成多年心願，她積極推動「居家喘息服務」，當時資源較不足，還自費購買電腦、攝影機等設備，並徵求喘息服務的志工；為了凝聚這些志工，除了授以專業照顧知識外，自掏腰包定期舉辦志工聯誼會，從2001年到現在，已有70幾位喘息志工，其中還有的是我們自己的護理



姊妹，利用工作空檔到個案家中協助。經過多方努力，總算稍具規模，目前與慈濟技術學院老師合作，將喘息服務作為該校學生志工服務的課程項目之一，讓更多人加入喘息服務的行列，也能相對從付出中學習。

此外，金蘭接觸到現在許多家庭的直接照顧者，有很大比例已經轉由外籍看護了，於是又擬定另一項計劃案——製作外語版的衛教單張，以幫助外籍看護增進照護技能。她也經常將照顧病人的經驗與心得撰寫成文章發表，在慈院中以她的年資算是個學術多產的護理人員了。

志工精神 調適壓力

二十年來，每次遇到挫折就會想起上人。金蘭說，「推動喘息服務時，支持者甚少，面對各種人力、物力資源的不足，幾乎都快放棄，但是一想到上人創辦克難功德會及醫院時不也同樣面臨種種更大的困難，上人志業如此大尚能堅持對的事，而自己既然要協助減輕照顧者負荷，不應該輕言放棄。」加上每次看到志工縮小自我、無所求付出的精神，更讓她以此期勉自己要向志工學習，也是這種力量支持她一路走來，始終如一。問她如何處理工作壓力，她建議後進護理人員「多運動是不二法門」，或是

「聽聽音樂、回精舍走走、找師姑或家人談一談等，只要找到談話對象，表達之後，壓力就會釋放。」金蘭也特別分享她的座右銘「凡是從正念想，正念使人轉念，把不愉快的、負向的、瞋念轉往善念。」金蘭長期在環境耳濡目染下，慈濟四神湯——知足、感恩、善解、包容，已內化成爲她的特質之一了。

堅守崗位 提攜後進

聽她訴說著過往，時間似乎永遠不夠用，隨著醫院組織的擴編、專業的提昇、各項業務有增無減，她一一面對臨來的挑戰，而且把握時間進修。不但於2004年完成三年在職二技後，又於2005年繼續進修護理研究所。有時早晨5點多就到單位準備一天的開始。她說「感恩家人對我的支持，二個孩子乖巧，讓我無後顧之憂。今天所擁有的一切都要歸功於慈濟。」對於未來護理生涯的規劃，她表示期望自己能於研究所進修期間努力充實專業素養，畢業後繼續發表專業文章。更希望有能力提攜後進，堅守慈濟護理崗位。☎

