

摯愛護理 退而不休

側寫呂照督導

Restless Retiree --- Profile of Supervisor Chao Lu

■ 文 / 蘇雅慧 花蓮慈濟醫院護理長

慈濟醫院啓業初期，與台大醫院建教合作，且因地處東部醫護人員招募不易，因而成就了呂照的慈濟因緣。因為她在慈濟醫院幾乎都是擔任督導一職，大家習慣稱她為呂督導。

十年慈濟情 護理大功臣

當時任職於台大醫院已將近三十年的呂督導，是一位非常資深的外科護理人員，受當時從台大到慈濟醫院擔任外科主任的張耀仁醫師推薦到花蓮支援二個月，幫忙指導新進護理人員。經過家人的同意與支持，呂督導於民國76年2月來到花蓮協助啓業後的護理相關事宜，而因著醫院的業務需要，從本來答應的

二個月，延長為八個月，最後更經家人同意而選擇了自台大醫院辦理退休，轉到花蓮慈濟醫院任職。

從內科護理長到護理部督導，呂照帶領慈濟醫院的年輕護理人員走過將近十年的歲月，在這近十年中，每週往返花蓮、台北，過程雖然屢遇艱辛，呂督導一一克服。如民國79年3月，來到慈院的第四年，呂督導因愛子突然發生車禍往生，而有離開花蓮的念頭，後來因念醫院才啓業三年，一切制度剛剛步入正軌，又面臨醫院評鑑，個性原本就樂於助人的呂督導才又毅然決然決定續留花蓮，這一待就待了七年。最後，為了實踐她下一階段的生涯規劃，而於85年9月離開花蓮，

民國83年，呂督導(左一)與當時護理部主任及督導們合影。右起三位依序為現任花蓮慈院護理部副主任賴惠玲、主任章淑娟、主任秘書溫舜華。



結束護理職涯，展開另一段人生旅程。

呂督導是我到慈濟醫院上班時的第一任護理長，她在慈濟醫院培育了很多優秀的護理人員。而醫院二期完工的感恩樓，病房從無到有，也是她指導護理長們一步一步規劃設置與搬遷完成的。此外，醫院的輸送中心也是她一手設立，輸送中心的阿姨們也是她一手帶領出來，所以阿姨們雖然年紀較長，但是對她仍是十分敬重，也很感念呂督導對她們的生活教育與鼓勵，更跟著她從工作中體驗了「能作就是福」的道理。

呂督導在花蓮的十年生涯，為慈濟醫院的護理臨床與行政作業打下了非常扎實穩固的基礎。

家人支持 二十七年台大情

呂督導於民國48年畢業於台大醫學院附屬醫院附設高級護理職業學校（簡稱台大護校，也是現台大醫學院護理系之前身），因屬公費生，為了履約而進入台大醫院服務。一開始被分派到急診室，當時的台大醫院為全台灣重要的教學醫院，因此，雖在急診僅短短一年，但是卻學習到各式各樣非常多變的急重症照護，尤其是早期很多傳染病並未完全得到控制，包括目前已經絕跡的白喉，以及小兒麻痺、肺結核、傷寒、霍亂等都是四十多年



擔任專業志工的呂督導。

前急診常見的疾病。

經過急診一年的洗禮，因對外科有興趣而請調到一般外科病房，在外科病房幾乎每個病患都會接受手術，所以每天的工作便在一連串的「手術前準備」與「手術後照護」中打轉，時間也在不知不覺中溜走了，呂督導也已經成了外科病房資深的護理人員，並多次被輪調到不同的單位，工作上除了肩負起帶領新進人員外，也協助護理長處理部份行政工作，而且因個性愛助人，做事又非常有原則，所以是個同事們都非常喜歡分享心事的好姊妹。還曾經讓一位原本打算轉行的學妹，打消離職念頭繼續留任並一直作到退休。對於能以同理心留住同事繼續從事護理工作，也一直是呂督導認為身為資深人員責無旁貸的責任。

在台大醫院服務27年的護理職涯，其中長達22年的輪班生活中，



民國82年呂督導(右一)於花蓮慈院護理部留影。圖左二為主任秘書溫舜華、左三為輸送中心林智惠阿姨。



呂督導與輸送中心阿姨。

食其力的能力，加上自己的個性愛管事又喜歡助人，尤其對「白衣天使」的美名有著一股憧憬，因此報考了台大護校，而且很幸運的搭上了最後一屆公費生的末班車，並在師資充沛與設備完善的實習場所孕育下，扎扎實實的完成了三年的護理教育，也造就了她往後近四十年的護理生涯。

退而不休 傳承白衣精神

呂督導雖於85年退休離開花蓮，但是她曾承諾只要人在台灣沒出國，她一定會回來參加每年的院慶活動，見見老朋友，並參加醫院到精舍的十公里健行，十年來只缺席二次，而且每次健行都全程走完，這股毅力與體力實在令人佩服。

94年6月呂督導因身體微恙，而到慈濟醫院台北分院看診，因緣際會下，看診的張耀仁副院長又再一次力邀她到剛啓業的台北慈院當志工，協助醫院環境管理與安全事宜，讓已經十年未穿護士服的她

基於安全考量，每次值大小夜班皆由先生接送，此外，小孩生病也是由先生當起小護士，負責照料，日常生活的種種瑣事，大多數皆有先生分擔。因有家人的支持，才讓呂督導能一直從事喜愛的護理工作，並能勝任護理工作；除了家人的支撐力量外，呂督導也非常重視護理倫理與經驗傳承，這也是她能在護理職場一路走來的重要原因。

呂督導回憶起約半個世紀前的時光，當時就讀基隆女中初中部的她，因感覺到女性除了婚姻外，更應具備「一技之長」，才能有自

有機會再穿制服，當起「專業志工」，每週五天準時到醫院上班，同仁也都習慣地稱呼她為「呂督導」，二個月的期間，她走遍了醫院的每個病房，對於自己的腦力與體力並未減退且能再次奉獻所長，感到非常高興。95年3月呂督導也被邀請回花蓮幫忙，繼續「專業志工」行，在花蓮六週的志工生活，每天皆可看到她穿著制服穿梭於大愛樓、感恩樓、合心樓，協助護理行政作業，也讓她彷彿回到了當年的時光隧道。

退休後的呂督導生活依舊多采多姿，因年輕時即喜愛音樂，在台大醫院工作時，即每週一次利用中午休息時間到音樂教室學電子琴，雖因身兼數職無法繼續只維持短短的三個月，但卻萌生退休後要繼續學

琴的想法。所以，雖然退休時呂督導已經63歲，但為了圓自己的夢，她重新開始學琴，五年來，幾乎每天早上皆在練琴，雖然她謙虛的表示「只能自娛，不能娛人」，但是看她談及彈琴以及當音樂志工教導退休的音樂同好，眼神閃爍的光芒，真是令人讚嘆啊！

旅遊也是呂督導退休生活的另一個規劃，從年輕時即定期利用休假規劃出國旅遊，二十年來，遊歷過約30個國家，不斷開闊視野。✂

後記：這篇文章的完成，非常感恩呂督導利用醫院二十週年慶短短的3天，回憶這些將近半個世紀的往事，回到台北後又細心地親筆整理並寄給我。此外，在這次訪談中，除了感覺到她做事的嚴謹態度外，也深刻感受到她對於晚輩的殷殷期勉與愛護。

「生活中沒有難字」是呂督導這一路走來的生活哲理，她更是對於自己將近四十年的護理生涯作了以下十二點的註解與詮釋，她也非常驕傲的說：「我做到了」，並將這些「金玉良言」與大家共勉。

- ☆ 護理是一種秉著「護理倫理」理念執行的護理業務。
- ☆ 護理是一種24小時，365天的連續性工作，有別於其他行業。
- ☆ 護理是一種「薪火相傳」的傳承，以資深的人員帶領新進資淺的人員。
- ☆ 護理不僅必須以「同理心」照顧病人與家屬，對同事也要以「同理心」相待。
- ☆ 護理必須以良好的溝通技巧膚慰病人與家屬。
- ☆ 護理必須以「時間管理」有效執行護理工作，才能達「事半功倍」。
- ☆ 護理是藝術，每個人都有責任共同營造整齊、清潔、簡單、美化、安全的工作職場。
- ☆ 護理人員宜重視自己的健康，才能應付多元角色的扮演。
- ☆ 護理人員宜培養穩定的情緒，建立良好的人際關係。
- ☆ 護理人員要有家人的支持，無「後顧之憂」才能安心工作。
- ☆ 護理人員在工作之餘宜培養自己的愛好，才可紓解情感並豐富人生。
- ☆ 護理人員宜規劃安排休閒生活，暫時把頭腦淨空，才能重新出發。