

守護 輕安居

賴筱婷

臺中慈院輕安居護理師

Make the Elderly Feel Like at Home -

Hsiao-Ting Lai, Registered Nurse, Taichung Tzu Chi Nursing Home

■ 文 | 江佩恒 臺中慈濟醫院輕安居護理長、曾秀英

臨床資歷五年，賴筱婷從動作俐落的外科開始，經歷陪慢性病人奮鬥的復健科、與癌症對抗的血腫科，最後落腳在輕安居，發現自己其實很有照護老人的天分……

懂事的長女 到花蓮初識慈濟

賴筱婷家住臺中市西區，個性隨和、好相處，是家中長女，國中畢業本來想

跟大部分同學一樣上普通高中，可是想到讀高中免不了要補習，會增加家裡不少開銷。跟家人討論，媽媽覺得如果筱婷能有一技之長，將來就不用擔心了，所以建議她讀護專。

至於要念哪一所呢？筱婷說：「因為媽媽都會收看大愛臺，認同上人的理念。」雖然慈濟科技大學的護理科系遠在花蓮，但媽媽覺得筱婷如果是到慈濟



◎ 賴筱婷畢業自慈濟技術學院（現「慈濟科技大學」）護理系，圖為畢業典禮與家人合影。（賴筱婷提供）

念書，滿令人放心的。筱婷就設定這個目標來努力了。

考上慈濟技術學院（現為慈濟科技大學）五專護理科，十六歲的筱婷就從臺中來到花蓮住校，開始了五年的護生生涯。在實習的過程，她感受到護理工作對病人的幫助，肯定護理這分工作的價值感；在學校有懿德爸媽，而在花蓮慈院實習時，也總是在院區看到慈濟志工的身影，他們帶給病人和家屬溫暖，也適時協助，筱婷覺得這種人與人之間的真心互動，讓她很舒服。所以，畢業後，她回到臺中，選擇到臺中慈濟醫院上班。

從急性學到慢性照護 技術純熟也要保持溫度

筱婷在實習時發現自己比較喜歡外科，因為可以看到不同種類的傷口，看著傷口癒合很有成就感，所以踏入臨床的第一個單位就來到外科病房。

儘管每天上班幾乎都在跟時間賽跑似

的，不斷發藥、換藥，發藥、換藥，體力、精神的付出不在話下，但只要看到被用心照護的患者傷口日漸癒合了，可以出院了，就覺得很值得，又埋頭繼續辛勤工作。

持續了一年，有一天她突然有一種很明顯被掏空的感覺，「對每天匆忙的上班、下班，感到空虛。」她開始探索自己的內心，「應該還有更值得自己去做的事。」該怎麼為自己充電？

剛好主管將筱婷調到復健科病房，讓她學習不同科別的照護。一開始筱婷還是以外科的慣性工作，凡事求快、求準確有效率，誰知專科護理師看著她的處置方式，直接說她「冷血」。以前在外科這樣做是很優秀的，怎麼得到這麼負面的批評？筱婷覺得自己平日自我要求很高，不應該被這麼說的，心情頓時充滿著糾結與掙扎，不斷反思，究竟那裡做錯了？

筱婷這才發現「復健科病房都是慢性病人，不能套用急性病房與病人的相處



模式。難怪看在經驗老道的專師眼中，感覺我不夠溫暖……」

找到原因就好辦了，筱婷調整自己的態度、放慢自己的腳步，在專師和學姊們的教導下學習怎麼和慢性病人相處，將心比心地給對方心理支持與鼓勵，也因此和一些病人及家屬成了好朋友。例如一位中風的男性公務員，一來住院時因為無法接受肢體癱瘓的衝擊，天天沮喪、天天哭，筱婷就陪著他哭，然後鼓勵他參與復健照護，到後來他恢復信心，持續復健，最後康復出院了。

筱婷的下一個學習站，來到血腫科病房。她看著癌症患者定期化療、放療，遭受病痛折磨與生命無常；病人康復，她替他們開心，但萬一病人又復發回來，她不能表現出自己的難過，「護理能多做什麼？」她陷入思索，「該提供什麼

樣的照護措施，才能緩解他們的病痛？」所以，只要時間許可，她不介意多跟病人和家屬聊聊，至少讓他們保持樂觀的心態，不要被病魔打倒。

投入銀髮長期照護 老人真可愛

得知臺中慈濟護理之家（又名「輕安居」）要在 2014 年 1 月啟業，筱婷決定換個新環境，主動申請轉調，成為護理之家的啟業元老。

做出跟學生時期南轅北轍的決定，讓筱婷也忍不住笑自己。護生時期因一次護理之家志工服務，筱婷遭遇住民騷擾，加上老舊的環境設備與環境、瀟灑令人作嘔的氣味，留下不好印象，當時下定決心——日後絕對不從事老人照護工作。

只是事過境遷，如今的筱婷積累豐富的臨床護理經驗，運用在照護服務綽綽有餘，一遇到慢性病人也總是一股熱血地對待；再加上感受到臺灣高齡化社會對老人長期照護需求漸增；而從學生時期就受到慈濟志工爸媽們的伴讀和關懷，現在又有懿德爸媽陪伴，對這些長輩們充滿敬意……所有這些念頭累積起來，筱婷決定用行動表達謝意，用自己的生命走入長輩的生命來回饋。

「希望每一位來住的人都能輕安、快樂，『輕安居』，要有家的感覺。」護理之家啟業那天，上人揭碑後輕聲開示，也提醒「這裡只是他們的休息站，他們最終都要回到家。」筱婷把這些話重重放在心裡，奉行不渝。



➤ 賴筱婷的「繪指攬心」照護讓許多阿嬤變年輕又開心。

記得啟業當天就有一位阿公入住，阿公顱內出血後併有失智症，復健路上，筱婷一路細心的照護，讓他從原本插鼻胃管、臥床，慢慢復健進展到可以由口進食、自己行走，日常生活能自理，最後孫女接回家照顧。

阿公要返家那天，進電梯時哭著說：「你們要保重啊！」這畫面讓筱婷永遠忘不了，強忍淚水微笑地跟阿公揮揮手道別。阿公返家後，仍不時來探望，這樣的牽掛，不就是家人嗎？

有時長輩們也讓筱婷好氣又好笑，記得一位阿嬤在耶誕節前夕，半夜起來拆節慶佈置擺設裝飾的禮物盒，另一位更趣味，把換藥車推到住房，硬說那是自己「賣雜細」的手推車。

阿公、阿嬤的故事點點滴滴說不完，在她的眼中，滑著輪椅代步，穿梭於客廳、走道間的長輩們，跟幼稚園小朋友沒兩樣，不論是對拆禮盒的期待、對謀生工具的重視，還是代步活動的活潑場景，都可愛得不得了。

繪指攬心得人心 呵護住民自在輕安

一次迎接新住民時，看到阿嬤手指、腳趾甲塗著大紅指甲油，當下對突兀的裝扮感到詫異，時日一久，阿嬤指甲油掉漆，筱婷特地提供「美甲」服務，阿嬤的笑容沒停過。「美甲」先是僅限兩人的祕密約會，後來擴及其他阿嬤，獨特的「繪指攬心」照護，讓阿嬤們回憶起年輕時代「パリ」或「水噹噹」的新



➤ 學生時期才說絕不從事老人照護，賴筱婷現在可是臺中慈濟護理之家銀髮長輩的守護者。

嫁娘裝扮，由於筱婷是 Hello Kitty 迷，不少長輩也因此「愛屋及烏」成了貓迷。

偶爾筱婷想賴皮不上班時，腦海中就浮出這些長輩可愛的行為舉止、和藹的面容，就又乖乖出現了。

「上人說，行善、行孝不能等。看到每位住民家屬很用心地關心自己的家人，提醒著照料家人的每個小細節，讓我很感動。我也常提醒自己，要好好孝順父母。」筱婷也明白，失智老人的家裡環境如果不是相對安全，或是長者晚上不睡覺，既危險，家屬也沒辦法好好休息的無奈，所以，成為長輩的守護天使，讓家屬安心，就是她最大的成就感。

年紀輕輕的筱婷，把住民們當成自家阿公阿嬤照護，心中也祝福每一位住民長輩在輕安居好好療養，康復返家。☺