

陪伴是 最好的禮物

Being There Is the Best Present

■ 文 | 張梅怡 臺中慈濟醫院預防醫學中心護理師

以前對於護理之家的印象，就是一個步調非常慢和逐漸凋零的國度，陌生而且無法坦然面對，所以求職以來不曾將護理之家列入我的口袋名單，但是最近讓我對人生最有感悟跟感觸的地方，卻也是護理之家。

在2017年8月有幸任職於臺中慈院的預防醫學中心，這是一個早期發現疾病，促進健康的單位；新進人員需有「一日志工」的體驗，當天被安排到臺中慈濟護理之家，負責協助阿公、阿嬤做一些日常活動，例如穿衣、吃飯、上下床等等，還要帶他們參加活動、準備午餐，還有下午茶時間，互動過程必須不定時關注他們的需要，還要時時刻刻顧及他們的感受。和那些阿公阿嬤們實際互動時，了解到老人其實就像小孩一樣，喜歡聽貼心話、喜歡被撒嬌、喜歡被關懷，他們非常需要有人陪伴、講講話，即使只是簡單的一句噓寒問暖，就可以讓他們很開心。

印象最深的是其中一位居住很久的阿嬤，陪她聊天得知她年輕時長年勞動，老來身體已不堪負荷，行動不便的她坐著輪椅，但個性活潑外向，喜歡到處去串門子，每天固定都要出門透透氣曬曬太陽才覺得舒服，但覺得自己老了也不想造成家人的累贅。聽她說以前在家24小時都是跟外傭相處，但是語言不通，一天說不到兩句話，飲食習慣也大不相同，現在住在護理之家也習慣了，很多人可以一起作伴一起閒聊……阿嬤很高興，也很謝謝我們能陪她出門透氣，聽她說說以前老掉牙的故事，她開玩笑說：「現在唯一會想要的東西就是黑人牙膏。」原來想要重新擁有一口好牙，能好好吃得下東西就很滿足了。

這一次過程中讓我獲得許多體悟，對我的生活也有非常大的幫助與提醒。因為在這一體驗的不久之後，我媽媽突然中風倒下，左側完全偏癱，全家人都嚇壞了。媽媽的人生瞬間改變，情緒起伏非常大，很傷心，很害怕自己會無法行動，帶給家人負擔，做子女的心裡也不好受，大家的生活步調也都亂了。每天下班後，我到病房看她，陪她聊天逗她開心，也運用我所學，盡量讓媽媽舒服一些。媽媽生病過程中因為心理壓力，總不免亂發脾氣，復健師也提醒我們要注意媽媽憂鬱的情況，於是我們幾個姊妹決定親自輪流照顧不假手他人，陪著媽媽努力復健，讓她知道自己是被關心、被重視的，於是，媽媽也漸漸的安住身心努力配合復健，目前也已經出院返家。

從在護理之家陪伴長者，到媽媽生病的照顧經過，我才真正體會到護理這份職業在醫療工作中，治癒的不該只是疾病，還有關懷病人的心。我想陪伴永遠是最好的禮物，透過這樣的經驗也讓我對於臨床上更有動力，希望可以用這樣的心情，照顧更多需要的病人。

