

# 握手，

Hold Her Hands,  
Shake Away the  
Loneliness

# 不孤單

■ 文 | 陳沛均 慈濟大學護理學系三年級

我照顧一位乳癌病人，特殊的是，她是一位法師。照護的第一天，我注意到病床上方貼著 DNR(Do Not Resuscitate) 不急救同意書。在某一次會談中，師父主動和我提到死亡，她問我：「你知道人死後會去什麼地方嗎？」當下我整个人愣住了。

師父看到我嚇呆的樣子，笑笑地說：「我好像嚇到你了，你不用有壓力，我只是想找個人說說，因為這是我最近在病房裡最常想的事情。」

我回問：「師父，那你覺得人死後會去什麼地方？」

師父看著窗外，若有所思地說：「一開始我認為人死後不是去西方極樂世界就是墮入地獄，但我現在卻不這麼認為，會去的地方應該是你最留戀的地方。」

我問師父：「那對你來說，留戀的地方是哪裡？」

師父回答：「我想可能是醫院吧！」

「為什麼你會這樣想？」

『可能跟我的病治不好有關係，我有時覺得自己很矛盾，希望自己的病可以治好，但我又怕痛，覺得為何在最後階段還要加諸痛苦在自己身上，所以我告訴醫生我不要注射抗癌藥物，我不要急救，不要插、不要電、不要壓。』

「師父，為什麼當時你不想注射抗癌的藥？」

『我自己的身體我最清楚，第一次打抗癌藥的時候，我的身體就承受不了，變得很虛，會頭暈、嘔吐、吃不下，所有副作用在我身上出現，你們沒有打過抗癌藥的人是不會知道那種痛苦的。』此時我不知道應該要表達什麼，只能沉默地看著師父。



剛開始照顧師父時，我覺得她的情緒怎麼會反反覆覆、陰晴難定，本來還說說笑笑的，隔一個小時後去看她，又變得沉默、不理人或是有點情緒。我問老師：「為什麼師父的情緒會這樣不穩定呢？」老師告訴我：「生病的人，身體會有不舒服的地方，情緒難免受到影響，我們應該學習理解，多包容。」照顧她一段時間後，我也能懂得她的矛盾了，雖然我真的如她所說，因為沒有經歷過，不可能理解她的不舒服。但我問自己：「我可以做些什麼，才會讓病人感受到我對她的關心呢？」

然後，師父出院了，我和她哥哥一起推著坐輪椅的師父去等電梯。在等電梯的時候，師父對我說：「謝謝你這段時間對我的照顧，我感覺到你進步很多。」我微笑地回她：「師父，我也很感謝妳願意讓我照顧你。」這時電梯來了，要離開時，師父說：「前幾天醫生在幫我放水時，很謝謝你一直握住我的手，讓我感覺有人陪著我，不孤單。」

回想起實習開始的第一位病人拒絕我的照顧，心中充滿挫折感。我問老師：「為什麼爺爺不能接納我的照顧呢？」老師問我說：「進行任何技能，若沒有人的溫度，就只是一種技能。但『護理』不一樣，護理的臺語是『給你』，你要給病人怎樣的護理呢？安心的護理？舒適的護理？溫暖的護理？尊重的護理？」

謝謝老師的提醒，我找到了答案。我想要給病人的護理是「溫暖的陪伴」，讓病人感受到：「我會陪著你進行治療，陪你一起面對疾病的變化，你不是一個人孤單地面對。」我希望自己是能陪伴病人，使他們感到溫暖與安心的護理人員。

# 幫阿公

Comfort Nursing  
Soothes a Male Elderly  
Out of Blue

# 解愁容

■ 文 | 張庭嘉 慈濟大學護理學系三年級

護理是什麼？實習這段日子，我看了很多，也想了很多。看到我所照顧的阿公抽痰時出現的痛苦神情，看到有的病人失去行動能力，需要他人協助，我問自己：「接受這些讓他們感到痛苦，但可以延續生命的治療，到底是什麼意義？無法自我行動，依賴他人活著，到底活著是為了什麼？」我的心中充滿疑惑。我曾經想過，如果我是躺在病床上的病人，我希望可以不用每天過著這樣的日子。但是，老師告訴我：「不能用自己的價值觀與角度去看待病人、家庭對治療的選擇、生命的想法與決定，我們需要學習尊重病人和家庭的決定。」

## 舒適護理，見到難得的笑容

原來，護理的存在可以帶給病人舒服和溫暖。

還記得有一天大夜班學姊交班時表示：「雖然阿嬤有幫阿公床上沐浴，但阿公因為多日無法到浴室洗澡而生氣，整個晚上都不睡覺，連今天的早餐也不吃。」學姊問我們是否可以幫助這位阿公，我們也很高興的答應。當我們到病房看阿公，和他約定下午要幫他到浴室洗澡，請阿公要吃早餐也稍微休息，沒想到，阿公因為我們要幫忙洗澡，就願意吃飯也安心睡覺。

下午和老師一起為阿公洗澡時，阿公雖行動不便，但在他能力許可範圍下，他也會主動參與，洗澡過程中，阿公告訴我們：「可以洗澡，真的很舒服，背部我洗不到可以幫我再洗一下嗎？我的頭髮，我也再洗一次。」洗完澡，老師和我用輪椅再次將阿公送回病床上，並幫他中心靜脈針處的傷口換藥，過程中，阿公一直跟我們說話，謝謝我們，臉上也露出笑容；阿嬤也一直謝謝我們。

這是我聽到阿公從住院到現在說最多話的時候，而且臉上露出了笑容，只是因為洗澡！我的心也跟著阿公的笑容而開心起來。

謝謝老師打開我的眼睛去觀察，讓我透過操作去了解「護理」可以是讓病人舒適和開心，不只是苦痛。謝謝病人讓我看到原來舒適護理對生病中的人來說，是多麼重要的一件事。

### 照護小技巧 感謝病人當老師

實習的過程，也很感謝一位病人爺爺教會我拍痰。

雖然老師有教導怎麼拍痰，同學也加入指導行列，但我的手超級僵硬，怎麼也打不出老師「ㄅ ㄅ ㄅ」的那種聲音。看老師很輕鬆的打出那樣的聲音，既不費力，病人也感到很舒服，但我輪到我幫阿公拍痰時，就一直失敗。心裡有些挫折，問自己：「為什麼學不會？問題在那裡？為什麼手沒有辦法放鬆呢？」

下午踏進病房，身體虛弱的阿公突然試著晃動身體，向我招手，跟我比出「拍打」的手勢，我猜阿公是希望我幫他拍痰。我走到病床旁開始幫阿公拍痰，拍了幾下後，阿公對我說：「速度要慢一些。」隨著阿公的建議調整，突然間，拍痰的聲音對了，也比較不費力了。好開心！

拍痰這件小事，本來該要學會的，但卻是病人給我機會練習，還教了我訣竅，原來，病人真的是我的老師。☺

