



心蓮十年 安寧路

何玉雲

大林慈濟醫院安寧共同照護護理師

Lotus in Heart for 10 Years

- a Profile of Yu-Yun Ho, Hospice Shared Care Nurse, Tzu Chi General Hospital, Dalin Branch

■ 文 | 廖慧燕

想要扶助弱小 走上護理路

南投縣民風純樸山明水秀的埔里鎮，人稱「小洛陽」，出身農家的何玉雲，在這裡完成小學至國中的學業。小學時因為肺炎大病一場，讓玉雲長得比一般孩子瘦弱，也曾因此被同學欺負嘲笑，小小年紀的玉雲心裡升起一股被欺負的不平感，決定以後「要幫助那些需要被幫助的人」。

在國中時期，英文老師感覺到玉雲的善良，也對她疼愛有加，一直鼓勵她要朝照護大眾的方向發展，所以在國中畢業前，玉雲決定走護理這一條路，考上臺中護理專科學校，從 1985 到 1989 年，隻身離家住到臺中，開始一個人在外求學的日子。



父母質樸身教 自我要求好成績

玉雲在家中六個兄弟姊妹排行老三，父母親對子女的教育十分的重視，雖然經濟並不富裕，但是務農的他們總是務實純樸又厚道，任勞任怨，只為栽培子女。

父親實事求是、認真生活，且擇善固執，母親則是善於持家、傳統溫良，父母的身教在在影響著玉雲，他們只輕輕地跟玉雲說：「要清清白白老實做人。」而了解父母的期待，玉雲在學業上總是盡全力，也一直往上進修。

為了不讓父母操心，玉雲認真念書，寒暑假一定去圖書館打工賺取學費，貼補零用，有機會領取獎學金時也努力爭取。

就讀臺中護校期間成績優異，擔任過模範生、副班代、實習小組長及風紀股長。畢業後即直接考上美和護專(二專)，寒暑假則到醫院去當看護，「除了有收入，還能學一技之長。」玉雲這樣說。

二專畢業後，於1995年8月，玉雲插班考上國立成功大學護理系，這可是百分之一的機率，可見她有多努力。好不容易考上大學，四年期間繼續以優異的成績回報給父母，也領了很多項獎學金，其中有多次是慈濟頒發的獎學金。

因獎學金認識慈濟 經良師愛上安寧

玉雲記得聽到證嚴法師向領取獎學金的他們說，「我不會要求領獎



小時候體弱的何玉雲立志當個照顧者，在國中老師鼓勵下選讀護專。圖為何玉雲（第二排左四）護專畢業照。（何玉雲提供）



學金的學生畢業一定要回饋慈濟，但是要謹記這些獎學金是善心人士所捐，希望你們將大愛的種子及力量散播出去，關懷更多需要幫助的人。」這一席話烙印在年輕的玉雲心中，也想著，有機會該到慈濟服務。

就讀成大時，修了趙可式博士的課，才了解原來在護理的領域裡，有安寧療護這一個這麼特殊的專業，玉雲非常感興趣。記得趙老師在臺灣倡導的安寧療護四全照顧：「全人、全家、全程、全隊」照顧，幫助癌末患者達到身、心、靈三平安，這是玉雲對於護理照護期待的境界。

更有緣的，是趙博士曾經跟她說，她有 Hospice face（有著一張安寧

療護的臉），讓玉雲感覺能夠踏實堅定地走在安寧療護的道路上。

來到大林 始終如一

所以，在大學畢業之後，臺灣，尤其是南投，剛走過九二一地震的傷痛，再加上慈濟在 2000 年 8 月在嘉義大林蓋好了一間慈濟醫院，慈濟醫院的心蓮病房，算是臺灣很早落實安寧療護的病房。而且本身是佛教徒，一切的因緣巧合，讓何玉雲在大林慈院啓業不久，該年的 11 月 15 日，加入安寧療護的服務隊伍，一直到現在。

很多護理工作者會在不同單位間轉換，尋找興趣，玉雲倒是一踏入臨床，就一直在安寧療護的領域，始終如一。

步伐邁出心蓮 廣宣安寧理念

安寧療護在臺灣的發展也隨著時間日漸成熟，玉雲在心蓮病房工作了三年又六個月之後，2005 年時，決定要走出心蓮病房，成為「安寧共照護理師」。

因為在心蓮病房時，看到很多病人入住的時間太晚，病人與家屬平白受了很多的身體與心靈的苦。玉雲經歷過很多病人來到心蓮病房已經陷入昏迷才著手症狀控制，才開始臨終照護的準備，要為病人完成心願，時間不夠，家人的心理準備，



在末期病人的照護上，除了降低身體苦痛，心理與靈性的安適同樣重要，安寧緩和療護也會以各種方式協助病人與家屬。圖為何玉雲協助病人的藝術治療。（何玉雲提供）

時間更不夠，一切都是來不及。甚至其他病房的醫護同仁對於安寧療護也不夠了解，還有，其實安寧療護是可以居家護理的。

所以，玉雲很快就決定擔任安寧共照護理師，將安寧療護延伸至非安寧病房，讓更多的癌症病人提早接觸了解，也擴大安寧療護服務的效益。

成為共照護理師，玉雲的身影出現在院內的其他病房，也到府照護病人，不管是疼痛控制及評估、安寧療護的宣導，情緒支持、舒適護理、水腫護理、淋巴水腫、口腔護理、芳香療法，甚至協助開立家庭會議、助家人了解病情和醫療決策的共識等等，效益也逐漸顯現。算算時間，轉任安寧共同照護工作六年又八個月了。從事安寧療護這十年來，照顧末期病人和家人已經數千人了，玉雲一次又一次地更加體悟生死與安寧療護觀念的重要。

將對父親的愛 化為動力

「父親一直是我學習的榜樣。」父親的往生，對於玉雲，總覺得父親走得太早，希望能讓父親看到現在的自己，父親至今仍是自己在工作和生活上的動力。還記得從事安寧共照不久，父親也成為玉雲照護的病人。



就讀成大時受教於推動安寧療護的趙可式博士，何玉雲發現自己在護理的一片天空，踏進臨床後也一直在此領域付出。攝影／廖慧燕

父親因肝腫瘤轉移至腰椎導致下半身癱瘓，玉雲陪伴著父親，幫他刮鬍鬚、協助舒適照護，傾聽父親訴說人生經驗，以及一次次的生命回顧，玉雲很開心，因為父親說：「以子女從事安寧療護工作為榮。」肯定玉雲工作的價值。

雖然父親還是在當年的 10 月走了，但是全家人協助遺體護理和期間的互相支持，讓家人的感情更緊密。當然，照顧父親的經歷也讓玉雲更能體會家屬和病人的心情。



四道人生圓滿

一開始投入安寧照護的行列，玉雲就是一付拼命三郎的模樣，做事總是積極的往前衝，可能也沒想過另一半會在這裡認識。心蓮病房的陳世琦醫師，跟玉雲也是一樣地熱愛安寧療護，一樣的認真投入，兩個人就這樣自然地成了一輩子的伴侶。在繁忙的工作中，互相體諒包容，也是人人稱羨的一對。

在 2011 年，玉雲代表去馬來西亞參加第九屆亞洲及太平洋區安寧療護會議，以英文發表自己的論文與臨床經驗，她視為人生中第一次難忘及寶貴的經驗。

安寧療護現今積極推廣「四道人生」的觀念，協助病人要及時「道



大林慈院心蓮病房總是會營造假期與年節氣氛，讓病房像家一樣溫馨。同樣將工作熱情投注在安寧照護領域的何玉雲（前排左）與陳世琦醫師（後排左二）也因此緣而結為連理。（何玉雲提供）

謝、道歉、道別、道愛」，玉雲也不忘親自實踐，例如，她對家人「道謝」，有先生和女兒的支持，也感恩生命中曾經幫助她的人，每一位都是貴人。玉雲說，她每日虔誠誦念「佛說阿彌陀經」迴向給曾經照顧過的末期病人，希望他們能在另一個國度好好地修行，這是她對他們的「道別」。至於「道歉」，玉雲坦白，她過去可能因為擇善固執而得罪了人，在此說「對不起」，也一一懺悔。

傳承使命 生死兩相安

有人問安寧療護的鼻祖桑德斯醫師 (Dame Cicely Saunders) 說：「您認為最大的失敗是甚麼？」她回答：「最大的失敗就是『後繼無人』。再好的理想，再偉大的使命，若一旦後繼無人，也就似浮雲般煙消雲散了！」這也是玉雲期許自己接下來的使命任務，讓更多人明白安寧療護的真諦，也找到跟她志同道合的夥伴，把所知所學傳承下去。

能夠運用安寧療護照顧病人，何玉雲直說自己「何其有幸」，她覺察到，只要心中有愛，所有的問題都能解決，這也是佛法所說的「慈悲無礙」。

接下來的日子，她還是持續地陪伴病人和家屬走過生命的低潮，讓病人能活得尊嚴、有價值，助家屬勇於走出悲傷，生死兩相安。☺