

溫暖的 改變力量

Being a Medical Service Volunteer
to Calmly Better the World

■ 文 | 黃川芳 慈濟技術學院護理系臨床實習指導老師

我的夢想是環遊世界。

舞蹈家許芳宜說：「我因為夢想改變一生」，護理並非是我的夢想，但護理協助我實現夢想並改變我的思考方式；因為護理是可以讓我帶著旅行的專業。是的！只要有人的地方，就有護理的需求。而旅行讓我體驗不同的生活、人文和地理風景，也因此豐富了我的人生地圖。2006年，機緣下看到一則有關海外志工的新聞後，我選擇暫時離開護理教職，然後於2007到2009年，我為自己安排了兩年「海外醫護志工」的主題旅行。

第一年，至印度大吉嶺西藏難民自助中心 (TRSHC)。這裡讓我體驗到生活簡單的快樂、茶園的美麗、喜馬拉雅山山脈的雄偉、聆聽藏經吟唱及經輪轉動時的靈靜、凍傷所造成的皮膚

紅腫及瘙癢、被跳蚤攻擊到快「抓狂」、乾季缺水時使用每一滴水的小氣、地方為爭取成立自治區罷工時，因沒經驗未先去「搶購」食物而差點斷糧的恐慌、加入藏人抗議政治壓迫遊行時的憤慨等。

印度貧富差距懸殊，很多人民負擔不起醫療費用，在我工作的西藏難民診療所 (TRSHC Diagnostic Clinic) 時常遇到病人因無法負擔醫師看診費用，而只要求拿藥 (有點像密醫行為)。在幾次免費的行動醫療服務中，也曾發生病人人數過多而必須忍痛停止服務後面的病人……這是難過且無力的抉擇，但因考量到團員也是須要休息的，且隔天亦有另一群病人在另一地區等候我們的服務。我想，這是另一種課題，必須面對和學習的吧。能力、時間雖有限，也期許自己能做多少就做多少，但不能勉強，因為把

自己燃燒完成了灰燼，如何有能力再照亮別人呢？當然自己也進行了一些專案，如藥物管理、糖尿病單張製作及衛教人員的訓練、長者及工作人員的血壓監測、兒童口腔衛教及兒童牙刷的分發、及肺結核患者 N95 口罩的分發等。

第二年，我到西非甘比亞。這裡讓我體驗到非洲地理與文化的粗獷及美麗、氣候高溫及乾燥，非洲鼓音樂的震撼、族群的多樣化、奴隸貿易歷史的悲哀、大片土地的荒蕪、生活步調的慵懶、瘧蚊的威力。甘比亞時常發生醫療物資「斷貨」的窘境，我在當地最具規模的國立醫院 RVTH(Royal Victoria Teaching Hospital) 服務，親自經歷了因急救藥物不足而決定終止急救、生理食鹽水不足而請家屬煮芭樂葉水（據說有療效）用以清潔約 80% 的 2-3 度燒傷、無消毒藥水而請

家屬買醋稀釋來消毒因車禍露出大片頭蓋骨的傷口，還有抗生素療程到一半時藥局通知沒藥了等等，在臺灣想像不到的狀況和處置方式。

甘比亞 95% 人口信仰穆斯林，據說可蘭經記載男人可娶 4 位女人，所以可想像男人地位的崇高。曾遇過兩位懷孕病人，一位因子癩症而造成胎死腹中，無家屬陪同，所以我陪伴在側並借她手機，聽她哭著乞求她先生來醫院簽墮胎手術同意書，是的，不要懷疑，她是用「乞求」這動詞；另一位是蜘蛛膜下腔出血，母親與胎兒仍活著，醫生建議終止懷孕以保住母親的性命，但家屬卻遲遲不願簽墮胎手術同意書，最後母子兩條生命逝去。

此次經驗亦讓我意外地瞭解到，國際慈善捐贈的美意也可以變成惡夢，例如捐贈了管灌幫浦卻未捐贈管灌



在西非甘比亞，黃川芳老師自我推薦到護理學校教授重症護理。

袋，當有人發現了這問題並送來管灌袋，又因型號不同無法使用。此外，雖然有人捐贈呼吸器，但醫院加護病房卻無相關設施故無法使用……，這些事情，只因為沒有周全的事先評估，這些捐贈物資最後都成了佔空間的垃圾，不是嗎？

為了讓自己的價值發揮得更好，我設計了一臺簡易的小型急救車、設計了加護病房的記錄單張、毛遂自薦到護理學校每週一次的授課（重症護理概念簡介）、及口腔衛教及兒童牙刷的分發等（我覺得這一點我自己做得很好，因為這是我應該做的事情）。

兩年間的志工旅行，每次病患或其

家屬的一個笑容、一句謝謝都是支持自己理念的最佳動力。證嚴法師的靜思語：「從付出中獲得滿心歡喜，從付出中藉事練心、涵養開闊的心量。」是的，付出當下，福已在其中。

記得替一位病患用針頭移除其手掌上的一小根木刺後，他竟高興得捧著我的臉並輕吻我的手，讓我一時不知如何是好；應只是我那小小的動作，移除了他兩三天的疼痛不適感吧。又如一位燒傷病患，他因到我工作地點換藥，而感受到和其他醫院的換藥方式不同，且會主動提供相關知識及衛教，所以後來他私下詢問我是否可以到他的住處去，協助評估他太太的



黃川芳老師到燒傷病人家為她換藥。



黃川芳老師透過志工旅行發揮自己的專長，更為甘比亞的孩子進行口腔衛育，也分送牙刷。

燒傷傷口並給予建議。最後他太太也成為我的病患，但因傷口範圍從大腿至小腿且有感染情形，無法步行，所以我決定利用午餐時間及假日到她家換藥並提供她一些自行從臺灣帶來的敷料及藥物。看他們的傷口範圍逐漸縮小、活動能力漸增，說真的，很有滿足感。讓人更開心的是，我們也成為朋友了呢。順帶一提一則有關他們8歲兒子的可愛小趣事。有一天，他自己步行來找我到他家幫他媽媽換藥，但其實我已經到他家去了，而當他回到家時，我也已離去了。後來我的病人問他兒子去那裡了，他竟天真地回答說「去臺灣」找我——因為父母告訴他我是從臺灣來的。而當時他以為我工作的地點叫臺灣，真是可愛呢！也有一位病人因糖尿病傷口癒合不佳，在我協助換藥下而改善，他說如果痊癒了要給我錢，我說我來這裡

不是為了錢，後來他問我是來自中國嗎？我回答他：「我來自臺灣。」我想，志工是擁有溫暖的改變力量，透過「利他」行動會有更多人認識臺灣，了解臺灣人，你同意嗎？

早期臺灣曾經是一個接受國際非營利組織援助的國家。現在看到臺灣有越來越多的人積極投入非營利組織(NPO)這塊另類的工作領域中，並將視野拓展到國際上，關注並實際參與國際救援行動，這的確是令人雀躍的。管理大師彼得杜拉克說：「21世紀是非營利組織的世紀」。期望有更多臺灣人能積極參與NPO事務，以建立更和平美好的生存環境。

話說「人生就像一次旅行」，而我認為我的人生是精彩的，那麼你呢？你要如何設計自己親愛的人生旅程？



青雲有路 志氣梯

From a ICU Nurse to a
Neurology Nurse Practitioner

■ 文 | 吳郁梅 花蓮慈濟醫院神經內科專科護理師
攝影 | 楊舜斌

走入職場已經十個年頭，會一頭栽進護理這個領域其實源自於爸爸的一句話：「你去念慈濟護專好了！」當時國三的我並沒有太多的想法，隨即便答應了爸爸的要求，也順利考取並進入學校就讀。對於初次離家的我，當媽媽幫我整理行李並帶我坐火車到花蓮時，我的心情是雀躍的，心中想著終於可以離開家裡出來闖蕩了。不過，這樣的心情並沒有維持太久，當下午媽媽要離開時，我開始後悔為何要選擇到偏遠的花蓮來念書？之後每天以淚洗面的日子，足足過了一個月，才開始適應學校生活。

用心領會 有趣的工作

開始對護理產生好奇心是在基本護理學實習，實習老師告訴我，護理是

個「用心」去經營的事業，凡是真誠用心付出，必然也會收穫良多。於是，年輕的我開始學著用心領會。內外科實習時，臨床老師啟發我對護理的興趣，我開始覺得護理是門有趣的工作，除了可以探索醫學的奧妙之外，在完成本分事後，病人、家屬的一句道謝、微笑都可以讓我欣喜許久，挑燈夜戰的辛苦就當吃補了。

五年級正式進入全年實習的階段，完成了這一段天堂路，我們將從護生跨越到護理師的里程碑。可能是基於對公費生的厚愛，帶我的實習老師各個以經驗豐富、態度嚴謹著稱，實習過程中，雖然辛苦但也樂在其中，而我也在這些老師的身上偷學不少功夫，奠定日後工作所需的基本功。學生生活就在懵懵懂懂間流逝而過。

試用期滿當自強 學姊隱身變顧問

考完執照考試的隔天，我隨即進入醫院開始新兵訓練營的生活。分派的單位是實習待過的地方，在熟悉的地方工作，壓力或許減少了一些，不過心理還是忐忑不安的，深怕自己撐不過就變成了護理界的逃兵。

幸好當時有單位學姊和學校的實習老師幫忙，完成他們自己的工作之後，還撥空關心我，並且傳授我適應職場的撇步，例如時間的規劃管理、處理病人事務的輕重緩急等，讓我順利的度過難熬的新人試用期。

試用期後表示我已通過基本條件，成為必須能夠獨當一面處理病人的事務的人。反義而言，輔導學姊變成我的王牌顧問，有什麼事，我得先自己想盡辦法處理，包括：病人的針打不

上、抽不到血、醫師要在床邊抽胸水、抽腹水或行腰椎穿刺……等，在我抵擋不住時，「王牌顧問」才會現身為我解燃眉之急。

血流滿面的經驗

這段期間也經歷了一些經驗，提醒自己照護病人時，須時時注意細節，否則得花更多時間和精力來彌補無意中犯下的錯誤。

舉例來說，有次我在為一位年長貧血的阿嬤執行輸血，當我換下第一袋輸空的血袋並將第二袋血品換上時，沒注意到入針處沒有完全推入血袋中，也沒看到輸血管路勾住我的衣服，一轉身，輸血管路便硬生生的被扯下來，血袋中的血嘩啦啦的流下來，流過我的臉頰滴到衣服上。倉皇地將病人端管路封住後，立刻衝回護理站。回到護理站，學姊看到我血流



從重症病房護理師到成為專科護理師，吳郁梅逐步實現理想，感謝過程中所有帶過她的學姊們。

滿面立刻衝上前來，以為發生什麼大事，最後我默默的跟她說：「學姊，我沒把血袋固定好，管路被我扯下來了。」說完眼淚就掉了下來。學姊連忙安慰我，並幫我找一套乾淨的衣服換上。接下來除了要重新輸血，還多了一份意外事件報告。

突來的死亡衝擊

另一個難過的經驗發生在假日的午後。

「今天白班很好上，沒有太多繁瑣的事情，病人的情況也還算穩定，再過一個半小時我就能準時交班開心的下班去了。」我心裡想著。走到床邊，看著無人照顧的中風阿嬤，我上前問：「阿嬤你還好嗎？有沒有哪裡不舒服呀？」阿嬤說：「我沒事。」交班前半小時，趁著空檔，我再次探視病人做最後交班前的確認，走到阿嬤床前叫了幾聲，心想阿嬤怎麼都不理我？怎麼阿嬤臉色變得「青筍筍」，一摸阿嬤的手，心也涼了一半，立刻呼叫急救，但依然回天乏術。醫師向剛抵達的家屬說明之後宣告死亡。

這件事對我的衝擊很大，我依然不懂為何病人病況變化可以如此之大？明明前一個小時我們還有對話，但之後卻……。自此之後不管是上什麼班，有空、沒空，我都要求自己至少每個小時巡視一下，確定病人還有呼吸，沒有意外狀況發生。

實現第一個願望 重症護理師

在適應病房的工作之後，我開始計畫實現我的願望。學生時代的我很佩服在加護病房工作的學姊們，不論是在照護病人的態度、專業知識及人際上的應對進退，都有領導者的風範。而進入病房工作後，看到專師學姊們認真工作的態度和照顧病人的用心，也讓我欽佩不已。所以我期許自己，如果可以，我想要轉調到加護病房，接受訓練後轉變為一位厲害的護理師。如果有機遇，專師這個選擇好像也不錯。

於是我參加了加護訓練班，一邊上班一邊上課，遇到其他單位缺人，護理長安排我去哪裡支援我就去哪，心內病房、外科病房、急診，都曾留下我的足跡。坦白說，支援的生活挺辛苦的，因為單位屬性大不相同，許多疾病照護、護理技術、醫療儀器都要重新複習，因此下班回家吃完飯後就得忙著做功課、抄筆記。日子累歸累，卻也增長了我的見識。後來加護病房缺人，麗花護理長也鼓勵，我轉調到加護病房去工作，實現我的第一個夢想——當個加護病房的厲害護理師，這一待就是四年。

剛到加護病房，大部分的儀器和裡面的人、事對我來說都是新奇又有點恐怖的。這時不禁要感謝單位許多資深學姊的一對一教學，和麗花護理長



鼓勵學弟妹們勇敢接受實習的挑戰，吳郁梅專師與慈濟技術實習學妹們合影。（鍾佳玲提供）

讓我去支援的經驗，雖然每次外放到其他單位支援時，心中不免嘀咕、抱怨連連，但此時才驚覺，有了支援經驗我才能快速適應加護病房這個大環境和每天不同的變化球。

這四年當中，也得到單位主管的首肯及同事們的協助，完成了二技的學業。在求學的過程中，有幸遇到來自於醫院裡各個單位及其他醫院優秀的學姊們，在課堂中我們分享自己的專長所學和臨床工作經驗，實習時我們彼此鼓勵、互相督促完成自己的本分事和老師交代的工作，三年的進修時間便在不知不覺的忙碌中度過。

把握機緣成為專師

「機會，是留給有準備的人」，在完成二技學業後，打算轉調回病房工作以緩解普通病房資深人力缺編之急。在偶然的機會下，神經科主任向我打聽是否有護理同仁想轉職當專科護理師，以因應住院醫師短缺的窘境。一向沒膽的我不知哪來的勇氣，便向

主任毛遂自薦，經過面談後也順利在工作七年後實現我我的第二個願望。

來到神經科擔任專師這個角色，其實沒有想像中輕鬆愜意。

一開始以為只要接病人、問病史、身體評估，之後告知醫師安排檢查就大功告成。事實上，除了上述這些步驟之外，還要將病人異常表徵，藉由身體評估及神經學評估後，一一推敲出可能的問題（鑑別診斷）有哪些，再依序與醫師討論並且擬定治療目標及計畫。有時碰到病況複雜的重症病患時，更需要花費精神釐清前因後果，找出較好的方法來幫助患者。

一路走來感謝許多醫師和老師們的協助，讓我能夠順利考取專科護理師執照，在職場照顧病人也更得心應手。

「人易在安逸、舒適的環境下放鬆，進而慢慢地失去飛躍的能力，最終淪為安逸的犧牲品」，對於未來，我期許自己繼續保持著熱情，精進不懈的向上提升，接續完成未來的夢想。



關山護理 愛相隨

Kuanshan Tzu Chi
Nursing Celebrates the
International Nurses Day

■ 文、攝影 | 陳慧芳

迎接國際護師節的早晨，滿桌的水果甜點，還有色彩繽紛的氣球點綴在關山慈濟醫院大廳的每個角落，空氣中洋溢著甜蜜溫馨的氣息。當〈幸福的臉〉音樂響起，護理人員陸續入座，潘永謙院長、張志芳醫師及各單位主管同仁也到場同歡。

「我們醫院是一個讓人想用心守護、想用生命寫故事的地方。」護理部古花妹督導收集護理同仁參加各類活動照片製成簡報，讓大家回顧這一年來的點滴；也播放來自各單位同仁的祝福影片，有的畫面更是搞笑滿檔，同仁們在大笑的同時，心裡也泛著攜手守護偏鄉、對彼此付出的感動。花妹督導有感而發地表示，希望護理同仁像家人般的感情可以綿延傳承，「也很感恩慈濟

家人的護持和陪伴，讓我們能安穩穩，用心、用情、用大愛照護苦難眾生。」

為了幫護理師打氣的票選活動「人氣女王我最讚」結果出爐，五位人氣女王分別為微笑天使邱思婷、最佳團隊獎則是孫美蘭、最佳人緣獎馬秀美、最佳服務獎邱玉涵、教學精神獎馬美蘭，以及在護理界服務超過四十年的重量級人物陳桂珠。

急診室馬美蘭護理師謙虛地說自己還有很多需要努力的空間，但不管會在職場上待多久，她都會秉持最初的熱忱來服務病人，也會時時警惕自己更進步。病房部的孫美蘭因為沒有準備謝詞，就用好歌喉即興哼了幾句「我來自關山，慈濟是個好地方，嘿！慈濟慈濟慈濟是個好

地方，嘿！」，下臺前還不忘幽默地告訴大家「下次再當選的時候，我會再準備更長的感謝詞！」

一個半小時的護師節活動，在護理同仁燕婷及燕芬姊妹倆自彈自唱改編童歌〈伊比呀呀〉的遊戲中歡樂度過。

雖然偏鄉護理人員必須身兼多職，但活潑開朗的白衣大士，總能用爽朗的笑聲輕鬆化解壓力。去年才從臺中回到家鄉的慈濟志工蔡春蘭說，來關山慈院服務一年多，最讓她感動的就是大家的笑容，尤其看到再過兩天就要進入預產期的急診室護理師邱燕婷，仍堅守崗位，臉上沒有一絲倦容，更是讓她欽佩這樣的工作態度。

婦產科張志芳醫師說，關山慈院轉眼間已經十三年，有的護理人員在這裡產下了不少孩子，有的從外鄉來的也落地生根，希望大家都能陪伴關山慈院走過更多的十三年，也鼓勵護理同仁繼續增「產」報國。潘院長表示，護理人員是醫院最大的力量，不只要承擔臨床上的工作，還要負責社區衛教、幫忙評鑑等業務，工作量相當的多，甚至有時在辛勞工作時，偶爾還會變成醫師及病人的出氣筒。在一年一度的護師佳節，除了要謝謝大家的辛勞，也要感恩花妹督導及護理長的帶領，才能讓關山慈院的護理師是全臺灣離職率最低的，最後衷心祝福大家護師節快樂！

守護偏鄉的革命情感，讓關山慈院的醫護人員擁有著有如家人般美好的情誼。

