

環保 心 創 意



Heartily Nursing Creative and Environmental Protection

慈濟人從一九九〇年開始，
力行證嚴上人的期許，「用鼓掌的雙手做環保！」
迄今，已拯救了一千六百萬棵以上二十年樹齡的樹木。

慈濟護理人效法志工精神，
為減碳節能救地球，也試著用忙碌的雙手做環保，
把握時間、發揮創意，讓護理照護更有人性，更貼近病人的心。
「護理是科學，也是藝術」，只要用心，一切都不難。

白衣天使愛物、惜物、再造物！藉由延續物命，減少消耗。
慈濟護理知福、惜福，再造福！從創意小善行，累積心福慧。



■ 文 / 鄭榮峰 大林慈濟醫院護理部督導

走進大林慈濟醫院身心病房護理站，你一定會被二樣東西吸引，它們是回收的免洗筷創意作品，兩款各具特色的收納盒，一款放各類文具，另一款是放病患的湯匙筷子，讓護理站桌面看起來整潔有序。轉個彎，走進呼吸照護病房，志工或護理人員甩著手上的環保沙鈴，悅耳聲響伴著歌聲逗得阿公阿嬤心情開朗；老人病房內的輪椅踏板也穿上襪套，靜靜的溫暖著老人家的雙腳……

在大林慈院的每個角落隨處可見同仁的創意和用心，我相信不只大林，慈濟各院都已吹起一陣陣環保風，資源回收與環保意識正融入常規的護理工作之中

近年來，我們居住的地球面臨嚴重的溫室效應、沙漠化、水污染、廢棄物處理、空氣污染、臭氧層破壞、表層土壤破壞、生物絕種等等問題，導致自然資源快速耗竭；證嚴上人提倡，唯有用「心」來愛護地球，用雙手「膚」慰地球，才能讓它康復。這不就跟護理工作的本質相呼應，而慈濟護理人到底是怎麼看待環保這件事？又是如何在「不影響正常作業的狀況下」做環保呢？

環保觀念百分百 職場氣氛志工身教

本期以慈濟護理人的環保觀念與

行動為主題進行訪查，六院區共有905位同仁填答，在基本資料中，護理年資以5~10年最多，佔24.1%，其次是1~3年22.4%居次；單位別較分散，以一般病房33.4%、加護單位18.8%、門診14.6%比例較高。

調查結果顯示，六院慈濟護理人員，只有不到1%的人認為自己不具備環保概念，可說將近全部的回答者都認同自身的環保意識，其中有將近四分之一的比例對於自己的環保觀念非常肯定，回答「總是具備環保觀念」佔23.5%，顯然做環保愛地球，已經成為慈濟護理同仁很基本的必要觀念了。

護理同仁得知環保相關訊息以報章媒體(42%)與院內宣導布達(37.8%)為主要來源，親友(7.2%)及志工(6.4%)居次。在資訊發達的今日，平面或電子媒體強力放送著環保訊息，而在慈濟醫院的我們也常能透過院內宣導及活動，瞭解環保的重要，甚至是刻不容緩；而志工更是在院區環境裡積極資源回收的身教典範，護理同仁常常從志工身上學得不少。

理想行動近距離 護理環保意願高

觀念已經具備，但是，觀念與行動之間的距離有多遠呢？根據調查結果，有六成的同仁願意參與醫院推動的環保活動，其中非常願意的佔15.9%，不願意的同仁僅佔1.2%。

而詢問是否曾將環保落實在臨床工作，有將近九成的同仁曾經這麼做，這真是振奮人心的高比例。

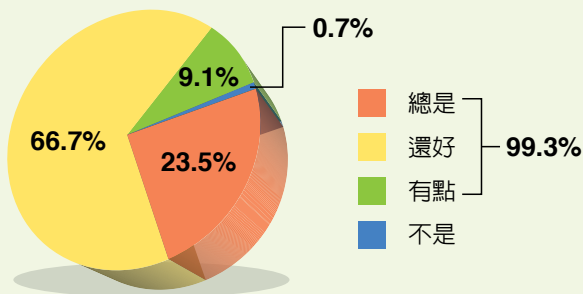
在醫院工作的我們充分地了解，除了水電資源耗用與大量的醫療性廢棄物、一般性垃圾，許多醫療耗材包裝或空瓶空罐重複的被丟棄，應該有資源回收的空間。而每每在臨床看到護理同仁們除了本身身體力行環保工作外，常常也用巧思延續了物命，讓地球的負擔變輕。

舉手之勞好習慣 環保不麻煩

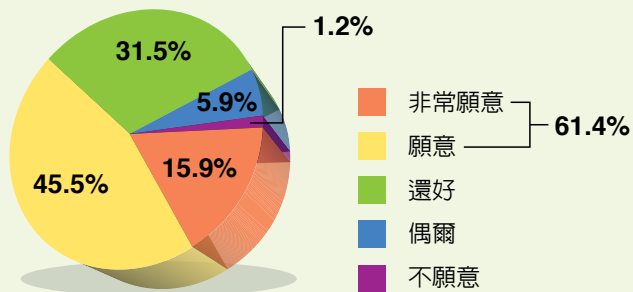
接著，我們以常被引用的六個R——Reduce(減少用量)、Reuse(重覆使用)、Recycle(循環再用)、Replace(替代使用)、Repair(重新修復)、Rethink(反思)，整合成五大選項，請同仁單選其心目中最重要環保概念；有將近一半的人(49.8%)認為節能減碳、避免浪費最重要。這和近年來大力的推廣，也符合用最簡單的方法即能達到環保的最大效益，見到有單位同仁願意多花點時間將擦手紙裁切成小片尺寸，只因他們發現病患捺手印之後其實不需用一次用一整張擦手紙；原來，環保並不是一項大工程，只是從簡單的舉手之勞做起。

選擇「循環再造、延長慧命」佔21.3%；這一點其實已經是醫院早已落實的措施。醫院各角落的分類垃圾桶，以及醫院在垃圾集中之後，

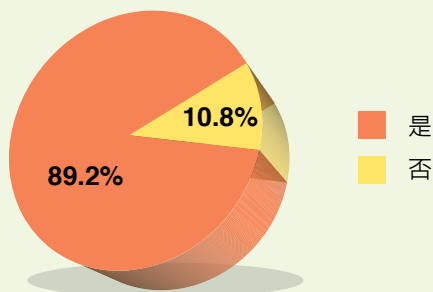
Q1 您是具有環保觀念的護理人員嗎？(N=905)



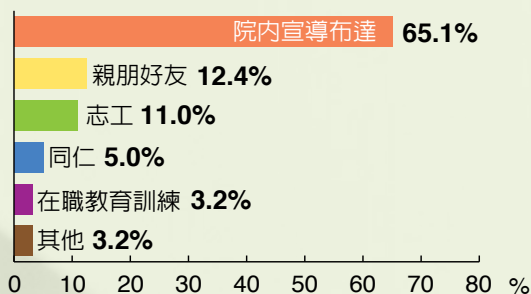
Q2 您願意參與醫院推動環保相關之活動？(N=905)



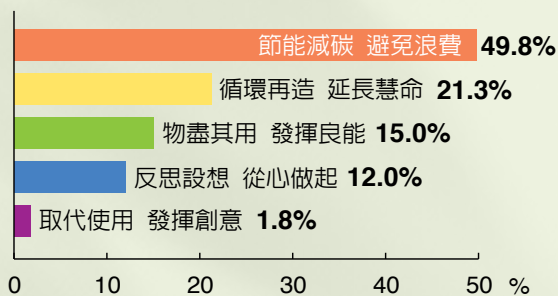
Q3 您曾經有將環保落實於臨床工作的經驗嗎？(N=905)



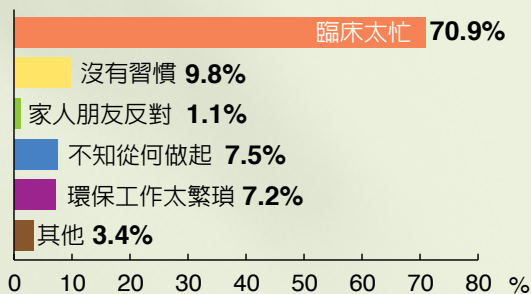
Q4 您對環保的相關訊息主要來自於？(N=905)



Q5 下列環保概念，您認為何者最重要？(N=905)



Q6 影響您無法參與醫院環保活動主要之原因為？(N=905)





會有同仁或志工將沒分類到的垃圾再次分類，可用的資源回收，不僅垃圾變少、寶貴資源提供再造循環，連醫院處理垃圾的成本也降低了，可謂一舉多得。佔醫院多數的護理人，記得以環保餐具取代免洗碗筷、湯匙，甚至難以抗拒的冰品茶品，個個都是環保小尖兵。

物命可貴 變身巧思更可貴

而「物盡其用、發揮良能」與「取代使用、發揮創意」有異曲同工之妙，皆是發揮巧思或創意，讓一件件原本要丟棄的物品，物命得以發揮到極致。

在環保與不想浪費的念頭下，許多創意作品應運而生；有些是比臨床使用的東西好用又便宜，例如：環保冰敷袋、小兒加護用的管路固定裝置，有些則是不一定好看卻對照顧病人非常有幫助，例如：輪椅毛巾架；連行政作業的改善，也可



以從環保減碳的角度找到好工具，像是固定讓病歷頁數不脫落的活頁固定圈、文具收納組等等，各種環保創意作品有趣極了，而且，重點是，好用。如果要以時下的環保名詞「碳里程數」來計算，也是降低非常多碳里程數。而更重要的是，環保創意背後的心意，照顧到病人，改善了護理作業，還順便照顧到地球。

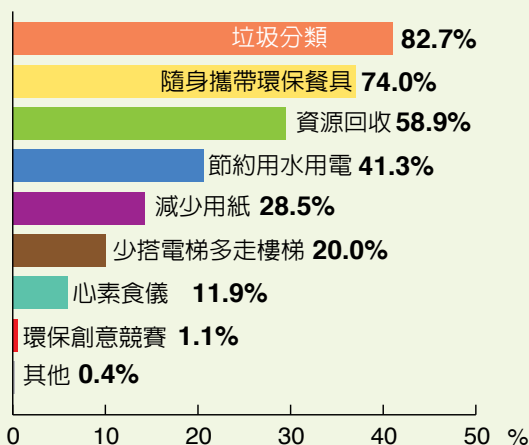
從心出發 院方主動效果好

有12%的人認為「反思設想、從心做起」是最重要的環保觀念。的確，每做一件事前若能先想想會不會製造一些不必要的廢物，也是最簡單的環保行動。例如在購物時，考慮一下到底有沒有實際的需要，是不是已經有類似的東西了？不要只是純粹滿足自己一時的購物慾。另外，亦可以想想，物品的製造過程，它是否採用再造物料或是符合

大林慈濟醫院在簡守信院長(左)的推動下，節能減碳，甚至將環保融入護理，為搶救地球盡一分力。圖為同仁正在利用回收的點滴瓶製作愛心撲滿，左圖為護理部廖慧燕副主任(右)、黃雪莉副主任(左)。

Q7

醫院推動環保活動中，您較常參與的三項？(N=905，複選)



環保原則。

問卷詢問同仁最常參與的三項環保工作，依序為「垃圾分類」(82.7%)、「隨身攜帶環保餐具」(74.0%)、「資源回收」(58.9%)；其實，節省用水用電、用紙的比例也頗高，而願意爬樓梯運動的也佔了兩成，更有一成多的比例願意以素食來積極救地球。

以大林慈院為例，針對環保的教育訓練不只著重於平面文宣，採用主動出擊的方式；到各病房區為家屬與病人作垃圾分類衛教，垃圾回收量明顯增加，廢棄物產量也降低許多；員工宿舍區也建構了回收站，讓宿舍的同仁能夠把資源有效歸類，甚至有人還把回收站當作書報雜誌的二手資源交流站，使資源都能獲得充分再利用。

並且藉由品管圈的活動，促進跨科室的合作，讓同仁自己動手設計設備，如洗腎室污水收集垃圾桶的設計，使得污水有效流入污水桶內，同時大幅減少平時醫護人員收集作業時間，有效提升對病人的服務品質，更因此降低廢棄物的產量。

臨床環保樂趣多 富足有餘好人生

最後，我們提問了解，護理同仁執行環保工作的阻力可能會是什麼？的確，最多數的答案就是回答「臨床工作太忙」，將近七成，其次，一成的同仁表示沒有習慣，另外就是認為環保工作太繁瑣，或是不知從何做起。

問卷反應了事實，臨床工作確實忙碌不已，但是大林慈院護理部同

》問卷調查基本資料統計

工作單位		
單位	N	%
一般病房	302	33.4%
加護病房	170	18.8%
急診	40	4.4%
精神科	42	4.6%
資深護理師	46	5.1%
護理主管	73	8.1%
檢查單位 護理人員	24	2.7%
門診	132	14.6%
居家護理	10	1.1%
社區護理	14	1.5%
傷口護理師	1	0.1%
其他	51	5.6%
合計	905	100%

仁在簡院長的推動與鼓勵下，也在不知不覺中，把環保融入護理了；而做環保，並沒有讓臨床的工作因此更忙碌，反而更有趣，甚至護病之間可能更融洽，箇中甘甜，做了的人最清楚不過了。

環保是正確的方向，簡院長勉勵我們「只要找到路，不怕路遙遠」，大家化心動為行動，進而付出一份愛的力量，追求「心靈大富」，自然而然能達到「富足而有餘」的人生境界。

靜思語：「凡事並非不可能，是

工作年資		
年資	N	%
1年以下	93	10.3%
1~3年	203	22.4%
3~5年	139	15.4%
5~10年	218	24.1%
10~15年	152	16.8%
15年以上	100	11.0%
合計	905	100%

院區別		
院區	N	%
花蓮	320	35.4%
台北	187	20.7%
台中	116	12.8%
大林	250	27.6%
玉里	21	2.3%
關山	11	1.2%
合計	905	100%

因為人不肯做，不是事不能，而是心不能，只要有心，都能克服重重難關。」期待每一位護理同仁都能懷抱克己復禮的精神；環保觀念與行為的改變雖非立竿見影，需要時間及力行體會，但在醫院，有伙伴的相互支持，為人服務，為地球盡責，環保路上有你有我。 