



學術，請聽我說

Please Listen to Me, Senior

時間停格的 寧靜與溫暖

Palliative Care Brings
Tranquility & Warmth

我在急重症待了十幾年，一直對安寧這塊感到好奇，直到某次在機構中遇到安寧團隊的人訪視，看到他們不同於以往的專業，和從他們身上散發出來那種莫名的溫馨感，讓我毅然決然投入安寧這陌生的領域。

還記得走進心蓮病房的第一天，被眼前的寧靜和暖意震驚，這裡的每個人都面帶微笑，讓人不禁有種回到家中的錯覺，看到學姊們面對病人時，不再是以往的急促，而是耐心地、靜靜地坐下來傾聽病人的煩惱，甚至連家屬的擔憂也一併擔起來消化、處理，尤其每當計畫要讓病人出院時，安寧團隊便會開始另一個規畫，一步一步的評估和考量，就像媽媽準備讓孩子上學，一定要弄到妥妥當當地才敢放手，然後還要不定時探訪、追蹤才能放心，這樣的落差是以前在急重症完全無法想像得到的。

還記得剛來單位沒多久，就照顧到一個因嚴重頭頸部淋巴水腫，腫到連眼睛都睜不開的口腔癌患者，這個病人非常有個性，對於治療他始終是採積極的態度，所以當初要從病房轉來安寧前，共照學姊也花了很多時間溝通，剛轉來時他的臉上擺明寫著老大不願意的字樣，渾身散發著生人勿近的氣場，但身為主責護理師，我怎麼能夠因為這樣就真的謝謝再聯絡。於是我鼓起勇氣，慢慢的和他解釋接下來的照護計畫，一步步地搭起護病橋梁。

某天我在學姊的帶領下第一次使用淋巴按摩的技巧，就這樣在床邊待了一個多小時，成功讓這個病人再次張大眼並且清楚地看到了人事物，當時病人、家屬的感謝和喜悅，我永遠無法忘記。

那次之後，他們對於護理人員便產生了莫大的信任和依賴，除了建立起良好的護病關係，也讓後面疾病發生變化、惡化甚至往生、告別式的過程，他們始終都是萬分的感謝；過程中，我也看到了孩子對病人的孝順，前妻和母親對病人的愛，還有兄弟間那真摯的關懷，家屬們都勇敢地從不捨到接受，最後再到放下。病人因愛而產生勇氣的心，還有那段把每天當成最後一天活著、珍惜著的日子，都是值得你、我，甚至是每個人省思和學習的。

剛到安寧病房時，我確實因為常規或思維不同而有許多困惑和迷惘，甚至有時想打退堂鼓回到急重症那熟悉的舒適圈，但後來經過護理長、副護理長耐心的引導和傾聽，加上學姊們的鼓勵和適時的讚美，我開始試著讓自己放慢步調，透過照護末期病人時的每個情境，想著如果有天我面對生命末期一定也會希望有人理解、傾聽、關懷我的，於是每個情境都讓我有種昇華的感覺。不知不覺中，在心蓮病房上班的日子，我不再只是過去那個衝來衝去只負責做治療的護理師，而是更小心謹慎地提供照護、更穩重沉著的陪伴，只想成為病人和家屬心中那棵不會倒的大樹，好讓他們能夠安心地依靠，獲得真正的尊嚴和舒適。

現在和家人朋友說起工作，我都會無比驕傲地說：「我在安寧病房。」因為在這裡我看到了以前課本上提到的「全人」照護，而且我做到了，因此我更加熱愛從事護理工作的自己，然後用這分熱愛延續我來到安寧的初心。



學姊這樣說：

自我成長的資深新人

Assist a Senior Freshman in Palliative Care

■ 文 | 江青純 花蓮慈濟醫院心蓮病房副護理長

一個偶然的機會，讓我從照護新生兒、早產兒領域跳到了照護末期病人的場域，回想當時一心嚮往一個不會有急救場面的環境，帶著莫名的好感來到安寧病房，但來了之後完全是衝擊，光是稱呼及用詞就夠我舌頭打結

了，從「阿姨幫你泡ㄋㄟㄋㄟ」變成「爺爺，幫你灌牛奶」就花了我將近半年時間才慢慢改掉；另一個就是照護動作的速度改變，從小兒加護病房要反應快動作快，因為早產兒的變化是一瞬間的，來到安寧病房後，發現學姊們講話非常溫柔，動作非常優雅，臉上常常面帶笑容，常規做到一半常常坐下來就陪病人或家屬說話，一講就是一兩個小時，令我非常吃驚，難道不擔心常規照護工作做不完嗎？明明是個末期照護的地方，卻是讓人這麼安心這麼溫暖。結果，我一待就是二十多年，沒想到我也從一個小護理師變成現在的新手菜鳥主管，不僅要負責單位教學，帶領新人，還包含了最不熟悉的行政管理。

之前負責業務多半獨來獨往，僅偶爾帶領見習或交流活動，教學經驗也不多，當我從安寧居家共照回歸到病房時，我也是位新手學姊，開始學習如何教學及帶領學妹，而俐琦是個讓我印象非常深刻的學妹。



俐琦雖然帶著工作經驗來到病房，卻完全沒有學姊的樣子，一副新人的樣貌，面對所有的學習過程，非常正向，每當我望向她，她便會回以溫暖的笑容，那種渲染力，真的不是蓋的，還記得那天她跟帶領她的學姊從病房出來，兩人非常開心地抓著我說，「好神奇，真的好神奇，我們幫忙病人做臉部淋巴水腫之後，他的眼睛就張開了，水腫瞬間消退不少，好有成就感。」結果那天上班的同仁及學妹都一起很開心，俐琦就是這麼有感染力。不僅這樣，學習及工作動力也是一級棒，其他學妹都說很喜歡跟她一起上班，因為上班時不僅會互相協助幫忙，也是學妹的救命一針，對新人而言 on cath(上針)讓她們既煩惱又擔心，只要俐琦上班，學妹就很安心，因為俐琦非常會 on cath，所以學妹會覺得非常有安全感。

常在病房看見俐琦陪伴病人及家屬的身影，有時坐在床旁握著病人的手，有時協助家屬將病床推到空中花園吹風晒太陽，對於即將臨終的病人雖然也是不知所措，會緊張，但她會努力做好舒適照護，讓家屬安適在旁陪伴，協助遺體護理時動作細心，語氣溫柔地對待大體，雖然對遺體化妝不熟悉，卻也花心思學習，常常會向學姊請益如何陪伴，如何與家屬溝通，從她的社心靈紀錄慢慢感受到她的暴



陳俐琦從急重症單位到安寧病房，態度積極正向，護理長、副護理長都覺得只要提醒她慢下來，很適合安寧療護。

風成長及進步，令人非常刮目相看；這還是個沒受過安寧基礎及進階訓練的護理師，給我的感覺就是積極學習且正向，非常有溫度有態度的學妹，沒有什麼問題，只要在旁邊觀察著她，自己都表現得很好。我想，她就是個 right person in the right place 吧，很適合安寧療護。👁️