

颶風夜未眠

A Sleepless Typhoon-Coming Night

文／陳郁志 花蓮慈濟醫院心臟內科主治醫師暨病房主任



在接任心臟內科病房主任的這幾年來與護理師有了更多的互動，對於護理人員工作的辛苦有了更深的體驗。

人性化工作環境 護病都受益

曾在 17 年前剛回國開始上班時，訝異護理人員臨床的負荷和他們的年紀不成正比。南丁格爾曾對護理師的年紀過輕表示過意見，指出護理的工作需要成熟心智和經驗，年紀過輕並不適合直接踏入醫院護理工作。然目前護理人力資源的缺乏與照護制度的不健全，造成有經驗的護理師流失，我們年輕護理人員一畢業後便要進入醫院工作承擔重責，時常需要用勞力協助家屬或看護處理住院老人家大小便的問題，更需要面對生老病死，與生命無常的殘酷。

這幾年來，臺灣的醫療崩壞日趨嚴重，各地醫院因為護理師不足屢傳關閉病房或急診留觀待床病患數持高不下。針對護理勞動條件問題，我們常計算

接任花蓮慈院心臟內科病房主任之後，陳郁志對於護理工作的辛苦有了更深的體驗，會盡量為護理同仁設想。



臺灣一個護理人員要照顧多少病患，護病比多少，卻忽略了病人照護其實是團體的工作。在美國的醫院，住院病人有護士助理 (CNA, certified nursing assistant) 負責測病人脈搏、量體溫等基本護理工作，另有合格職業護士 (LVN/LPN, licensed vocational/practical nurse) 相當於臺灣的護士，在註冊護士 (RN, registered nurse) 的指導下提供基本無危險性的護理技術工作如傷口包紮、打針和餵藥等。而註冊護士負責擬定護理計畫，監督和指導 LPN，評估分析個案；病患在護理團隊的監督與合作底下，得到高品質的照護。

本來病人的預後就決定於好的護理治療計畫與團隊，而不是醫師個人而已。在臺灣健保目前已提供了國民基本醫療需求的情況之下，未來的挑戰將是如何

改善其照護品質。社會大眾是否能理解，當護理人員爭取人性化的工作環境時，受益者也涵蓋因為病痛而需照顧的社會大眾，包含我們自己與自己的家人。因為有一天我們也會老，有一天我們自己或父母也有需要住院接受醫療照顧的一天。提升臺灣護理照護品質，還給護理人員有專業有尊嚴的工作環境，是大家非一起承擔不可的責任。

需要臨床正面回饋 避免燒壞

在病房中常見護理同仁有所謂「怠倦症候群」(burnout syndrome)。第一階段蜜月期：年輕護理人員剛開始新工作，有衝勁，對工作感到新奇；第二階段夢醒期：對工作有更全面的認知，在工作上遇到困難，主管若未能即時解決，感到氣餒



陳郁志醫師會適時地教身旁的資淺護理夥伴，也幫他們建立信心。

與力不從心；第三階段受壓期：工作過勞，無論體力和精神都達到透支狀態，經常感到疲倦、煩躁和不安，工作效率和熱衷程度都大減，造成失去了專注感而犯下不小心的錯誤；第四階段危機期：感到身心疲累，辭職念頭在腦海不斷出現，與同事、家人和朋友的關係變差；第五階段燃燒殆盡期：無論心靈還是體能都已經完全耗盡，於是決定離開。其實，一直在照顧他人的臨床工作者，自己本身也需要被照顧，才能避免或緩解怠倦的惡化。

颱風夜的年輕護理師 未來的希望

今晚午夜麥德姆颱風來襲，正想在溫暖的家裡享受一杯熱騰騰的咖啡，繼續未完成的文件處理，無奈電話突然響起，

一位剛入院的病患突然心律不整昏厥，需緊急置放心臟節律器。

出門時剛好颱風剛登陸，開車到醫院短短 5 分鐘的路程，宛如隔世。從心導管室拿了心律器電池和導線到加護病房，等在床邊的是從未謀面的年輕護理師。近來已經看過太多來來去去的護理同仁，心裡有數，應該是對心律器沒有太多處置經驗的護理師來幫忙。

在颱風深夜的加護病房留守的年輕護理師，心裡是孤獨而恐懼的吧，年紀輕輕就得在颱風夜出來上班，又要面對複雜的術式，心情應該是滿滿的惶恐吧。有時碰到醫師心情不好，也得在忍耐中完成工作，於是只好假裝堅強。此時隔壁床的資深學姊趕來幫忙，感覺她心裡會踏實一點；想當初年輕剛開始值班的

東臺灣的救心團隊，二十四小時搶救生命不停歇。攝影／楊國濱



我，也是最期待和有經驗的護理學姊一起上班，17年過去了，我想經驗少的護理師應該最喜歡和像我一樣資深的醫師一起上班吧。

馬上開始進行手術，過程意外地順利。看似年輕的護理師熟練地打開無菌單，遞給我麻醉針。打完局部麻藥後開始找血管，結果一針就上，順利的將導線送入心臟。心想，年輕的護理師總是精神奕奕，學習心滿分的，所以儘管深夜了，還是對她好好解釋一下心律器調整的方式。順利的啟動心律器後大家都放心了，畢竟病人經電擊之後到現在重新活了過來。再想，年輕的護理師才剛經歷過病人生死交關的驚險情境，心裡受到人生無常的衝擊應該很大！所幸這次是醫護團隊

成功合作的經驗，大家同心幫病人置放心律器之後，病人應該可安然的渡過這颱風夜的危機，穩定地到早上。一起將傷口消毒後將穿刺處蓋好，一切都是如此完美的配合，也算是颱風夜的功德一件，於是幸福地回家了，留下年輕護理師繼續在加護病房的大夜班工作。

在老人化、少子化的社會下，醫院對護理團隊的需求會愈來愈高，身為一位資深醫師，我很信任線上的護理夥伴，看到盡職又樂於學習的年輕護理師，就代表未來有希望，在此與志為護理的同仁互相打氣，我們相信，護理人員的愛心與堅持，可以讓他們感受這分工作的價值。☺