



相知相惜，圓滿人生

Help the Terminally Ills to Fulfill Life

■ 文 | 楊芷苓 花蓮慈濟醫院心蓮病房護理師
圖 | 洪靜茹



大家對於死亡的印象是什麼呢？是煎熬、恐懼還是喜悅？其實不管答案是什麼，每個人的一生，不論飛黃騰達、男女老少也罷，最後卻仍需面對「死亡」這件功課。而我在安寧病房護理的每日，都很接近著生命的盡頭。

無論生命用什麼樣的型態存在，我想萬物都有著共同的願望，就是要獲得快樂，離開痛苦。反觀自己的學習經驗，從學生時期受到南丁格爾的教育「點燃自己、照亮別人」，原本對於這句話一直沒什麼特別的感覺的我，茫然的度過了在學校的青春歲月，安穩的將分內功課做好、考試考好。直到投入職場時經歷的轉折。

從一開始投入一般內科病房，像陀螺一樣的轉啊轉，每日就在打針、發藥反覆的循環中度過，忙碌了一天，回到家反問自己：「今天從自己或是病人身上學習了什麼？」記憶中只有匆匆忙忙、和同事們在病房裡穿梭的畫面，慢慢的不禁疑惑：「這真的是我要追求的護理？」恰巧的是，就在某次的偶然，懷著茫然，在一次的轉調機緣，來到了安寧療護的心蓮病房。

在心蓮病房，我學習到護理是一座橋梁的角色，透由這座橋梁，提供了病人「身、心、靈」的關懷照料，除了減輕末期病人生理不適與心理壓力，也要對其家庭進行扶持。

從剛開始照顧臨終病人時，那種眼睜睜看著不管是被病痛折磨或蹂躪的震撼，讓身為護理師的我，打從心底感到無助和茫然，到陸續經歷許多次的照護，並額外參與不一樣的課程學習，才漸漸了解要如何照護病人，用心感受當下。

記得有次照護一位下咽癌病人，本身因氣切造口而無法正常發聲，在和其筆談時發現，他在病後對於生命價值與意義是失去希望的，覺得人生後半段得在醫院度過餘生，再也不能恣意做自己喜歡做的事。在接下來幾日的筆談中，得



知他很喜歡寫書法，於是提議他可以在病房內「大展身手」，並透過寫書法引導出他想寫給家人們的字句，再帶出很多家人間不好意思說出口的話……這時，病人才了解到，走在臨終的這段路，其實自己擁有的還有更多。而病人在這過程享受的是能如蝴蝶破繭而出，艱辛，卻可以在空中無懼飛舞的輕快。

日本安寧照顧之父柏木哲夫教授曾寫下「瀕死不僅是軀體上的變化，同時也是整合心理焦慮、憤怒、憂鬱和孤獨的一種過程。」這也告訴護理人員，每個人在面對死亡的同時，不單單是外表身體的消逝，更是個統合一生的階段。在末期病人的照護，我學習到不只是透過技術來彰顯護理價值，而是在陪伴受苦病人當下，與病人同在，了解與傾聽病人的生命故事、理解病人的人生經歷，在生病的苦難脈絡中，護理師與病人共同找出生命的價值與意義，努力讓人生圓滿無遺憾。



守護與陪伴

To Guard and Accompany

■ 文 | 陳亭妤 花蓮慈濟醫院二十西精神科病房護理師
圖 | 洪靜茹



走過難熬的新人期

從學校畢業後就一直在精神科服務，從一開始的生疏、害怕至上手，到現在可以獨立面對，甚至擔任臨床教師及書寫個案報告，按照進度完成進階，這些都是過去自己沒有想過會發生的事情，如今完成了有種不可置信的感覺。現在帶新人，不時會回想起自己在新人那半年至一年期間很辛苦的感受，要接收許多訊息、經驗缺乏、技術不純熟、判斷力不足、學理知識差、病人出現自殺或暴力、突發狀況無法處理等情形，讓自己在臨床工作上卻步無法前進，離開的想法在腦中浮現多次，好在那時有臨床教師的陪伴、同學一起打氣鼓勵及同期的同事一起互相扶持，擁有那些「共同」後，不僅讓我與同期同事感情變好，也繼續在單位內服務到現在。

從護理看見自己價值

在照顧病人上，遇到過很多類型，如很客氣的、態度很差的、不愛乾淨的、愛抱怨的……各種不同的病人類型，瞬間讓自己覺得需要八面玲瓏，不會處理時只能呆在現場，由醫師、學姊或護理長來拯救。隨著時間過去，學姊的分享及自己的經驗累積，對於各類型的病人多少可以知道如何面對及處理。

每當看到病人狀況不好的來住院，接受治療後狀況改善了準備要出院，除了覺得醫療團隊真的很厲害。也覺得還要感謝江國誠護理長，他引領著我們討論如何照顧病人，使我們專業提升，讓護理被看見。印象中最深是在照護一位自閉症的弟弟，一開始躁動不安及問題行為，多次的反覆住院，單位的精力都快耗盡了，某次撥放〈拔蘿蔔〉的兒歌，打開了我們跟他交流的開關，此後，透過音樂治療，這個弟弟的行為問題明顯改善，每次跟他一見面就要拔蘿蔔，陪著他一起跳唱，歡樂的氣氛取代了過去緊繃的氛圍。



能夠幫助個案找到合適的照護方式，感到非常的開心。雖然過程中我們要反覆查資料、詢問及討論，但看到或聽到個案的感謝或看到個案的進步，從工作中獲得成就感的感受是無法用言語表達的。

傳統與批判性的融合

看到新一代護理師或實習生，不像過去自己那時候——不會問為什麼，只會聽了就做，覺得這是很好的事情；他們有批判性的想法，會想要去改變。新的想法與傳統想法激盪，適時調整，我覺得很多是可以互相學習的。開始教學帶新人的我們，非僅有經驗的傳承，從新人和實習生身上的活力、創意、想法，值得互相交流。

持續在醫學中心病房工作，需要不斷的學習新的醫學及照護知識，還要同時保有對於護理工作的熱忱；調整過去習慣的照護模式及認知，過程中也是很辛苦，有媲美於新人剛接觸時的感受，接受新觀念，移除舊想法，避免出現倚老賣老心態。

萬事起頭難，尤其是在接觸新的事物上，且天下無不勞而獲之事，凡事都需要付出及學習才能有收穫，找到方式撐過就是自己的，這也是帶新人時看到他們在經歷類似狀況時以自身經驗分享給他們，讓自己勇敢接受問題，面對責備，處理好挫折、無助等感受，尋找到宣洩情緒的出口，其他就交給時間來磨練，無法掌控的狀況會愈來愈好的，永遠記得阿長說的，「不要只羨慕學長姊，只要妳努力，妳也做得到，一樣的優秀。」透過經驗的分享及交接，願將護理的專業傳承下去，持續守護病人。☺