

擦乾眼淚再出發

Dry My Tears and Restart

■ 文 | 李芷菱 慈濟科技大學護理系五年級

四年級，進入了內外科護理學實習。對每一次的實習，心裡總是緊張又期待，走進醫院，隨著電梯的上升，感覺到自己的血壓也隨之升高。距離上次基護實習已有一年多，不知道自己在這段時間的學習是否隨著時間成長，是否能夠在個案照護中表現出更專業的一面。抱著忐忑的心，踏入病房，再度開啟了我的實習生涯。



實習第一天跟著學姊見習，有位病人需要藉由抽痰的方式，才能清除呼吸道中的痰液。映入眼簾的是病人空洞渙散的雙眼、毫無對焦，看似對外界任何事物都不感興趣。就在學姊開始抽痰時，病人滿臉漲紅，用力咳嗽，像是要將五臟六腑都咳出體外似的，我感覺抽痰對他來說，是一項相當不舒服的技術。抽完痰後，我看見那名病人流了眼淚，覺得好心疼。整理用物後，學姊告訴我：「抽痰或許對病人來說，是一件很不舒服的事，但如果不抽痰，病人又無法自咳，痰液蓄積在體內可能會引發感染危及性命。」聽完這一席話，我的心情逐漸平復，我能夠明白學姊所說的，只是第一次在真實的臨床情境看到這樣的過程，內心很衝擊。

剛接觸臨床的我們，對於與病人溝通這件事，感到十分的畏懼且有壓力，原來說話是門藝術，也是要學習的。我在內外科實習時，一開始我所照顧的個案阿姨，除了每天為她執行常規的照護，很少進一步和她說話去了解她，在幫她換藥時，病室中總是圍繞著尷尬的氣氛，因為安靜無聲、靜悄悄；隨著照顧她的時間愈長，只要一有空閒

李芷菱同學（左）感謝實習課程期間，病人給予的正向回饋，為她的護理實習生涯打了一劑強心針。



時間，我便會去病室與她聊天，隨著不斷地練習溝通與會談，我們的護病關係也愈來愈好。

記得有一次我在換藥時，因為太緊張，將無菌的紗布染污了，當下被老師罵了一頓，老師並沒有很兇，可是我覺得自己很不應該，已練習多次卻沒有做到最好，當下自責的心情，使我掉下了眼淚，就在這時，阿姨拿出紙巾遞給我，她告訴我：「老師罵妳並不是指責妳，是為了妳好，我想老師也知道妳是一個好學生，她是希望妳可以進步，不要那麼粗心，把眼淚擦乾走出去病房後，就不要再哭了，而且要告訴自己，下次不要再犯了！」聽完這些話，我更加自責，但我也下定決心，要認真做好每一件事，才不辜負我的個案對我的期望。

每一天每一次的練習，再加上阿姨總是耐心溫柔的勉勵，到後來換藥時，我不但不緊張的順利完成換藥，過程中還會主動關心她的感受與病況。三個星期的實習結束，在最後與病人阿姨道別時，十分不捨，總希望自己還能為她做更多。

有一天我在學校遇到當時的實習老師，她告訴我：「上次妳照顧的那位個案，已經出院了，離開前她寫了一封信給單位，覺得妳以及醫院的醫護人員照顧的十分用心。」當下聽到這些話，內心很是激動，感謝阿姨在我的學習過程中給我機會與肯定，為我的護理學習之路打了一劑強心針。

我告訴自己，要更加努力學習，未來我也要成為一名能夠獨當一面且專業的護理師。

被拒絕的那一次

That Time I Was Rejected

■ 文 | 王可玫 慈濟科技大學護理系四技四年級

每一次實習在接觸新個案時都會充滿著許多不安和緊張的情緒，總會在要踏進個案病房前預先想好許多可能發生的對談內容。最近印象最深刻的，是在內科病房實習照顧到一位法師。

法師來自玉里，算年紀是阿嬤等級了，因為在大陸旅行回來後高燒不退而入院。老師為了讓我們清楚地瞭解個案的情況，總是會讓我們多去看看病人以及和病人進行互動，因此我在每天實習的 8 小時裡面總會找些時間到病床旁與師父及陪伴者互動。

我剛開始是抱著一定會被師父灌輸許多佛經的心理去和他接觸，可是師父卻沒有如此，反而很好聊，且時常給予我肯定。可是，有一次師父的靜脈留置針到期需要做更換，我問學姊是否可以給我機會執行，學姊同意，但是在詢問師父時卻被拒絕了！當下感覺十分的挫折，頓時陷入了自己一定表現很差的情緒。

反而是事後師父找我說明，說照顧他的時候都做得很好，每次需要滴點滴時都會問他要不要先上廁所，很貼心等等，只是他自己很怕痛才不敢讓實習生做侵入性的

治療。本來情緒很低落的，至少因為師父的話而多少拾回信心，感覺自己沒有自己想像中那麼差。更讓我不能忘記要做一個貼心的護理師，畢竟病人都看在眼裡。

經過治療，師父的情況好轉。或許是我總是在看到病人好轉時會很開心的表現出來，師父有一次就拉著我的手對我說，他看得出來我是一個很乖的小孩，對待這裡的病人真的都很用心，也很好學……，那一剎那我有滿滿的感動。因為實習的壓力和睡眠不足，在高度緊繃的情形下，要一直在病人面前保持著好精神真的是累上加累，能夠從個案口中聽到肯定自己的話，



就覺得一切都是值得的。而且，師父的話更是讓我了解到原來只要真的用心去對待每個人或認真去做每一件事，就會獲得比自己預想中的還要多。

在實習期間剛好遇上學校的畢業典禮，從師父的病房窗戶可以看到靜思堂外正在排隊的學長姊們，我就很高興地跟師父分享今天是學校的畢業典禮，我明年也會是這時間畢業。這時候師父說如果我畢業時還記得他的話可以到玉里邀請他參加我的畢業典禮，他會給我祝福的。身為一位外籍生，聽到這種話真的很難不感動，因為這也是師父對我表達的關心和肯定。



圖為王可玫於社區護理實習。

在實習的最後一週，師父的病情也好轉了許多，醫生說師父可以準備星期五出院了，剛好那一天是我實習結束的日子，我和師父就很高興地說那我們那一天可以一起離開病房了！可惜的是，師父在星期四時突然又發燒，只能繼續留院治療。實習結束時，我和師父道別並替師父加油，希望他可以趕快康復出院，而師父也笑笑的祝福我未來順利。

我覺得我遇到了一位很好的個案，無論是病人本身還是一旁的陪伴者，他們都一直給我很多的信心和鼓勵。雖然我只是個實習生，但是他們一直對我說：「就是要給你們實習生機會，慢慢來沒關係，認真學就好。」我希望我可以一直記得師父帶給我的感動和肯定，在以後實習遇到瓶頸時有辦法轉念，讓自己再次充滿正能量來堅持自己未來要走的路。☺