



菩薩心隨處現
聞聲救苦我最先

 慈濟大學

Tzu Chi University
970 花蓮市中央路三段 701 號 TEL:03-8565301
701, Chung Yang Rd., Sec.3 Hualien, Taiwan 970

 慈濟科技大學

Tzu Chi University of Science and Technology
970 花蓮市建國路二段 880 號 TEL: 03-8572158
880, Sec.2, Chien-kuo Rd. Hualien, Taiwan 970

 佛教慈濟醫療財團法人
Buddhist Tzu Chi Medical Foundation

花蓮慈濟醫學中心

Hualien Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
970 花蓮市中央路三段 707 號
TEL:03-8561825
707 Chung Yang Rd., Sec. 3, Hualien, Taiwan 970

玉里慈濟醫院

Yuli Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
981 花蓮縣玉里鎮民權街 1 之 1 號
TEL:03-8882718
1-1, Minchiuan St., Yuli Town, Hualien County, Taiwan 981

關山慈濟醫院

Kuanshan Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
956 臺東縣關山鎮和平路 125 之 5 號
TEL: 08-9814880
125-5, HoPing Rd., Kuanshan Town, Taitung County, Taiwan 956

大林慈濟醫院

Dalin Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
622 嘉義縣大林鎮民生路 2 號
TEL:05-2648000
2 Min Shen Rd., Dalin Town, Chia-yi County, Taiwan 622

臺北慈濟醫院

Taipei Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
231 新北市新店區建國路 289 號
TEL:02-66289779
289 Chen-Kua Rd., Xindian Dist., New Taipei City Taiwan 231

臺中慈濟醫院

Taichung Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
427 臺中市潭子區豐興路一段 88 號
TEL:04-36060666
No.88, Sec. 1, Fengxing Rd., Tanzi Dist., Taichung City 427, Taiwan 427

斗六慈濟醫院

Douliou Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
640 雲林縣斗六市雲林路二段 248 號
TEL:05-5372000
248, Sec. 2, Yunlin Rd., Douliou City, Yunlin County, Taiwan 640

蘇州慈濟門診部

Suzhou Tzu Chi Outpatient Department
中國江蘇省蘇州市姑蘇區景德路 367 號
TEL:0512-80990980
No. 367, Jingde Rd., Gusu Dist., Suzhou City, Jiangsu Province, China

C Contents 目錄

上人開示
善用生命，長照他人

6

Make Good Use of Life and Take Care of Others Dharma Master Cheng Yen

社論
專業精進不懈 讓醫療更有溫度
文／賴寧生

8

Advance Profession to Bring More Warmth to Medicine Ning-Sheng Lai

編者的話
生命意義的追尋
文／章淑娟

10

Pursuing the Meaning of Life Shu-Chuan Chang

白袍 vs. 白衣
全人醫療做先鋒
文／林名男

12

Pioneering Holistic Health Care in Dalin Ming-Nan Lin

人物誌
護理戲棚下，大放心光
楊家嘉 大林慈院 11B病房護理師
文／謝明芳

30

Amateur Performing to Show Nursing Spirits – Chia-Chia Yang, RN, Ward 11B, Dalin Tzu Chi Hospital Min-Feng Hsieh

阿長請聽我說
陪伴給我力量
文／楊鎮宇

38

Energy Revived by Head Nurse's Company Cheng-Yu Yang

我懂你的心
文／楊曉菁

42

I Know Your Heart Hsiao-Ching Yang

男丁手記
生在大林 志在大林
文／簡啟峰

44

Born in Dalin & Devote in Dalin Ci-Fong Jian

愛在護病間
病床旁的 6歲男孩
文／楊鵬瑜

46

A 6-Year-Old Boy Who Looks After His Mom with Cancer Chuan-Yu Yang

志工伴我行
哺乳之路，有愛相隨
文／董又華

48

Tzu Chi Moms' Assistance in Breast Feeding
Health Education Yu-Hua Tung

白衣日誌
無遺憾的最後一程
文／黃蘭貴

50

Help Him Through His Last Mile with No
Regrets Lan-Kuei Huang

泡茶的約定
文／陳玟臻

52

The Missed Tea Time Appointment
Wen-Jen Chen

相處的美感
文／張雅萍

55

Aesthetic Feelings Between Nurses and
Patients Ya-Ping Chang

護生日誌
展翅高飛的起點
文／郭元祺

56

The Internship is the Starting Point to Fly
High in Clinical Practice Yuan-Chi Kuo

■ 封面故事

帶職拚學位

On-Job Advanced Study

護理人員的在職進修經驗談 文／陳姬卉

p. 14

The Advanced Study Experiences of Tzu Chi Nursing Professionals / Heng-Hui Chen

22 充電，讓自己走得更長遠 文／王詩佩

Recharge for My Career to Last Longer / Shi-Pei Wang

24 管理時間，進修兼顧健康 文／陳建廷

Manage Time and Health for During Advanced Studies

/ Chien-Ting Chen

26 挑戰自己，強化自己 文／楊雅倫

Challenge Myself for Degree Advancement / Ya-Lun Yang

28 理論為燈，勇敢驗證 文／巫佳燕

Verify Evidence by Theory in Clinical Practice / Chia-Yen Wu

C Contents

目錄 學術論文

- 63** 運用突破性手法提升外科加護病房中心靜脈導管照護之專案
文 / 黃惠卿、湯婉嫻、許晨筠、陳春香
Using Groundbreaking Methods to Improve Central Venous Catheter Nursing
in Surgical Intensive Care Units
/ Huei-Ching Huang, Wan-Lan Tang, Chen-Yun Hsu, Chun-Hsiang Chen
- 74** 照顧一對腹部連體嬰之手術全期護理經驗
文 / 陳佩雯、楊曜蓮、徐淑華、鄭雅君、葉惠玲
Perioperative Nursing Experiences in Caring for
Omphalopagus Conjoined Twins
/ Pei-Wen Chen, Yao-Lian Yang, Shu-Hua Hsu, Yac-Chun Cheng, Hui-Ling Yeh
- 85** 一位塵爆灼傷個案之照護經驗 文 / 林文琳、林子真
Experience of Care for a Patient with Dust Exposure Burns
/ Wen-Lin Lin, Yu-Chen Lin
- 96** 一位全身性紅斑性狼瘡併有全身性硬皮症之護理經驗 文 / 郭雅蕓、陳姿妃
Nursing Experience Caring for a Patient with Systemic Lupus Erythematosus
and Systemic Sclerosis */ Ya-Chen Kuo, Tzu-Fei Chen*
- 107** 一位 Bentall 術後病患因肺部合併症再次入住加護病房之護理經驗
文 / 歐佩茹、江錦玲
Nursing Experience of a Patient Who Underwent Bentall Procedure with
Pulmonary Complication and Readmission to Intensive Care Unit
/ Pei-Ru Ou, Jiin-Ling Jiang
- 118** 照顧一位游離肌肉皮瓣重建手術失敗個案之護理經驗 文 / 黃惠珠、鄒念華
Postoperative ICU Nursing Experience Caring for a Young Woman After a
Failed Free Muscle Flap Reconstruction Surgery
/ Hui-Chu Huang, Nien-Hua Tsou

志為護理

TZU CHI NURSING JOURNAL

第 18 卷 第 4 期 2019 年 8 月出版

Volume 18 · Number 4 · August 2019

- 榮譽發行人** 釋證嚴
- 榮譽顧問** 王端正、林碧玉、陳紹明
- 社長** 林俊龍
- 編輯委員** 劉怡均、張文成、張聖原、郭漢崇、羅文瑞
楊仁宏、簡守信、林欣榮、趙有誠、賴寧生
陳岩碧、張志芳、簡瑞騰、莊淑婷
- 總編輯** 章淑娟、何日生 (科普人文)
- 副總編輯** 陳佳蓉、吳秋鳳、張紀萍、張梅芳、彭台珠、鍾惠君
曾慶方 (科普人文)
- 論文主編** 王淑貞、張美娟、林玉娟、廖慧燕
- 撰述委員** 王長禱、王美惠、王琬詳、江欣虹、江錦玲、余翠翠、
吳美玲、李彥範、李崇仁、李麗珠、李家琦、邱思晴、
林惠美、林芷仔、林雅萍、林詩淳、林興隆、郭仁哲、
范姜玉珍、洪玉龍、馬玉琴、高夏子、徐湘姿、
張玉婷、張凱雁、張綠怡、曹英、陳似錦、陳美慧、
陳曉玫、陳姮卉、陳依萱、陳月娥、莊瑞菱、康芳瑜、
陸秀芳、傅淑瑩、黃美玲、程裕藍、馮瑞伶、楊曉菁、
葉秀真、廖如文、廖金蓮、廖素絨、劉怡婷、滕安娜、
鄭麗娟、蔡娟秀、蔡碧雀、蔡欣晏、賴惠玲、謝美玲、
顏雅卉、蘇雅慧、鍾瑞瑛 (以上按中文姓氏筆畫排列)
- 主編** 黃秋惠
- 編輯** 吳宜芳、洪靜茹
- 美術編輯** 李玉如
- 網頁編輯** 沈健民
- 行政** 吳宜芳
- 封面人物** 大林慈院外科加護病房代理副護理長 巫佳燕
- 封面攝影** 于劍興
- 發行所** 佛教慈濟醫療財團法人 慈濟護理雜誌社
- 地址** 970 花蓮市中央路三段 707號
- 電話** 886(3)8561825轉 12120
- 傳真** 886(3)8562021
- 電子信箱** nursing@tzuchi.com.tw
- 網址** http://www.tzuchi.com.tw
- 製版印刷** 禹利電子分色有限公司



2002 年 1 月創刊
2019 年 8 月出版
第 18 卷 第 4 期

本雜誌內文章版權屬本刊所有，
非經允許請勿轉載或複製。

歡迎投稿

投稿簡則及投稿聲明書請至
慈濟醫院網站下載。

<http://nursing.tzuchi.com.tw/write>



歡迎訂閱

訂閱一年 720 元，海外郵資另計。

郵局劃撥帳號：06483022

戶名：

佛教慈濟醫療財團法人花蓮慈濟醫院
請於通訊欄註明「志為護理雜誌郵資」
訂閱辦法請參考

<http://nursing.tzuchi.com.tw/subscribe>



本雜誌使用再生紙，
並以環保大豆油墨印刷。
中華郵政北台字第 7784 號



善用生命， 長照他人

Make Good Use of Life
and Take Care of Others

現今臺灣社會中，超過六十五歲的人口比例高，因此政府開始推動長照計畫，以鐘點計算，雇用照護者在居家或社區提供服務，讓老年人能就近獲得照顧，是很好的福利政策。

過去五十多年來，慈濟人時時都在做「長照」事，從接到個案開始，總是持續關懷。例如對沒有子女在身邊奉養的長者，會到家中為他們清理環境，準備餐食物資，同時拜託左鄰右舍及村里長多注意。若發現有病痛則協助安排醫療照顧，現在更有慈濟人醫會能居家往診。志工不計時間和心力，用菩薩心關心、陪伴需要幫助的人，不但長照他人，自己也更健康。

我們若能顧好身體，只要走得出去、做得到，能付出關心就是長照他人。有的慈濟人已經八、九十歲，比關懷的對象更年長，還能把握時間持續投入個案訪視；或是在慈濟環保站，可以看到許多年長志工彼此歡喜做伴，動手做環保護地球。他們讓生命老有所用，活得很有尊嚴。

反之，多年前曾探訪一間老人收容機構，一位院友年輕時留學多國，通八國語言，後來家道中落，他卻只會讀書而沒有一技之長，秀才也百無一用，所以流落街頭，最後住進安老院，令人感慨。可見，能走上人生正確的方向很重要。

日前聽聞美國約翰霍普金斯大學施益民教授分享，每個人的大腦中都有一塊慈悲利他區，這是與生俱來的，只是大多數人未啟用。希望有更多人啟用慈悲利他的本能，如慈濟人走入大愛的團體，互相帶動，在這個時代行菩薩道，遵循共同的方向，能自己做得快樂，並且帶給他人歡喜。

儘管年歲已高，不要認為自己就沒有用處。年紀大，人生閱歷豐富，愛的力量更大，應該將這分力量，為天地、社會再付出。能付出，就是最有價值的人生。☺

釋證嚴

靜思

靜思法藏

地藏經講述



地藏菩薩發大願

眾生度盡、方證菩提；地獄不空、誓不成佛。

久遠劫來，為何眾生仍在受苦，

輪迴六道，流落生死？

閱讀《地藏經》，瞭解為何受災殃？

如何轉業緣？如何得福報？



書名：地藏經講述

講述者：證嚴上人

全套四書

規格：25開（軟精裝）/ 16開（精裝）

定價：1800元 / 2400元

劃撥帳號：06677883 互愛人文志業股份有限公司

郵購依定價9折優惠，請另加郵資100元

全臺各大書店、靜思書軒、靜思小築皆有展售

讀者服務專線：02-28989888





專業精進不懈

讓醫療的雙手更有溫度

Advance Profession to Bring More
Warmth to Medicine

◆ 文 | 賴寧生 大林慈濟醫院院長

護理人員在醫療體系中，為直接照顧病人的第一線服務人員，然而，隨著醫療資訊發達，消費者的教育程度提高，現代護理工作已不似往昔，健康照護服務的工作內容更趨向於多元化、多樣化，因此，在各種技術及專業層面的精進顯得格外重要。

團隊學習，是學習型組織的重要概念依據，在這裡的每一位同仁，無論是透過醫院內部、個人或國家資源等管道學習進修，醫療團隊都會助其一臂之力，除了支持和鼓勵，讓同仁在學習精進這條路上不感到孤單，更希望大家都能超越自我的期許，在達成每一個階段性目標後，仍能從護理工作回過頭來好好思考初衷，讓這些學習能有助於病人疾病照護上的改善。

護理的技術多如牛毛，對於新進的同仁難免會慌，面對接踵而來的訓練學習，有的不再只是教科書上的知識，更多則是來自於應用於病人照護的評估和臨床實務上，此時就要學習倒吃甘蔗的精神，每個階段都要扎實的從基礎上慢慢的學，逐一學會後，核心技術穩扎穩打，所累積的壓力自然而然減少，到最後即能悠遊自在。

我們身處一個隨時變化的工作環境，不管是在日常生活中，或在工作和學習中，無時無刻都要做出決策，並且付諸行動，醫療工作同樣也是



如此，如同一位新手護理同仁在獨自面臨做決定時，就是一種自我的試煉，包括該如何獨當一面解決問題？面對無法解決的問題時又該如何？自己對問題的分析與學長、學姊的有何不同？在決策的過程中，如何從中學習前輩的經驗，在問題中找出答案，又能從答案中累積經驗，才真正獲得學習中的精髓。

在醫學的領域中，常常回思，累積經驗，醫療有愛，才能成就蒼生。我們追隨著上人為佛教、為眾生的慈悲，醫護團隊以家人般的愛心關懷病人，不分日夜地搶救生命，期盼每位護理同仁也能源自於解除病苦的初發心，當各自在專業的領域上學習或進修計畫後，將所完成的階段性目標，都能發揮在照護病人的工作上，唯有抱持著那顆最初的單純心，才是最有溫度的醫療服務。☺

生命意義的追尋

Pursuing the Meaning of Life

◆ 文 | 章淑娟

意義，代表對事情的看法和觀念，存在著人跟人之間的差異。通常會想做某件事，都是因為覺得它存在某種意義，才會驅策我們去行動。六月底上映了一部記錄慈濟訪視志工在臺東關懷弱勢家庭的紀錄片——《如常》，紀錄片中的人物生活在苦難中，慈濟志工雖不相識卻願意付出行動去協助，幫助翻轉了苦難人的人生，受助者甚至會回頭來關心日漸衰老的慈濟志工；志工的信念是將苦難視為如常，付出直到生命最終……這樣一部真實的影片，打動人心，也讓人開始思索自己的生命意義。

2014年史丹佛大學教授(Jennifer Aaker)發表一篇論文，研究生命的快樂和意義主要不同的地方，結果發現，意義的追尋是我們人性化的主要來源。生命的快樂和意義雖然重疊卻是很不一樣的。一個事件，有付出者和接受者兩端，快樂是和接受者連結多於付出者，而意義卻是和付出者連結多於接受者。作者另舉一個例子說明，大多數而言，健康的人比生病的人快樂，但是生病者其生命意義並不亞於健康人。思考未來的人會覺得生命比較有意義，但不會比思考現在的人較快樂，而有意義的生命和自我的價值感有較深的相關性。作者指出一般媒體比較形塑於快樂的人生而較少著墨有意義的人生，有意義的生命，卻不一定快樂，如護理及社會工作者。缺乏意義的快樂者是比較淺薄而以自我為取向的生活，比較會避免接觸困難和難纏的事；而意義會引導人思索從過去、現在到未來的行動，因此雖然不一定快樂，那些追求人生意義的人可能會對社會有更正向的貢獻。

基督徒以透過與造物主建立關係，追尋生命的意義。佛教徒透過經典了解

佛陀為世人講經，對人間的殷殷期盼。宗教都是認為生命的意義是尊重和愛，每個人似乎都需要有一個精神可以依靠的導師，如同專業也需要導師，護理專業的導師和生活生命的導師能夠給人一股向上向善的力量，同樣的，一個機構的領導者，若理念正確領導有方，同仁都能往正確的道路，事業就能欣向榮，永續經營。老師若專業精湛，加上賦予學生專業對生命社會的意義，就會讓專業傳承永續。

護理師如何在忙碌的工作中找到意義？擔任醫院護理部主管近三十年，早期會談離職護理同仁時，會聽到「這是一個沒有制度的醫院」這樣的抱怨及理由。殊不知，訂定制度也是需要彈性，否則會被制度管理而不是人管理制度。我們把同仁的抱怨都記在心裡，想辦法解決。希望讓同仁感受到工作的意義，後來便透過座談會知道同仁的想法，匯聚護理師的意見共同制定作業辦法。透過大家的參與，雖然會花相對較長的時間，但同仁們都覺得很有意義，我們也很感謝他們的貢獻，幫助制度改善。也常聽護理師會訴說「忙得像狗一樣，不知道護理工作的意義」，於是我們透過人形圖的教學方式，讓同仁勾畫出他和病人之間的互動意義，了解疾病對病人的意義，從而提出協助病人解決問題的方法。透過方法，護理師得以剖析了解自己的工作內容，有了成就感，更能感受到護理工作的意義。

四月天時遇見一位捐髓者，他的太太四年前配對成功來到花蓮慈濟醫院捐贈周邊血幹細胞，他陪伴妻子捐髓，返家後便去參加慈濟骨髓幹細胞中心的抽血建檔活動，想不到果真在今年也配對到，並成功捐髓助人。看到夫妻兩人前後成就捐髓助人而且滿心歡喜的模樣，這不正是助人為樂的歡喜菩薩嗎？風花雪月的快樂，瞬間消散；付出助人的歡喜，永恆常存。

世間本是苦空無常，生命可能是短暫的，好好把握時間分秒不空過，生命的意義是可以長久而深遠的。人生的價值在於做利益眾生的事，醫療照護專業就是其一。常常在醫院和社區，不論從醫護專業人員、志工，或從被照顧的病人家屬之間，可以看到生命良能的發揮，而這樣付出的精神理念，需藉由師生或益友互相傳承，「法身常在，慧命不滅」，苦空無常的世間，可以經由人的恆持付出而成就苦空如常、有價值的人生。 ☺

全人醫療做先鋒

Pioneering Holistic Health Care in Dalin

■ 文 | 林名男 大林慈濟醫院副院長

向來，對生病患者的照顧，本來就應該是全方位的。而在病人照護團隊裡面，護理一直是全人照護的先鋒！

剛進到大林慈濟醫院的時候，因為住院醫師不多，還需要協助病房的值班，有一個寒冬夜晚，大概凌晨四、五點時，接到病房護理師的電話，希望我去看一下病人，可能需要處理，開個醫囑。冬天從溫暖的被窩起來是有一點痛苦的，匆匆忙忙地趕到病房，大夜班護理同仁跟我解釋病人可能需要加開一點嗎啡止痛。安寧病房的癌末病人常需要止痛，所以會有 prn order（臨時醫囑），我看看病人的病歷，其實已經有 prn order 了，我就問護理同仁，是否有給了，她回答說：「有給了，可是我覺得可能還需要再調整。」她領我到病人床旁，病人是相當末期而且已轉移到腦及骨骼的患者，因為疾病的關係已經無法言語，也無法問出他現在的症狀，呈現昏迷的現象，當下我心裡是有一點抱怨，這不是開我玩笑嗎？怎麼評估來調整嗎啡劑量，

而且當下病人是昏迷的狀態！護理同仁回答說，三十分鐘前雖然已經給了藥，可是再到床邊觀察的時候，發現病人的眉頭一直皺著，所以覺得需要再調整劑量，很不好意思把我叫起來！

我自己當下很慚愧，護理同仁會從各種徵候去評估病人各種的不舒服，病人皺著眉頭，雖然不能言語，在護理師的眼中，也是需要再進一步細心處置的。

林名男副院長與程裕藍護理長、臨床宗教師討論。攝影／謝明芳





醫療照護團隊的養成訓練過程，本來就該是以病人為中心的照護，生病的患者，除了身體的苦痛之外，心理的壓力、家庭的負擔、社會角色的再適應，在在需要團隊的共同努力，醫師不可諱言的，慢慢地聚焦在生理問題方面的處理，可能逐漸忽略病人需要協助的各個層面，甚至在評估病人生理症狀時，也可能會忽略一些細節，而護理同仁的教育，一直是全人的，常看到院內護理繼續教育上，一張一張的人形圖，生動的人形圖案上，寫滿了病人的主述症狀之外，患者自身的健康信念、家庭互動關係、疾病對他的影響與衝擊，甚至爾後出院準備需要注意的重點，社區資源的轉介，居家環境可能要改善的部分！全人照顧，從一個可能是模糊的概念變得具體而鮮明，患者的生理、心理、社會，甚至是靈性的需求，躍然於人形圖上，往往，對病人問題的根本解決之道，就在於護理同仁用心蒐集鉅細靡遺的人形圖海報之中。

醫療照護團隊的目的，是照顧好病人的各種需求，因為疾病的形成，病因複雜，疾病的表現也有很大的不同，協助病人解決問題的方法得依病人的狀況而有所調整，所以需要各種的專業組成醫療團隊，不僅是醫師，護理師、醫技、藥師、社工甚或是志工，都是缺一不可的。長期陪伴在病人與家屬身旁，了解病人的辛苦與需求，執行各項醫囑與介入等等，都是得依賴我們的護理同仁！全人醫療做先鋒，讓大家為減輕病人及家屬的苦痛，一起努力！☺



職 帶

*On-Job
Advanced
Study*

升
學
位





護理人員的 在職進修經驗談

The Advanced Study Experiences
of Tzu Chi Nursing Professionals





■ 文 | 陳姮卉 大林慈濟醫院護理部代理督導

持續進修，是從事醫療領域工作的特色之一；各種醫療技術與科技、照護理論與技巧……都可能隨著時代日新月異，所以，護生在踏入臨床之前，及成為護理師投入臨床之後，一定都感受到鼓勵不斷進修的氛圍。只是有的人覺得在臨床持續進步就夠了，有的人覺得想進修，但面前卻像有一道「鴻溝」，遲遲無法開始……

為了提升護理人員學歷及病人照護品質，護理職校已廢除，也於 2013 年廢止護士執照考試，現已提升為「護理師」執照。我在跟組內急重症單位的同仁會談時，同仁們也同意，若僅專科畢業，無論就業或是未來升遷都可能受限。近年來護理技職教育學程隨著趨勢演變，已由專科而二技或四技，再推升至研究所。當然，若本是大學畢業者，也鼓勵繼續進修更高學位。

大林慈濟醫院護理部編輯小組為鼓勵同仁在職進修，便設定以此為主題擬定問卷，希望從問卷結果了解曾進修者的經驗值，也可給尚未進修者一些參考，或是找到鼓勵進修的動機及方法。



四成曾進修 自假在職二技最多

六家慈濟醫院共回收 1,576 份有效問卷，沒有進修者占 59.8% (942 人)，40.2% (634 人) 有進修經驗；有進修經驗的人之中，有 15.8% 的人是不止一次進修學位。

進修的方式，依序為「自假（在職）進修」35.9%、「離職進修」2.9%、「公費進修」1.4%、「留職停薪」0.8%。

進修學位中以二技最多，35.2%，其次是碩、博班 8.3%，二專 3.6%。

「五加二學程」（五專加二技）是一個很方便的進修管道。大林慈院內科加護病房的楊鎮宇就是以五加二學程一邊工作一邊進修，一路走來，現職已是 N2，也為邁進 N3 準備。他受邀回母校分享工作及進修經驗時說，「剛進來加護病房時笨笨的也不知道做什麼，學姊怎麼教就怎麼做，懵懵懂懂的趕著上班也趕著上課，反正就這樣過了 2 年，沒想到也畢業了！」「但是在進修中，因為配合學校課程及臨床實務，在臨床急重症照護不斷的批判性思考，確實學習不少獨立自主與個別性照護。」

求專業成長及發展空間 次為突破瓶頸

詢問同仁在職進修的主要動機，最高比例的兩項為「能充實工作領域的專業知識」為 75.6%、「增加自我的發展空間」56.6%，接著是「突破工作的瓶頸」

問卷基本資料統計

性別	N	%
女	1,492	94.7
男	84	5.3
總計	1,576	100.0
工作科別屬性	N	%
內科	307	19.5
外科	239	15.2
小兒	64	4.1
婦產	56	3.5
急重症	324	20.6
功能小組	23	1.5
血液透析室	54	3.4
手術室	105	6.7
門診	208	13.2
心蓮	31	1.9
行政	32	2.0
精神科	55	3.5
其他	78	4.9
總計	1,576	100.0
年資	N	%
≤1年	238	15.1
1-2年	243	15.4
2-3年	177	11.2
3-5年	247	15.7
5年以上	671	42.6
總計	1,576	100.0

23.8%、「同儕學歷的壓力」18.9%、「同儕間的邀約」15.6%，另外「主管的建議」、「家人的鼓勵」也都有超過百分之十。當然，也有人有各種不同的動機，有些人進修是為了加薪，有人是單純想換個環境調整心情，或想藉此換工作職務。

職級	N	%
N	456	28.9
N1	247	15.7
N2	633	40.2
N3	167	10.6
N4	73	4.6
總計	1,576	100.0
年齡	N	%
≤20歲	8	0.5
21-25歲	579	36.7
26-30歲	275	17.5
31-35歲	210	13.3
36-40歲	238	15.1
41歲以上	266	16.9
總計	1,576	100.0
職級別	N	%
護理師/士	1,238	78.6
副護理長	65	4.1
護理長	70	4.4
督導及以上	25	1.6
個管師(功能小組)	58	3.7
專科護理師 (含資深護理師)	120	7.6
總計	1,576	100.0

從問卷結果來看，大部分人的進修動機是自我督促，不管是為了提升專業或發展空間，也有一定比例的人動機來自他人，不管是家人、主管、同儕，所以有時其他人適時推一把，或許就開始了進修路。

楊曉菁護理長分享她報考博士班，就是為了單位上的改善與突破。加護單位發生異常或病安事件，她運用了一些方法卻沒有改善，所以她決定在職攻讀博士班，從學術中找到在單位可以使用的



策略，選定以 PADIS 臨床執行與謾妄評估訓練課程為單位首要改善目標。

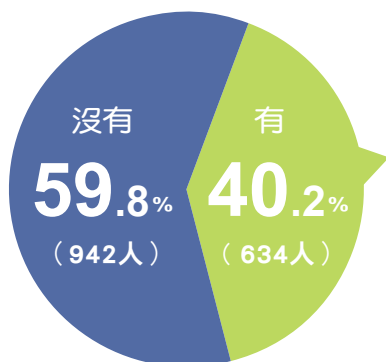
我自己當初也是為了增加進階能力而選擇在職進修。在畢業 10 年後雖已 N3 職級，但是遲遲無法突破 N4 限制，因此挺著孕肚入二技充電進修；此後如意進階 N4 職級且已任主管。在第 2 個 10 年後，發現自己的二技學歷能力無法因應職場及輔導新人，臨床實務工作需要實證佐證，曾經深思：「為何一再教育人員卻無法改善照護現況？是方法不對？或更需要進一步以實證服人？」如此想來當然得回鍋學校，因此以 40 歲中高齡自假進修護理系碩士。

時間精密運用 溝通協調成就學業

護理人員多數輪值三班且例休不固定，無論已婚或未婚，皆有排班或家庭因素牽絆，如在小兒加護病房工作的 N2 賴雅玲護理師，因為懷孕生子在育嬰留停後申請在職進修，她說：「如果不是家人相挺，輪三班外，假日還無法週週休，我怎敢提起勇氣再去念書？」因為姊妹都是護理師，能協助她照護小孩，讓她趁這個時間點拚進修學位。

詢問在進修時遇到的主要困境，超過八成 (82.2%) 的人是「上班又上課，沒有休息的時間」，不過他們都是克服了這一點的過來人。其次是「單位排班困難」44.8%、「沒有時間複習功課，學習有限」31.4%、「年休假不夠」29.5%、「影響家庭生活照顧」23.3%。雖然是不

1) 從您投入第一份護理工作後，您曾經有在職進修經驗？ (N = 1,576)



留職停薪進修，進修學位

■ 二技 0.5% ■ 碩、博班 0.3%

自假進修，進修學位

■ 二專 3.1% ■ 二技 31.7%
■ 碩、博班 6.7%

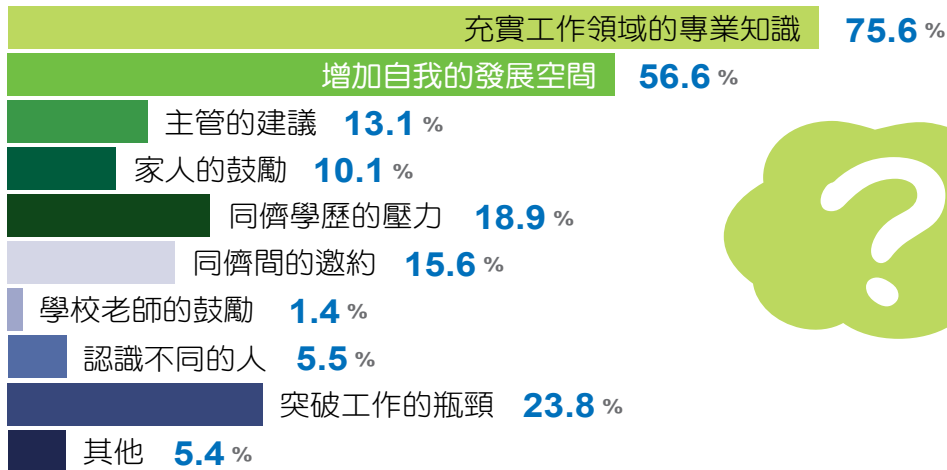
公費進修，進修學位

■ 二專 0.1% ■ 二技 0.8%
■ 碩、博班 0.7%

離職進修，進修學位

■ 二專 0.4% ■ 二技 2.2%
■ 碩、博班 0.6%

2) 支持您在職進修的主要動機是什麼 (N = 634, 最多選 3項)?



同的選項，但顯然最主要的問題，就是「時間」了，畢竟一天只有 24 小時！

輪班同仁要進修，主管的認同與協助非常重要。大林慈院 8A 病房的如娟護理長說：「大家互相溝通協調，例如，可以念不同學校，或是善用不同上課時間來錯開排班……大家彼此成就一下嘛，學業就這樣拚出來了。」並逐年安排同仁入校，如今單位已大半人員大學畢業或持續進修中。

其實，即使身為主管也可能因年休假不夠或時間問題影響進修意願。大林慈院目前有多位護理長同時進修研究所，面臨此困境，護理部同意以假日值勤克服時數問題，或經主管同意後調整上班日。

「怎麼辦？每天上班後接著上課，中間根本沒空顧到功課，眼見著明天就要大考，現在還深陷工作中，今晚回去非

得抱佛腳了……」9A 病房秀萍護理長每週以高鐵來回奔波嘉義、臺北進修，她曾自嘲，昂貴車資不是她進修的困難點，最困難的是她沒有時間複習功課，差點難倒她，她僅能抓緊搭車或零碎時間趕緊複習或準備。

進修好處多多 便利管道多運用

雖然在職進修對現職多數需輪班的護理人員困難度不低，但是必有好處，才有人「前仆後繼」地參與在職進修。有進修經驗者認為最大的好處還是在於「提升專業知識和技能」65.0%，其次是「認識不同醫院的人，增加資訊交流」52.1%。而選「打發下班後的時間」的人有 43.1%，覺得是帶著很輕鬆的心態來進修的。

32.5% 是因為「有學歷加給，增加薪資」，27.3% 是「增加升遷機會」，有



21.0% 選「結交朋友拓展人脈」。此題列出了十項好處，除了「增加未來的職涯方向」、「提升個案報告 / 護理專案書寫能力」、「以學校老師為學習的典範」比例都低於 5%，其他項目都有不少人選，顯見是認同進修對個人的收穫。

進修，的確可以結識不同工作場所的同學，讓人際關係更寬廣，例如：目前在碩士學分班進修的如玉護理師、蘭貴副護理長及詠薇護理師，雖身居不同單位，但會聚在一起討論學業，也能多了解一些彼此單位的特點，更可以互勉努力完成學業。

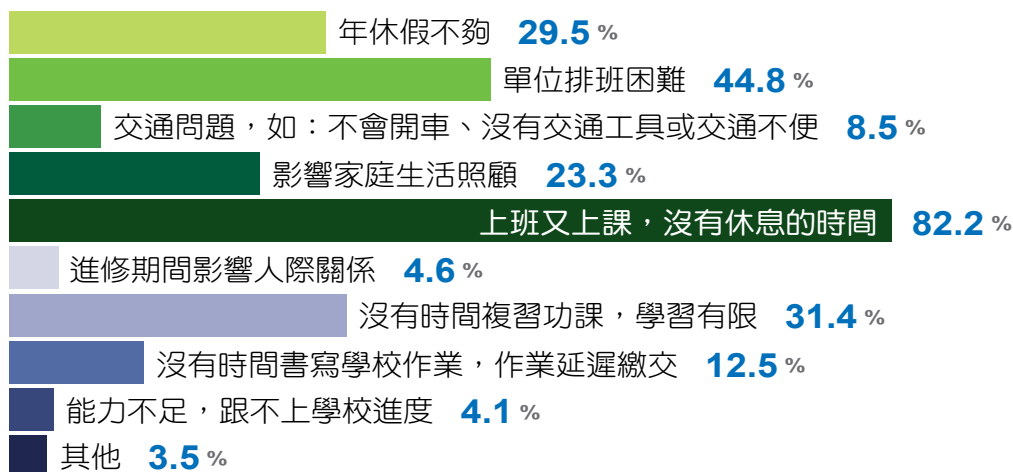
金華督導也曾經為家庭與學業之間的兩難苦惱，當大林慈院開辦與慈濟大學合作的護理碩士學分班後，便好像找到解決方案了，開始每週欣然參加。但是每週 5 天工作再加上進修 2 天，回家後還要處理家務、準備功課雙面拔河無法

喘息，直言小孩與家人都拋到一邊，兒子也會嬌嗔地說，媽媽自從念書後很少關心他，迫使金華督導一度放棄，休息一學期後細思量再度回校。其實時間若安排得宜，並非得一鼓作氣全程修完課程，有家累者也能如金華督導一般，累了休息後充電再來，孤家寡人者若能心無旁貸全程修畢，再回首真會覺得自己是「(學業)功德圓滿」!

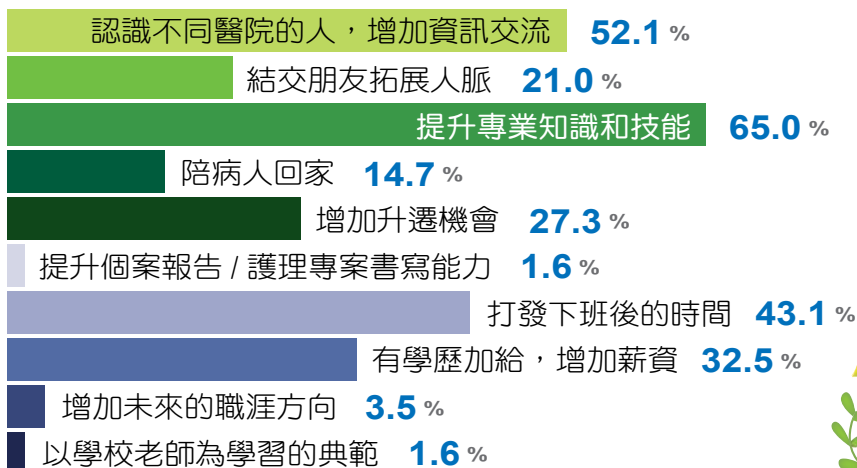
問卷最後一題請問所有填答者，不管是否曾進修，認為在職進修需要哪些協助? 85.4% 同仁希望「主管能配合上課需求排班」，這時若有同仁搭檔排班，更能一解排班之困擾，如假日上課者搭配平日夜間上課同仁，各有所需，不會因假日或包班不均而起爭執。50.3% 同仁期待學校在醫院設分部或在職專班，其次是希望上課給公假及學雜費的補助。

幾年前有一位於鄰近醫院半工半讀的

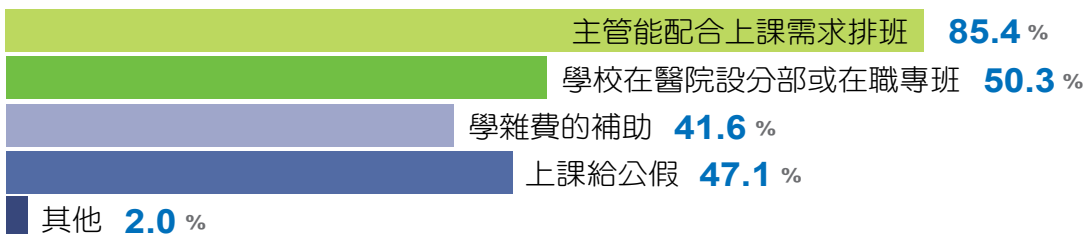
3) 您認為在職進修時所面臨的主要困境為何? (N = 634, 最多選 3 項)



4) 您認為在職進修的好處？ (N = 634 , 最多選 3項)



5) 您認為在職進修時需要哪些協助？ (N = 1,576 , 最多選 3項)



急診室實習護士，在上完大夜班要趕回 20 公里外的學校上課時，發生了可能因疲勞騎車自撞路旁號誌桿而身亡的憾事。花蓮的慈濟大學與慈濟科技大學，分別在大林慈濟醫院內設立護理碩士學分班及大學二技專班，像是把學校搬到醫院來，上課地點近在咫尺，無須風吹日晒飛車趕往，可節省寶貴時間，也免去交通意外的風險，是大林慈院護理同仁們在職進修的最佳選擇。

同仁們有將近五成期望醫院給予上課公假，期待學雜費補助的也有四成，但就問卷結果來看，「時間」還是最大的難題，雖然鼓勵護理同仁進修，但絕對不能發生工作與就學雙重過勞的事件。或許各院可就時間的安排上，研擬一個工作與進修雙贏的計畫，協助同仁在臨床與學業齊頭並進，專業增長。



[No. 1]

充電， 讓自己走得更長遠

Recharge for My Career to Last Longer

■ 文、圖 | 王詩佩 大林慈濟醫院洗腎室護理師

「妳要不要去讀書啊？」、「該去讀書進修了吧！」，每年人事考核面談時，護理主管們對我總是有同樣的問話與建議，而我因為想在假日陪伴家人，以及自己偷懶的心態下，每年一直推託含混而過，各校的招生訊息也視而不見，但是面對護理環境的不斷改變下，不安及焦慮感也漸漸在心中萌芽了。

兩年前，看到慈濟科技大學進修學院二技護理系的招生訊息，發現上課時間是在每星期四的晚間及星期五、星期六白天，而且每學期至少 4 學分的彈性選擇修課，這樣的在職進修學程不僅符合我時間上的運用，也能讓我在假日陪伴家人；雖然有許多護理系在職專班的學校，同事間也會耳語哪一間學校比較輕鬆，但是考量往返交通所需花費的時間與精力，還是遠不及設在本院慈科大的進修學院方便，在與護理長討論及資料準備後，開始邁入我二技進修的充電生活。

學生生活已經是記憶久遠的事了，再次擁有學生身分的感覺其實滿複雜的，除了為自己的選擇感到驕傲外，也做好未來兩年接受挑戰的心理準備。本班同學大多來自院內不同單位，年齡差距有二十歲以上，在一年級時因為還不熟悉，課堂上總是安安靜靜少有交流，經過一年相處及分組報告的默契培養，同學之間的感情逐漸熱絡，笑聲也漸漸增加，除了課堂上或課後互相分享臨床經驗外，當同學結婚、生產時，老師們及全班同學都給予滿滿祝福及賀禮；在同學生病時，大家也同樣給予關懷與鼓勵，點點滴滴堆疊了同窗情誼，也彼此結下了一分善緣。

學習過程總是辛苦的，很多學理或技術如未經常複習，其實都已經忘記了，例如身體評估，其實是臨床護理人員所應具備的基本技能，但是我實在很少運用，根本不知道從何處下手，經過老師仔細的教學，下課後再去圖書館翻閱有彩色圖片的課本，甚至搜尋網路教學影片，並透過多次小組練習，才將記憶深處的身體評估技巧喚回。有些科目是複習所學，當然也有許多不同的專業科目，而老師們也會費心設計課程，例如健康促進理論與實務課程，課程內容之一是各小組以理論為基礎報告

後，再進行班際性的健康促進活動，所以全班共同參與了音樂療法、芳香療法、桌遊、手染布、果凍製作、手繪環保袋等等，不僅獲得相關知識，每個人都親身體驗達到健康促進的效果。

要同時兼顧學業與工作是一件不容易的事，雖然考試或做報告需要花費許多時間及心思，但是仍需時時提醒自己避免因睡眠不足或注意力不集中影響工作，甚至造成病人安全的異常事件發生；其實每一位老師都能體諒在職學生的辛苦，即使在報告時答不出來，也會以鼓勵方式引導我們思考找答案，運用多元的方式增加學習樂趣，也提升效果。透過不斷學習才能豐富自己的護理生涯，經過這段在職進修的充電，整合了我的新舊專業知識，也開拓了不同視野，讓自己以不同思維看待護理工作，以多方面的觀點看待及照護病人，充電後的自己又再次充滿正能量，繼續在護理的道路向前邁進。



圖為王詩佩(右)進修慈科大二技的實習課程一景。



[No.2]

管理時間，進修兼顧健康

Manage Time and Health for During Advanced Studies

■ 文 | 陳建廷 大林慈濟醫院急診護理師

要在忙碌的工作之餘在職進修，需要相當大的勇氣與決心；要如何在工作、課業及家庭間取得平衡，更是在職進修的一大挑戰。對於僅有五專學歷的我來說，學士學位是必須取得的目標，也是現今社會的趨勢與基本門檻，五專畢業後踏入職場成為社會新鮮人後，雖然總在適應職場新生活，但心底還是不忘要繼續進修的念頭……

剛進職場，要適應許多新的人、事、物，加上未服兵役，因此決定讓自己的進修計畫延緩一年；一年後順利重返學生生活，因要同時兼顧工作與課業，起初真的有點吃不消，但慶幸的是主管支持度相當高，單位也會配合排班。在醫院就可進修的在職班，更省去了來回奔波的時間與距離。隨著日子的流逝，自己也慢慢習慣了這充實的生活步調。在職專班的生活非常忙碌，假日要上課，不僅有各種考試與報告，也常因團體報告討論時間難以敲定而煩惱，但在職進修後，不僅認識了許多不同單位的同學，互相分享工作經驗，照護病人方面若有問題也可以彼此請教；學習上因臨床經驗而更能吸收並與實務結合，自身護理專業也在進修的同時不斷提升。

臨床護理漸漸走向以大學學歷為趨勢，對於專科畢業的同仁來說，選擇以在職進修的方式完成學業，是給予自我挑戰及成長的機會，雖然每個人在過程中會面臨許多壓力，且班級同儕之間的相處也是常聽到的問題之一，以致許多同仁都在進修與不進修兩者間猶豫不決。在職進修的確是條辛苦的道路，決定進修時不僅需要獲得單位許可，家人及朋友的支持更是最大的支撐點。兩年時間過得很快，不僅能一方面累積工作經驗與年資，一方面追求新知與學歷，在學習上會更具方向感，知道自己不足之處而產生學習動機；此外因在職進修的緣故，學理可以與臨床實務比較並相互印證，加深印象進而學以致用。

在職進修的優點不僅上述幾項，因慈科大在職班的學程安排，除了專業學理外，亦有額外收穫，例如：學習植栽設計、小提琴演奏及參與各項講座學會放鬆紓壓的技巧等。

在職進修將面臨許多挑戰，家庭、工作、學業甚至是身心健康均需兼顧，有時雖然覺得筋疲力盡，但有時卻又會從課程中獲得滿滿的成就感，這期間的心情可真是五味雜陳呢！因此在職進修需做好時間分配管理，過程中不斷的自我調適，當身心疲憊時，別忘了找一個抒發的窗口並給予自己休息的時間，才能有繼續往前的動力。

常常有人問我：「如果能夠重新選擇，你還會選擇在職進修嗎？」我會說「是的！」在職進修的兩年，我同時獲得臨床資歷與學歷，並結識了一群來自不同單位的良師益友，雖然過程的確辛苦，時常要犧牲休息時間，當看到其他人出門遊玩時，自己卻在職場中努力奮鬥，下班還得面對許多迎面而來的報告與考試，內心不免有幾分的無力感，但班上許多有家庭的學姊們都付出了更多的心力在學習，因此我相信自己也一定可以。

當我在畢業典禮那一刻回想過往時，我覺得這一切都相當值得，感謝醫院的支持與協助，感謝每一位相遇的老師與同學，更感謝我自己給了我相當大的勇氣與毅力，讓我堅持不懈到最後一刻並順利完成學業！





[No.3]

挑戰自己，強化自己

Challenge Myself for Degree Advancement

■ 文、圖 | 楊雅倫 大林慈濟醫院專科護理師

從事護理工作已快十年，從新進人員到資深護理人員，從一個一直被教導到輔導他人的學姊，一直覺得所學知識是足夠的，至少在面對家屬及病人時都得心應手。但轉換跑道當專科護理師後，發現自己所學不足，除了醫療知識之外，思考邏輯與解決能力都有所不足。曾經看過一篇文章，作者把想繼續進修的人理由歸納三部分——「尋找迷失的自己」、「職場掏空了」及「追求更好的自己」，我想我應該是那個想要追求更好的自己。但學妹的話更貼切，在她的眼中，我是「閒不得，想要挑戰自己」。很幸運的，慈濟大學與大林慈濟醫院開設護理碩士學分班，所以我就分別報名了「進階身體評估」、「進階應用統計」及「護理理論」課程，展開我的在職進修旅程。

因為已經離開學校很久，剛開始讀碩士學分班時懷著期待又興奮的心情，結果開始接觸之後讓我完全有不同感受，例如：進階身體評估這門課目，可說是現學現賣，直接可運用在臨床工作上，把原本所學的身體評估技術再更仔細的教導一遍。除此之外，謝美玲老師一直給我們一個觀念，要我們去思考每個健康問題背後的原因，去思考這之間的邏輯性，只要搞懂這之間的關係，很多問題就可以很快的理解及解決。雖然這個科目壓力最大，但確實也是收穫最多。

而另一堂課「進階應用統計」，真的是大部分護理人的罩門，雖然我是年輕人，但就如彭台珠主任說的，不見得年輕人對這堂課就學得比較快，或許理解度及反應上會比較快，但有時也忘得快，要實際運用在臨床上或是報告上反而不如學姊們。課堂上，主任授課搭配實際操作，讓我們更能印象深刻，也更能馬上進入狀況。

「護理理論」課程，則強調回歸護理的本質，重視「全人」，專科護理師也是如此的，在照護病人需有更全面性的思考，不單單只著重於疾病，在病人的心理面、家庭面以及社會面更能全方位照顧。在讀書時期會覺得這門科目很深奧也很難以理解，或許是時空背景不一樣，本身也有臨床的經歷，再重新接觸這樣的課程有不同



的收穫。原本預期這門課會比較乏味，但賴惠玲老師藉由影片教學，再分組討論報告，讓我們更有印象，也藉由畫畫的方式，讓我們嘗試著描述故事。老師也教導我們所有的實證研究需要有科學的依據，而科學研究的依據來自哲學，而哲學來自於神學，例如：馬太效應，來自於〈新約聖經·馬太福音〉一寓言，意指強者恆強，弱者恆弱，現代科學研究也的確驗證此狀況。護理科學所關注的是「人」的健康照護過程，涵蓋了生、心理、社會、靈性及文化等等，我因此更理解，專科護理師在工作職場上也是如此的。

工作上，除了照顧病人之外，也會針對一些常見問題進行探討，例如品管等，還有個人未來進階計畫需要書寫案例分析、實證報告或專案報告等等，將所學進而致用，讓未來工作上更可以得心應手。這些進修課程，開拓了自己的慣性思路，也期待自己在時限內完成學業，順位取得學位。



[No.4]

理論為燈，勇敢驗證

Verify Evidence by Theory in Clinical Practice

■ 文、圖 | 巫佳燕 大林慈濟醫院外科加護病房代理副護理長

護理生涯是不斷需要精進及學習的，所以在 2018 年參加慈濟大學護理研究所學分班就讀。在寒假學分班修業中有一門「護理理論」讓自己印象深刻，收穫豐富。原來，護理理論不是枯燥乏味，而是津津有味的一門課！怎麼說呢？

護理理論在過去就是索然無味，從未想過竟然需要再上「護理理論」這類課程，思來想去還是得面對，隨著課程表的出現、與指導老師面對面接觸，在這四週間、每週兩天的課程，乍看之下以快速步調壓縮著學習，實際上卻是老師用心細緻的規畫，讓學習有次第的循序漸進，在一堂接續一堂的課程中，讓自己深刻體會到，原來「護理理論」對身為護理人的我們是一門必須存在的學習。透過「護理理論」課堂中同學們精湛的報告分享、演出說明，老師的精闢剖析、引導，明白最原始的護理雛型，是如何以理論為棟、科研為梁，架構出護理的樣貌。就如課程中老師以繪圖的方式，畫出事件背後的人事物之間的關聯，讓自己學習如何有邏輯性的整理思緒，而這一切，看似相關護理的學習，從中卻是更深體會到原來這其實就是訓練自己面對生活時的思維。

我學習到的思維就是，看待事件時，有理論依據，就不會慌亂，以理論為燈，勇敢行科研來驗證，在面對事件，無論解決或是改變，經歷過程就是幕幕風景，無論是護理、無論是生活。更甚，護理就是生活，因為護理是「以人為本」，若有理的照護，就能讓自己，在每日繁雜的護理工作中，理出照護頭緒，亂中有序，井然有序。因為這堂課，轉變自己的觀念，對「護理理論」不再是敬而遠之，而是希望能像賴惠玲老師，在每每隨手拈來的護理實務、事件，都像是在說一篇篇的故事，因為動人，也更能無形當中傳承護理的經驗、價值。

老師說：當「理論」無法被推翻時這就是真理，所謂的「護理真理」究竟為何？留待時間洪流考驗。感恩的是，因為各家理論，讓護理運用有憑有據，所以更是專業，專業所以能成就護理的價值。



巫佳燕在慈大碩士學分班之護理理論課堂上進行護理研究的議題討論。

回首進修的這段歷程，要是說不苦，那只是客套話！深奧的護理理論，複雜的研究統計，專精的身體評估，在進修的日子裡，考驗著自己身心的耐受力。

然而，因為這樣的苦卻讓自己的職場生涯帶來回甘的甜，甜來自於透過進修看見自己的不足，因為不足，所以學習，藉由學習，讓心眼開闊。心眼開闊，讓身為醫護人員的自己，在資訊爆炸、醫療知識瞬息萬千的年代，具足強大的專業為基石，才能擁有守護生命的能耐。

最終，明白了，進修，真正受益的還是自己。因為「進修」讓自己在面對護理職業時，能不時的反觀初心，也提醒自己，時刻要感恩的其實是這些病人，我真正的老師們，也是在在要自己不忘精「進」自身，實「修」傳承，也將所學傳承給後進的學弟妹，為護理人才的永續盡一點力量。☺



攝影／謝明芳

楊家嘉

大林慈院 11B 病房護理師

Amateur Performing to Show Nursing Spirits –
Chia-Chia Yang, RN, Ward 11B, Dalin Tzu Chi Hospital

■ 文 | 謝明芳

小時候是「鑰匙兒童」的楊家嘉，放學不是走路回家，就是到診所找媽媽，看到身為護理人員的媽媽在為病人換藥或打針，她覺得好酷啊！

她印象很深刻，有一次媽媽在幫病人換藥前，很有耐心地先安撫病人疼痛的情緒，再溫柔地用生理食鹽水稍微浸潤後，才開始換藥。媽媽的舉動，令她深覺護理師這個職業，格外給人溫暖，便在心中埋下護理的種子。

傳承媽媽的護理心

上了國中，楊家嘉對於將來並無特別想法，但看著表姊讀高中的課業壓力讓她確信自己不升高中，要和哥哥一樣讀技職學校，於是，國中畢業選擇讀五專。媽媽也很認同她，擁有高學歷不如一技在身。

她猶豫著，到底要成為媽媽的學妹去讀美和護理專科學校，還是留在高雄讀輔英技術學院呢？可是，輔英的入學分數較高，她沒有把握，媽媽鼓勵她：「姑且一試吧！」她也不負自己所望，真的考上護理科。

「我會繼續留在護理界，到現在十四年了，我也覺得很瘋狂。」五專一畢業就投入職場的楊家嘉，坦言工作四、五年時覺得實在太累而想離職，但學姊游斯評的一段話把她留住了，她說：「你想喔！世界上哪有一個職業，可以幫助人之外，還可以養活自己？而且這一份職業，不是人人都可以做的。」

「一邊工作還能一邊做好事，那不是一件投資報酬率很高的工作嗎？我為什麼還要離開？」楊家嘉想一想，覺得很有道理，又繼續留下來。

一路走來，楊家嘉不後悔當初讀護理，反倒很感謝爸爸媽媽，支持她走上這一條路。「雖然媽媽也知道做護理很辛苦，但她也明白護理職業很『特殊』，因為可以幫助人。」

隨緣走入慈濟

從沒想過進慈濟醫院服務的楊家嘉，對慈濟的印象，僅止於慈善。

五專畢業後，她待在高雄一家專門收治呼吸照護病人的小醫院工作，病人很多已是狀況不好，裝上呼吸器就很難脫離，甚至很多是到「當天使」了才會「離開」醫院，每日重複照顧這樣的病人讓楊家嘉失去成就感，感到人生很「黑白」，同學得知她的狀況，問她要不要到大林慈濟醫院工作，她立刻拒絕，她不想離開繁華的都市，而且是去一個連聽都沒聽過的遙遠的地方工作。但某一天她下大夜班後，突然起了一個心念，「好，就去面試吧！」

她騎著機車到高雄火車站，搭上區間車一路睡到大林。一下火車站，「這是什麼

地方啊？旁邊都是田。」她想起同學說的「看到一棟很高的建築物就是醫院」，然而，看不見計程車和醫院接駁車，這是要怎麼去醫院？她又想起同學教她走捷徑，從夜市空地旁的小路走，不過，需要下去走到人家的田埂上，她心裡疑惑，「要去嗎？」，只是看到前面的人都往那裡走，她也跟著走。

帶著睡眠惺忪的臉和對大林如此偏僻的驚恐模樣來到護理部，她終於搞清楚，面試前要先考生理評估等學理知識的筆試。看著來面試的人都很認真寫，她寫完則是很想睡地趴在桌上，直到有人喊她的名字，她才驚醒。

「為什麼想來大林慈濟醫院？」督導問。「同學叫我來的。」楊家嘉回答很直接。

督導又問：「妳想去哪科病房？」「我都可以，看我同學在哪一科，我就去哪一科。」楊家嘉壓根不知道她的同學在哪一科服務、屬性為何。

回家後，楊家嘉並不認為會錄取，尤其別人都穿套裝來面試，她穿得相對輕便，打從心底只是嘗試的心態，結果如何就看緣分。有一天，人力資源室的同仁來電，問她何時可以報到，她很訝異，「真的假的？下個月可能不行耶！可以三個月後嗎？原來的單位也要找人。」「可以嗎？如果不行，看你們要不要找別人？」過了三個月，2008年5月，楊家嘉正式加入大林慈院護理團隊，糊里糊塗地到收治耳鼻喉科和關節中心病人的11B病房報到了。

當學姊當靠山

來到大林，時序從2008走到2019，十一年了，楊家嘉已從當年被資深學姊訓練的嫩學妹，轉為呵護一群學妹的學姊。



過往新人時期的記憶中存著學姊摔病歷以及背後議論紛紛的感覺，楊家嘉告訴自己：「以後我當學姊，這些東西不會再傳承下去，因為很傷學妹的心。」

「臺灣的護理環境已經很艱辛，自己人不要再為難自己人，

當初很隨性的到大林慈院面試，至今楊家嘉已在大林任職十一年。

要互相保護和支持。」楊家嘉和學妹們的互動像朋友，她認為和她們當朋友，她們有問題才敢發問，敢問就比較能減少臨床錯誤。假如用從前「媳婦熬成婆」的概念去帶新人，誰會願意留在護理界？

「有些父母會說：『那麼辛苦，不然不要做，回家來爸爸養。』當有這種的家庭『支持』，他怎麼可能繼續堅持、努力？」因此，她都會對一群即將帶新人的「中生代」學妹說：「唉啊！當學姊囉，要有學姊的樣子，但是我說的樣子，不是兇喔，是要給學妹一種保護罩的感覺，什麼事情都有學姊當靠山。」

把同事當成朋友，上班的心情就會不同，是團隊的感覺，「氣氛要靠自己營造，從自己做起，再去影響周圍的人。」



楊家嘉覺得把同事當朋友，上班的感覺就會不同，她也很樂於調節氣氛。

心思細膩的人來瘋

在單位，楊家嘉總是會講出一些讓人意想不到的話，時不時和學妹們開玩笑，她們早已習慣她是一位「人來瘋」。然而，她也有心思細膩的一面，她會特別記得哪一位學妹喜歡吃什麼或是興趣是什麼，從平常的互動培養感情，不需刻意找學妹聊，這是楊家嘉的相處之道。

家嘉很感動幾年前帶的一位新人，雖然後來離職，至今仍記得她。那一位學妹因在國中時期曾被霸凌而顯得自卑，不懂如何跟病人或家屬溝通，楊家嘉起初以為她是不喜歡說話，連護理長也感覺這學妹不太有禮貌，她主動找學妹聊過後，了解她是害怕而不敢與人打招呼。

有一天，楊家嘉跟著學妹進到病房，「等一等，妳要先自我介紹，告訴病人妳要做什么，不然，人家會很驚恐喔！」當場陪著學妹練習表達，她事後對學妹說：「沒關係！妳可以每天對著鏡子練習講話。」

2019年5月底，楊家嘉在職進修慈濟科技大學二技畢業，學妹特地從臺南到花

蓮參加她的畢業典禮，並買了過去她喜歡的娃娃來送她，「我喜歡什麼，學妹竟然記到現在，超感動的！」

也因為學妹這件事，楊家嘉體會到，「要小心我所說的每一句話和做的每一件事情，或許我不以為意，但是看在別人眼裡或心裡，要不，造成別人的陰影，要不，讓人家感恩一輩子。」

這幾年，讓她體會很深的另一件事是，每個人都有無限的可能。有的學妹很會烤餅乾、有的很會做生日蛋糕，「她們是那麼有才華，我還要向她們拜師學藝，怎麼可以看輕別人？」

自助人助 互為貴人

「樂趣是自己找出來，才可以讓自己做得開心、做得久。」辛苦的護理工作，楊家嘉選擇開心面對。

前陣子，楊家嘉上班忙到很晚，其中一天是有一位阿嬤要留最後一口氣返家，看著阿嬤的心跳慢慢地降為二十、十幾下；過程，她要聯絡家屬、辦理病危出院、聯絡主治醫師，同時要關注阿嬤的心電圖……在別人看來，這是很繁瑣的事，但是楊家嘉希望能成為阿嬤生命中最後的貴人，她要盡心地送阿嬤安心地去當小天使。

白班是下午四點下班，但常常六點多還看到楊家嘉穿梭在病房，每當病人問起：



「妳怎麼還沒下班？」她笑笑地回應：「現在是我的功德時間。」意味著，下班後的她，以志工身分把事情做到好，才能延續後面的照顧。看到從各地來的醫療志工師兄師姊，她覺得自己所做遠遠不及。

「人都會有需要幫忙的時候，在人家需要我時，盡可能去幫忙，或許，以後換我需要幫忙，人家就會來協助。」楊家嘉的想法，已在自身靈驗。

那是在 2018 年 9 月，國際慈濟人醫會年會由大林慈院規畫課程，但地點在花蓮舉辦，大林慈院的「瘋劇團」是晚會的其中一場表演，楊家嘉是其中的主要團員，但楊爸爸在晚會的前幾天突然住進外科加護病房，讓她內心很掙扎，該留下來陪爸爸，還是如期去晚會表演？

後來她決定跟著團隊回花蓮，因為她很放心外科加護病房團隊的陪伴，甚至在她去花蓮的那幾天，團隊還讓爸爸與她視訊，讓她又放心又感恩。

爸爸做檢查變住院開刀 感謝一切好因緣

楊家嘉 2017 年開始在職進修的生活，平日上班、假日上課，2018 年 8、9 月時，爸爸說起最近有時會胸悶，她便建議爸爸就近在高雄就醫。醫師告訴爸爸，血管有點狹窄，可裝支架或不裝，聽到這樣的回答，爸爸充滿困惑，家嘉也很疑惑，便說服爸爸：「你來大林慈院好了，我們的心臟內外科團隊很厲害，你順便來看看我。」

爸爸帶著簡單行李，搭著火車來大林。心臟內科李易達醫師看診後，表示血管嚴重阻塞，建議直接轉到急診室，做檢查會比較快，做了相關檢查後，急診醫師說要趕緊住院。

從門診到急診、再從急診到住院，一切都來得太快。住院隔日，爸爸進行心導管檢查，楊家嘉則同樣去上小夜班，上到一半，媽媽打來通知她要馬上到心導管室找李易達醫師。

由於楊爸爸的主要血管都塞住了，連支架都放不進去，需要緊急開刀。單位的專科護理師淑銀和語晞學姊，兩人放下手邊工作，對她說：「不要怕！我們陪妳下去。」從 11B 病房到三樓內科加護病房的這一段路，有兩人陪伴，楊家嘉感到很心安。

爸爸從心導管室送往內科加護病房途中，胸悶、喘不過氣來讓他很想坐起來，而顯得很躁動，可是需要緊急插管，因此，他又被壓回床上；楊家嘉看到那一幕，才知道爸爸那麼嚴重，自己嚇到了。

正當要簽下血管繞道手術同意書，楊家嘉已慌到想不起住址，腦中一片空白。除了淑銀、語晞陪著她，外科加護病房的斯評和院長室的昀臻也跑來陪她，而在內科

加護病房的專師婷佩也認識她，「雖然我很恐懼，可是我周圍的人都是我認識的人，給我很大的支持力量。」

爸爸進手術室，楊家嘉又回到工作崗位，此時，她的同事、學妹們很可愛地說：「學姊，妳坐在這邊打妳的紀錄，電話妳守著，其他跑外場的事都我們來。」整個小夜班時間，大家看緊她，不讓她離開，只要她一起身，就問她要做什麼，連裝水也是她們幫忙裝。楊家嘉覺得她們好貼心，很謝謝這一群可愛的學妹。

繞道手術開了六個小時，她下班的時候，心臟外科張兼華主任也差不多下刀。恰巧，斯評是那一天外科加護病房的小夜班專科護理師，專程留下來要幫楊爸爸開一些醫囑。

爸爸能順利來到大林慈院，楊家嘉很感恩冥冥之中有菩薩保佑，因為爸爸提著行李要去坐車的那一段路，胸口很不舒服；更慶幸的是，為爸爸開刀的張兼華主任，預計兩天後就要出國，假如醫師早已出國，後果不堪設想。

這一路走來，有太多人陪在楊爸爸身邊，「有一種大家一起照顧我爸爸的感覺，在我需要的時候，也都及時出現。」楊家嘉叮嚀爸爸，做了心臟繞道手術後，等於是重生，更要好好保養身體，才不枉費這一群醫護天使的照護。

「瘋劇團」演出 樂娛全院當回饋

「瘋劇團」，是楊家嘉工作以外參加的主要院內社團，最初是由一群護理同仁組成，隨後有行政、醫技、醫師的加入。起源從專科護理師游斯評開始，她是福委會的委員之一，那時為了準備院內慶祝護師節的表演，就找身邊的護理夥伴來籌辦，



脫下護師服，楊家嘉與大林慈院夥伴變身為瘋劇團成員表演，可說是最有趣又讓人印象深刻的衛教方式。



後來就成立了「瘋劇團」，接演的第二場活動是 2014 年的望年會戲劇演出，主要由 11B 病房的護理同仁領銜主演，結合大家的才華，又跳、又唱、又哭、又笑，呈現內、外科病房平日的趣事。「我們真的很用心，光道具就有三大箱，就算是小夜班的半夜下班，我們都會借用空病房練習。」楊家嘉回想起來，都覺得好笑，因為她們想了好多梗，還融入當年《蘭陵王》古裝劇等時事。

「我們想要給全院同仁幸福的回憶，讓大家知道儘管工作辛苦，但是有一群『瘋子』在娛樂和陪伴大家。」表演太成功了，隔年的望年會又被力邀演出，家嘉說：「大家給我們的肯定，是支持我們繼續下去的動力，雖然過程常因太累而後悔當初答應接活動，但最後堅持下來，我們都覺得值得。」楊家嘉分享，這也是瘋劇團持續接任務的原因。

盡所能留人才

楊家嘉在職進修二技學程趕報告時，一天睡不到四個小時，又要去上班，下班後繼續打報告，非常辛苦。這一段日子，恰好有同學結婚生子，要照顧寶寶很辛苦，思考著是否休學，老師分享過去的教學經驗，學生只要一休學，想復學的機率都不大，鼓勵大家不如一鼓作氣。

於是，楊家嘉寫了小卡片給同學，「一年級的時候，我們都辛苦走過來，以後只要多互相扶持、體諒，千萬不要離開，我們要一起畢業。」就在今年(2019)，兩人都順利畢業，她們感動地互牽彼此的手。

正如楊家嘉給同學的鼓勵，她要留住更多學弟妹，「我在護理這條路沒有很卓越，但我可以做的，是把這些人才留下來，以後，他們『飛黃騰達』，我也會與有榮焉。」雖然在講很嚴肅的使命感時，又忍不住穿插了一點會讓人笑場的雙關語，楊家嘉正在用行動實踐護理執業精神，以「人」為主，給病人多一點點時間，也為護理職場留才育芽多盡一點力量。☺



阿長，請聽我說

Please Listen to Me, Head Nurse

陪伴給我力量

Energy Revived by Head Nurse's Company



我叫楊鎮宇，我來自一個平凡的家庭，我選擇護理也沒有什麼特別偉大的故事……。還記得國中畢業，當時的我對於高中職那樣的升學生活感到厭煩且畏懼，所以我毅然決然的選擇五專護理科就讀，五專就學的前兩年簡直是我人生的谷底，算了算成績好像都是全班倒數前幾名，讓我對護理這門專業產生了疑問，我適合嗎？我還要再走下去嗎？帶著這些問號展開了我第一次的實習「基本護理學實習」，也因此遇到了我的護理啟蒙老師。

實習後開竅 態度擺正積極求知

這一個月的實習是我護理求學生涯很大的轉捩點，我真正體悟到了護理的專業，也肯定選擇護理成為自己的志業，我在老師的身上學到了除了知識、技能外，更多的是態度，也是造就我往後的路。回到學校後我更積極的學習專業知識，對於未來也有更多的憧憬。四年級為期一年的高護實習，我更加精進，休息時間也在讀書想辦法解決病人的問題，現在回想起來忽然驚覺，我不是最討厭念書的嗎？這才知道原來我感受到護理這門專業是這麼有興趣，也很慶幸我當初選擇了護理工作。實習結束後返校準備考試，順利的取得執業證書外，也如願的考上了同學口中還不錯的二技。

二技實習兼就業 面臨大挫折

二技期間沒有太多的學理教育，多的是報告的撰寫教學，但也是因為讀了二技我才跟慈濟結緣。記得當時二技入學時，學校便要我們選擇組別，一組是正常的學生畢業後再就業，另一組是讀一年書，後一年去醫院實習兼就業，當時因為覺得想早點工作便選擇後者，也因此學校幫我安排進了大林慈濟醫院加護病房。

在大林的頭一年，我非常的不能適應，一來我是城市長大的小孩，不習慣大林這種純樸但略顯無聊的鄉村小鎮，二來是其實我在實習期間遭遇了不小的挫折。學生時期，我是在老師口中的好學生，甚至可以說讚譽有加，但是到了臨床，我發現我根本不成氣候，覺得自己怎麼什麼都不會，面對重症病人更是不知所措，深怕一個不注意會讓病人生命受到威脅，讓我十分害怕，所幸指導我的學姊一步一步帶著我做，也就讓我撐過了那一年的實習。實習結束必須選擇是否要繼續留下來就業，我開始思索自己到底適不適合重症，到底適不適合這裡，我非常的焦慮，也不知該如何選擇，甚至還讓家人帶著自己去問神，當時的無助現在想起來都覺得害怕，最後我還是選擇留在大林，展開我的護理之路。



快把自己壓垮 前人經驗找到動力

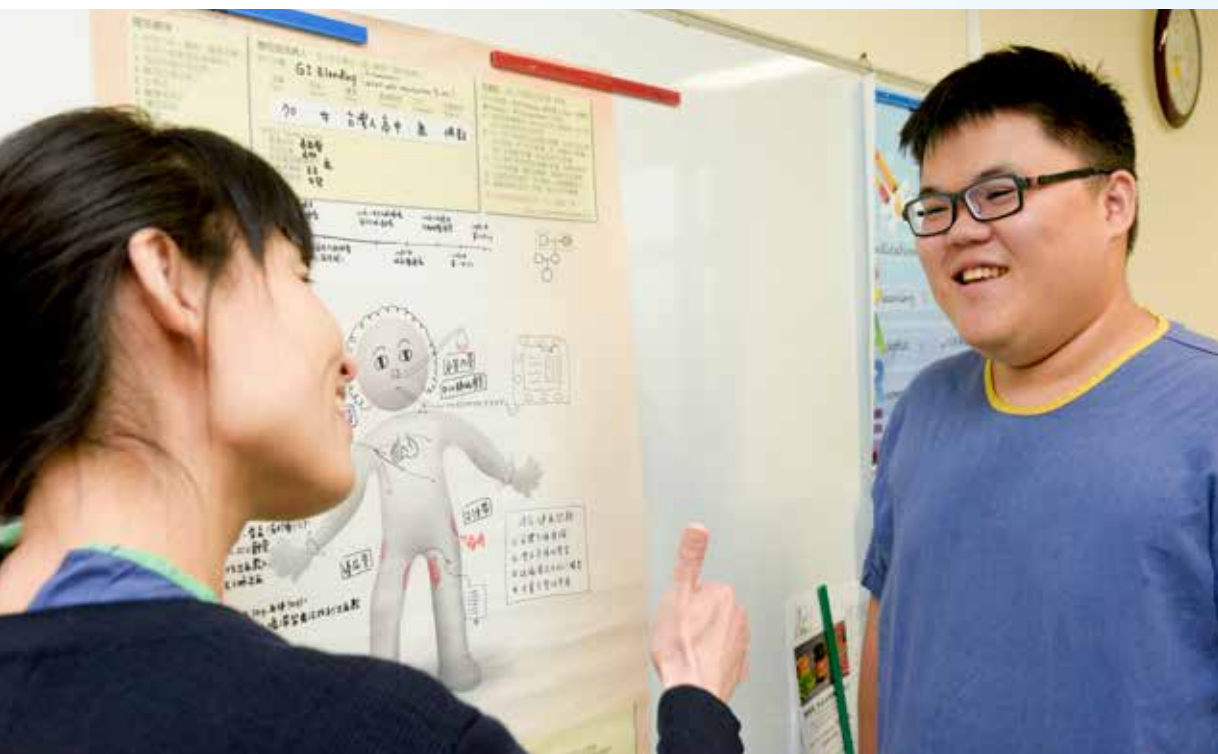
開始工作後一切又變得不太一樣了，明明同樣的單位、同樣的同事，但是因為身分的不同，別人對自己的要求也就變得不同，我是個對自己的專業要求很高的人，所以開始的前半年我過得非常痛苦，脫離了學姊的羽翼後，才發現自己原來如此的不足，每天除了工作的壓力外，更多的是自己給自己的壓力，每每發現有東西漏了，或是被別人問回答不出來時，我都會問自己「為什麼連這個都不會？」，這些沉重的壓力，壓得我快喘不過氣了，我好想休息、好想放棄，帶著這個想法我來到了護理長辦公室。阿長告訴我她以前的經驗，也跟我分享了許多前輩的小故事，忽然我覺得自己好像又有一些動力走下去了，眼淚擦一擦，繼續向前邁進。

展現學術能力 繼續深耕護理的力量

很快的一年過去了，臨床工作好像開始沒這麼大的壓力了，也照護過許多重症病人，我就在想，還有什麼是我可以做的，所以我開始學習報告的撰寫。剛開始

懵懵懂懂，帶著學校學習的微薄知識寫出了一篇實證讀書報告，交給阿長時，阿長的反應出乎我的意料，因為我覺得寫得不怎麼樣，甚至交出來我都覺得有點害羞的報告，居然得到很大的讚賞，也因此讓我展開了我的學術之路。這段故事我從來沒告訴過阿長，我會開始這麼積極地寫報告，是因為阿長當初的鼓勵，讓我從這個地方找到了工作以後最大的成就感。

在讀書報告之後我就開始鑽研實證的知識，同時開始撰寫個案報告準備送審，因為實證報告的經驗，被阿長指派去參加實證的比賽，雖在院內比賽有一些成績，但在院外的比賽卻是輸得一塌糊塗，不過也因為比賽的經驗，開始在院內從事一些教學的工作，雖說自己也是有點心虛，認為自己的知識還是不足夠的，不過陸陸續續跟很多人分享自己的學習成果，這些都讓我覺得自己是個被需要的人，也給我很多繼續深耕護理的力量。在臨床我真的是一名新手，也是一位還在學習的菜鳥，但是我會繼續在護理這條路耕耘，未來我也會再往上精進，期許自己在專業領域有個更美好的未來。





阿長這樣說：

我懂你的心

I Know Your Heart

■ 文 | 楊曉菁 大林慈濟醫院內科加護病房護理長

內科加護病房屬於高壓力的單位，要進到加護病房服務的新人，最好能有高抗壓性、高主動性及高求知欲等特質。

病人是我們的老師，從重症病人身上，能學到很多知識，除了透過資深學長學姊的帶領，還得靠自己用功，才能有所成長。而鎮宇就是一位很

認真的學弟，他從五專畢業取得執業證書後，又考取二技，並選擇產學合作的一年上課、一年工作，當時，我也比照帶新人般，請資深學姊帶他。

令我開心的是他二技畢業後，仍然回到內科加護病房服務，畢竟，這是他熟悉的環境。他真正踏入職場，我們同樣給他一個月的適應期，在這一個月，他也能獨當一面。

真要說他的學習過程跌跌撞撞，應該是臨床工作遇到的挑戰。我印象中，他曾被病房的護理同仁和家屬客訴，他怎麼會被客訴呢？原來是應對上的口氣不佳，讓他人感受不好，因此，我一直提醒他：「要理解家屬因為親人入加護病房的情緒很焦急，若在應對上沒有注意自己的語氣，家屬就會認為我們的態度不是很好，常因溝通訊息的出入，導致不必要的誤會產生，所以，以後講話前，先深呼吸吧！」他聽進去了，並且改變自己。

每當鎮宇臨床上遇到什麼困難，他就會跑進來辦公室找我，我跟他聊一聊，他的思緒、情緒轉換後，又能重新再上。其實，不只鎮宇，很多學弟學妹遇到一些事情，我也會找他們來談。

每一個人都是需要被鼓勵，與其責備，不如深入了解事情的緣由，就會發現，大家猶如瞎子摸象，有人摸到耳朵、有人摸到尾巴、有人摸到肚子，就以為自

已看到了全部開始判斷下結論，要知道每個人的立場、角度不一，想法便不同。當一件事情發生，我的立場要很公正，我必須為學姊們想，同時要為學妹們想，這社會原本就會有不同的聲音出來，我除了會問本人以外，也會問其他人的想法，再思考如何共識解決。

由於我們單位同仁大多口直心快，說話無惡意，只是針對事情直接表達，有學妹聽了後覺得受傷，我對學妹說：「她講話不是要傷妳，她只是針對這件事情，認為妳應該怎麼做會更好。」學妹也很認同，和學姊們一起上班相對很放心，因為學姊們的應變能力強，會把事情處理得很好，這是她們應該學習的。

多次的經驗中了解到，每個人會因成長背景不同，接收、理解和感受人事物的程度不一樣而造就了現在的特質出現。因此，反應某人有怎樣的行為出現時，我會了解他所發生的狀況，用學姊的角色來建議及經驗分享過往的經驗值，供學弟妹們參考，並告訴學弟妹們護理這條路我們一直在走，這個職場上所遇到的情況，我們比爸媽們了解，所以應該聽聽學姊的意見，用這樣的角度和學弟妹們溝通。

目前，我在帶兩個副護理長，也會與他們分享，有些事情要讓所有同仁清楚過程，為什麼會發生這樣的狀況，或是為什麼要做這一件事情，我們要怎麼處理或更改。大家聽了都能理解，配合度自然會高。

很慶幸，同仁們的心無形中在凝聚，對事不對人的氛圍，也逐漸形成單位的風氣。我曾經參加院內開辦的品質管理改善教育訓練課程，講師吳宛庭，現任衛生福利部臺北醫院品管中心副主任說：「一個單位都沒有異常事件，就是好事嗎？不是，有異常沒有通報。反之，一個單位的異常事件特別多，表示單位的通報文化非常好。」講師舉例某家醫院有二百五十床，假設一床一年平均應有四件異常事件，一年至少要有一千件。在臺下聽課的我，聽了好感動，因為我的單位就是落實異常事件通報，同仁們皆有這樣的正向概念。

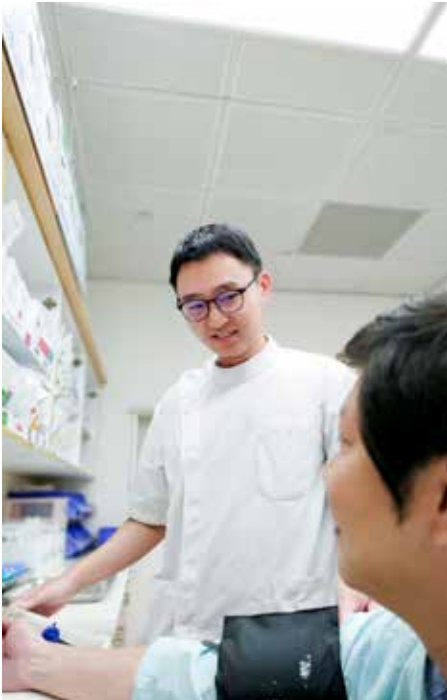
就如鎮宇，來院服務兩年，很有志向，知道自己未來想要投入行政工作，目前不只是單位內，也是護理部推行護理實證的種子之一。此外，他在去年、今年參與醫院舉辦的實證醫學競賽，獲得不錯的成績，他自己今年也規畫再進修，並從通過 N3 階段往 N4 邁進。他是一位積極進取的學生。

來到我單位的新人，不管有幾個，我能留一個就是一個，我可以留的，我通通都要留。雖然，我在陪伴同仁們的過程，不敢說做得很好，但至少我沒愧對他們和自己，我都覺得，我是和這一群學弟學妹結善緣，也許我現在是為他們付出一點點，但或許哪一天，別人回饋給我的是那麼多。☺

生在大林 志在大林

Born in Dalin & Devote in Dalin

■ 文、圖 | 簡啟峰 大林慈濟醫院身心醫學科病房護理師



我是出身大林的鄉下小孩，從國小、國中、專科，甚至是服兵役都是在大林。當時國中畢業剛好大林興建崇仁專校，便在父母的建議下，走上了護理這條路。在專科學習過程，參與許多服務社團、活動，漸漸發現自己喜愛服務、幫助他人，故專科畢業後在地就業，直接進入大林慈濟醫院工作。

一開始對於臨床工作充滿憧憬、抱負，希望能在專業領域上發揮專業所長、精進自我，所以選擇外科加護病房工作，但因為自己的專業知識、能力不足、專業儀器操作不熟悉等，使得壓力漸漸變大，雖然遇到非常有教學熱忱的輔導學姊，每天工作結束後仍會把我留下繼續輔導，但是菜鳥的我對於壓力調適、因應能力明顯不足，甚至懷疑自己是否適合護理工作，漸漸產生不適應感，經過許多人的引導後，選擇離開外科加護病房，踏上截然不同的專業領域，也是我現在最喜歡的工作。

因專科實習時，有兩次在精神科實習的經歷，對於精神科較為熟悉，且幫助他人從疾病、悲傷中走出來，看到病人漸漸康復，是我最大的成就感，所以從外科加護病房轉調至急性身心科病房，過程受到許多人的幫助、支持才得以成就現在的我。

因專科實習時，有兩次在精神科實習的經歷，對於精神科較為熟悉，且幫助他人從疾病、悲傷中走出來，看到病人漸漸康復，是我最大的成就感，所以從外科加護病房轉調至急性身心科病房，過程受到許多人的幫助、支持才得以成就現在的我。



在別人的需要上，看見自己的專業

一開始的我，抱持熱情，努力想協助病人擺脫困境、病痛，但是身心科問題不像是內外科疾病，努力了非常多，而病人只得到些許的改善而已，我自己給自己太多壓力，覺得在工作上沒有獲得相對等的回報。後來詢問過護理長、學姊，漸漸找出自己的臨床方向，覺得先提升自己的專業能力，才能更深入幫助病人，故每年都要求自己專業能力進階，從原本的N，到現在工作三年多來，進階到N2，同時今年也努力撰寫個案報告，朝向進階N3做努力，在撰寫個案報告時，發現以前的我在照顧病人上缺乏計畫性，沒有完整性來改善病人的問題。

今年(2019)年初時，看到一位患者反覆住院，且每次住院的天數愈來愈長，精神症狀愈來愈嚴重，引發我想解決病人問題的決心。剛開始要與這位病人建立護病關係時，他非常防備，評估資料時多以「還好」回應，漸漸的每天嘘寒問暖，與病人的關係拉近許多，在適當的時間介入我的護理措施，如：建立病識感、增加服藥遵從性，住院期間病人也主動與我共同討論藥物，或者有疾病相關問題也會主動尋求我，直到病人病情漸緩和而出院，讓我非常開心，覺得透過完整性、系統性照護，讓我自己更加專業。

最近感覺自己的專業慢慢進步，上臺分享護理經驗的機會漸漸增加，受主管邀請將護理經驗分享給正在就讀慈濟高中的同學們，演講過程分享自己臨床工作的酸、甜、苦、澀，讓高中生們更了解護理這個行業。同時也受崇仁專校的邀請，回學校與學弟妹們分享如何在護理實習上的壓力調適，將我自身經驗及臨床經驗分享給大家，在這兩場的護理經驗分享也找回自己踏上護理的初衷，也使自己更有自信。☺

病床旁的 6 歲男孩

A 6-Year-Old Boy Who Looks After His Mom with Cancer

■ 文 | 楊鵬瑜 大林慈濟醫院 10B 病房副護理長

那是一個平常不過的上班日子裡，一個年約 6 歲的小男孩，皮膚黝黑，跑到護理站來，對著忙碌的護理師說：「護士阿姨，我要拿嘔吐袋，我媽媽又在吐了。」我在旁見狀附和著小男孩說：「弟弟，你好乖，媽媽又不舒服了？」「對啊！」小男孩很靦腆地跑走，隨即請主責護理師要注意這位媽媽的症狀，關心一下她的家庭狀況。

這是一位遠從臺東來的乳癌病人，因為噁心嘔吐來住院，跟她來的「小家屬」有三位，分別是 11 歲、6 歲的兒子和 3 歲的女兒。根據同仁的描述，儘管這位媽媽很不舒服，她的病床一直都很熱鬧，充滿小孩子的嘻鬧聲，3 歲的小女兒正值探索期，對於病房的人事物都很新鮮好奇，11 歲的大兒子患有輕度智能障礙，還沒就學，雖然可以看著妹妹，卻也一直被牽著四處跑，只有 6 歲的小兒子，也尚未就學，但是看得出來三個小孩中只有他有盡到照顧媽媽的功能，常常在病房看到他要照顧哥哥、要妹妹別亂跑，還要安慰著不舒服的媽媽，其實會想為什麼一個 6 歲小孩可以表現出超乎 6 歲年齡該有的懂事行為？

憑著護理人員的敏感度，認為這位媽媽應是需要幫忙，護理同仁有很多次想藉著治療照護時詢問病人家裡狀況，但每每觸及此話題，病人便哭泣不已，我們便照會病房社工師及心理師來幫忙突破她的心防。在團隊人員鍥而不捨的努力下，終於取得這位媽媽的信任，娓娓道出她的故事，才知道她因為與婆家相處不愉快，所以帶著三個小孩回到大林娘家住，先生因為要工作沒辦法來醫院照顧她，所以要二兒子好好照顧媽媽。二兒子也很聽話的扮演好他被賦予的角色功能，小小的身軀擔當起照護全家人的大責任。

對這個媽媽來說，她的病痛來得太突然，還沒做好準備，我們也發現她

娘家的家人都不知道她得到癌症，所以這時候我們的團隊幫助病人做準備，開家庭會議告訴家人她罹癌的壞消息，而當她的爸媽、姊妹知道她的病情後，住院的第二天三個小孩也被分別接回親戚家照顧，當然病人也很順利接受治療後出院與小孩團圓。

相較於一些落後國家地區，現今臺灣的小孩生來很幸福，而醫院是一個社會的縮影，還是會看到一些小孩因故無法就學，這個6歲小男孩的行為是很令人欣慰的，小小年紀就懂得孝順。而身為一個單位主管，看到自己的病人有這樣的困難，希望盡團隊力量盡可能去解決他們家庭的問題，讓這位罹癌媽媽可以順利做好治療，也從這件事深刻領悟到，照護癌症病人不能只探究「人」本身的問題，周遭的環境、人事物，都會影響癌症病人是否能順利接受治療的關鍵；而身為一位癌症病房的護理人員，在累積臨床經驗的過程中，無形中養成這樣一種能力去發掘病人背後的問題並解決，最終讓每個癌症病人都能順利治療、安心出院，如此，護病彼此都得以圓滿。☺



臨床護理人員對於病人及家屬的家庭情形有一定的敏感度，楊鵠瑜副護理長及同仁除了照顧病人的身體，也為病人解除心中的結。

哺乳之路，有愛相隨

Tzu Chi Moms' Assistance in Breast Feeding Health Education

■ 文、圖 | 董又華 大林慈濟醫院婦產科個案管理師

大林慈濟醫院「母嬰親善－母乳志工」是在 2015 年成立，由一群平均年紀 55-65 歲的婆婆媽媽們組成，很多人會覺得，婆婆媽媽不是會覺得餵配方奶省事、方便，對於母乳哺餵會支持嗎？

沒錯！透過我們給予的專業培訓課程，讓這群母乳志工媽媽成為我們臨床上的大幫手，舉凡產婦的家人會說「媽媽無奶水」、「囡仔吃不到、吃不飽」、「阮以早攏係飼牛奶沒餵人乳，囡仔嘛系飼糾大漢啊！（以前都是餵牛奶不餵母奶，小孩也長很壯）」、「囡仔哮咖安奈，阿媽噁甘喔！（嬰兒哭成這樣，阿嬤捨不得）」，都可以透過母乳志工媽媽傳遞正確的訊息與概念，讓「長輩與長輩」來

溝通，彼此的距離更加貼近，成為臨床哺乳工作的大幫手，也有很多新手父母，不知道如何安撫寶寶，透過母乳志工在旁協助，提供經驗分享，讓初為人父母者倍感窩心。另外，積極配合國民健康署推廣「親子共讀」，母乳志工媽媽跟產婦分享自身及女兒、媳婦的經驗，更讓產婦及其家屬學習到不同的人生經驗，彼此分享「媽媽經」。隨著時代的進步與不同，育兒方式不再是「有一種冷叫阿公（阿嬤）覺得你冷」，坐月子也不再是「大魚大肉」，院內提供的素食產婦餐，由專業營養師調配設計，清





淡不油膩，非常適合剛生產完的產婦，然而，透過這群志工媽媽們，扮演著上一輩與這一輩之間的橋梁，讓臨床衛教與指導更加順利。

還記得剛承接個案管理師的我，環繞在工作與家庭間轉，當我遇到挫折時，母乳志工媽媽們會在一旁安慰，將自己的人生經驗提供給我做參考，並用溫暖的手與笑容撫慰著我受傷的心靈，幫助我一步步往前邁進，有勇氣面對挫折。母乳志工媽媽更是我們護理人員的支持者，總是在關鍵時刻對我們伸出援手，志工媽媽常對著我說：「護理師早安，妳今天氣色很棒喔！」、「護理師妳真像菩薩，感恩妳們喔！」一句句都支持著我們護理人員，還常常準備點心給我們，滿足我們心理及生理上的需求，著實消除了同仁身心上的疲累，感受到如同家人在旁陪伴的幸福感。

婦幼團隊為了感恩這群無私奉獻的志工媽媽們，絞盡腦汁的準備一份實用又別具紀念價值的禮物——瓷杯(慈悲)，每個瓷杯上各刻上每位志工的名字及感恩詞，特別選在母嬰親善委員會議上，由簡瑞騰副院長親自頒發感謝狀及感恩禮，給這群用心且無私奉獻時間與寶貴經驗的志工媽媽，感恩她們一路來的協助與陪伴。

大林慈濟醫院從 2000 年開院以來一直配合國健署致力推動母乳哺育，為了母嬰健康，一路堅持做對的事，有這群默默付出的母乳志工，讓「哺乳之路，有愛相隨」，最後，要表達時下的流行語：師姑，我們愛妳呦。☺



無遺憾的最後一程

Help Him Through His Last Mile with No Regrets

■ 文 | 黃蘭貴 大林慈濟醫院內科加護病房代理副護理長



加護病房的病人病況往往是瞬息萬變，團隊總是盡全力搶救，也理解，當無常來臨，是沒有年齡之分的，萬一積極治療已到極限，對於臨終的病人及家屬來說，最後的陪伴是很重要的，護理人員會盡量配合家屬，也可以提供家屬心理支持，無遺憾的陪伴病人走完最後這一段路。

80 歲的林阿嬤被送進了我們加護病房，因 5 年前曾通報家暴，此次身上多處外傷，懷疑家暴的可能性，經社工及醫療團隊和家屬溝通後，了解施暴者是奶奶的兒子，開始執行相關流程，協助申請保護令。阿嬤的女兒和孫子們住在外地，兩三天會來探視一次，我們才得知阿嬤之前被兒子施暴後，曾有段時間去和女兒一起住，住一住又不放心獨自一人生活的兒子，又搬回去和兒子住，這次被家暴得這麼嚴重，已經快不行了，讓女兒和孫子們當下很懊悔，沒有堅持把她留在身邊。

我們告訴女兒和孫子們，要把握當下，「雖然老人家意識不清楚，但其實聽得到，會客時間，和奶奶說說話並協助按摩及復健，奶奶雖然沒辦法表達，但身體被按摩會覺得舒服的……」之後看到家屬在會客時間拿著乳液幫阿嬤按摩，訴說著最近的事情。雖然阿嬤最後還是離開人世了，但女兒和孫子們說，一開始不知道還能為阿嬤做什麼，幸好護理同仁教了他們，有陪伴到阿嬤，幫阿嬤按摩後有感覺到她的呼吸變得平緩，好像很舒服，大家心裡也覺得很高興。

而一位才三十多歲的男性，罹患全身性紅斑性狼瘡 (SLE)，是因為呼吸喘、腎衰竭而住進加護病房，經過三天治療依然不見起色，主治醫師告知家屬要有心理準備，家屬無法接受，情緒激動。護理同仁主動表示，可以讓家屬在非會客時間進到加護病房陪伴病人。太太看到病人的四肢愈來愈腫，好心疼，不忍心病人受苦，但病人媽媽不想放棄，不想以後後悔「當時沒努力」，想要再拚



拚看。但病人的意識不清醒，生命徵象也變得更不穩定了，在醫療團隊的說明和家屬的討論後，家屬簽署不施行急救同意書。

太太說和先生尚未有小孩，對於還沒傳宗接代耿耿於懷，為了讓病人安心，太太在床畔對病人說：「你什麼事情都不用擔心了，家人們會互相照顧，你辛苦了，我們就要回家了……」在護理師的引導下，太太一邊說話一邊協助病人肢體的被動運動，覺得在讓先生安心放下的同時，自己也因此內心稍微舒坦一些。最後因病人媽媽要求到家時還有心跳，故協助辦理病危出院。離院前，家屬情緒還是免不了悲傷，但非常感謝我們的護理人員，讓他們在這最後的階段有更多時間陪伴病人。

醫護人員在臨床總是和死神拔河，有時候病情進展得快，無法確保病人的生命健康能夠恢復或維持，此時就要協助醫師向家屬解釋目前狀況，盡早提供給家屬訊息，協助家屬及病人做最後的道別、道謝、道愛、道歉，讓家屬在病人最後的道路上能給予陪伴，沒有後悔或是遺憾。



泡茶的約定

The Missed Tea Time Appointment

■ 文、圖 | 陳玟臻 大林慈濟醫院心蓮病房護理師



於心蓮病房服務近六年，能夠接受「安寧共同照護交叉訓練」，對我來說是難能可貴的機會，格外的珍惜。在共同照護的模式下照護病人，更加需要獨立自主，溝通與關係建立更是比在心蓮病房工作時來得更艱難、更重要。因為在心蓮病房所照護的病人及家屬，都是已經對安寧療護有共識，甚至是前置作業都已經做好了。交叉訓練時期，自己便擔心到一般病房該怎麼跟病人及家屬建立關係，介紹安寧團隊？又該如何與一般病房的團隊溝通？自己又能帶給病人與家屬怎麼樣的幫助呢？

印象很深刻，在交叉訓練的第一天，自己到一般病房接病人，第二個病人是位肝硬化末期的阿伯，因為腹脹、胸悶、失眠、食欲差而住院。第一次去病房探視阿伯時，他當下似乎因為腹脹不舒服而情緒低落，所以對談中鮮少有眼神接觸，在協助使用精油放鬆及腹部按摩後，阿伯終於可以閉目入睡。第二次再去病房探訪，阿伯顯得比較熱絡，還會對我說：「妳要常來看我捏！」家屬也好奇的詢問我「安寧」可以協助病人什麼？得知我能為阿伯緩解疼痛，他們都很開心，彼此的距離，就這樣慢慢拉近了。

接下來幾次也進一步了解了阿伯的家庭支持系統。阿伯有一個女兒、三個兒子，家庭和睦，父慈子孝，因為病情已進展到末期，需要有專人照料，阿伯搬去跟二兒子一家同住，其他孩子時常過去探視。阿伯早年務農，後來當起「土水」師傅（泥作工程），後來當「土水」老闆，個性海派、喜歡熱鬧，喜歡一大家子聚在一起。二兒子是一所國中的輔導主任，個性嚴謹，知道父親的病情治療有限，希望能轉到心蓮病房讓父親舒服些，但因為老人家的一些忌諱也不敢提，照會家庭醫學科安寧共照後，知道我們有臨床宗教師，就希望能有法師去看看他父親。我再去探訪阿伯時，便邀請宗教師同行，事前得知阿伯喜歡泡



陳玟臻（左）與宗教師（右）陪伴病人與家屬。

茶，就準備了茶水點心，邀請阿伯和當日在旁照護的媳婦一起到心蓮的空中花園泡茶聊天。

那一次的經驗讓阿伯感覺很好，當下開口又約下次再一起泡茶。因為週末家人較方便從各地回來，於是他們約了週六早上泡茶，雖然當天為休假日，仍欣然答應陪阿伯，於是那個週末在心蓮的花園就有了第二次的茶會。

前一天阿伯睡得特別好，養足了精神一早就準備好赴約。那次的週末茶會，因家人們都陪在身旁，讓阿伯很感動，也藉機慎重交代了許多重要的事情，讓兒子難以開口的問題得到了答案。在過程中，我覺得感覺很對，便順著引導彼此之間的四道人生，並肯定他們家庭的核心價值，阿伯也向家人講了許多祝福的話。

後來因症狀及疾病走下坡，阿伯有強烈的臨終覺知，告訴二兒子趕緊聯繫我們，趕快通知其他子女、孫子週末趕快回來身邊。原本阿伯已與我們相約要茶敘的，日期也說定了，但還沒到茶敘那天，就接到二兒子電話趕過去看他了。

到病房探視阿伯，與阿伯及他的家屬們討論後，決定當天轉至安寧病房做症

狀控制。阿伯轉到心蓮病房後，我也把握時間向二兒子做臨終衛教，衛教過程中二兒子心情還算平靜，透露他父親的生日將近，所以家屬們明日（週六）會全員到齊來病房為父親過生日。週六這一天，雖然阿伯意識狀態不是那麼清楚，但很配合地參與慶生的過程，除了家人，還有我們心蓮團隊，大家雖滿是不捨，卻也都很開心能夠一同陪伴著阿伯，我們也協助留下全員到齊的珍貴全家福照片。

隔天，週日早上，阿伯在二兒子誦藥師經的過程中安詳往生，就像睡著一樣，家人雖然不捨但還是覺得因緣殊勝，對於阿伯走得如此平靜感到欣慰。後續與臨床宗教師一同去到阿伯家捻香致意時，阿伯的家人們對於團隊這段時間的陪伴不斷的道謝。

其實，我們也被這家人的孝心與孝行所感，雖然阿伯陪伴我們的時間不多，但還好大家齊心合力把握因緣，沒留下遺憾。對於團隊而言，我們的學習成長才是最多的。

在這整個照護過程中，我看見他們整個家族的凝聚力，以及一位父親對子女們的愛與期待，從臉書了解到阿伯與家屬過去的生活，想為阿伯多做一點點，我們一同製作影片贈予家屬做紀念。二兒子傳來的訊息寫著「非常感恩團隊精心製作的影片，認識您們讓父親臨終更圓滿。」這美麗的照護過程，成為我未來職涯的動力來源。



大林慈院心蓮病房團隊總是盡力陪伴，圓滿臨終病人的願。

相處的美感

Aesthetic Feelings Between Nurses and Patients

■ 文 | 張雅萍 斗六慈濟醫院洗腎室護理長



「護理理論」在我過去的思維是一門極度生澀的課程，但卻在慈濟大學護研所學分班課堂中，有了不一樣的收穫。課程中，教授不著痕跡的抽絲剝繭，藉由隨意塗鴉呈現的抽象混亂，引領大家慢慢看見混沌中的具象，一張張生病歷程或照護的經驗透過自我的沉思、構圖、論述，延展出一篇篇的研究方向和題材，足足展現處處是學問，處處藏玄機。

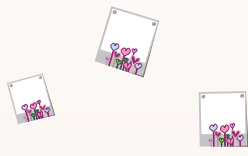
指導教授利用一篇期刊，請我們這些同學論述護理是科學還是常態科學。一聽到教授出的功課，當下滿腦子的矛盾、問號和驚歎號！

對著那篇期刊，一遍又一遍的反覆研讀，一晚又一晚的期待與答案「夢中相遇」，看著孔恩(Thomas Kuhn)的文章，心裡卻想著韓劇的孔劉……

最終，我找到了方向，利用護理診斷的發展歷程來描述說明護理的進化和定位，論述了這個艱澀但卻很有邏輯思維的一個觀點。教授不斷的叮囑，我們的研究故事脈絡必須簡單深入但不浮誇，研究的架構、實境套入護理理論，是讓我們的研究更靠譜、措施更專業，進而達到言之有理的境界。

我問自己，此趟學習旅程我看見了什麼？此趟旅程的價值是什麼？此趟旅程除了身體留下累的印記，心靈的力量在哪裡？

透過護理美學課程延伸閱讀，我終於理解，如果無法從病人身上得到滋養，無法從繁重的工作中看見價值，無法從不同的評估中轉化昇華，那麼我將很快精力盡！原來，在護病間的相處和照護工作中，能夠帶來能量修復的歷程，就是藝術。病榻前的一起凝視、一起談心、一起談論彼此的對話和記憶，緩緩地在病痛中看見彼此的限制！印證了「護理藝術不只是實質照顧，還能達到彼此心靈層次的滿足，就是人與人之間相處的美感」。共好的願力牽引著彼此，走在共好的護理道路上，幸而有妳們，有我。☺



展翅高飛的起點

The Internship is the Starting Point to Fly High in Clinical Practice

■ 文、圖 | 郭元祺 慈濟大學護理學系二年級

基本護理實習是開啟我護生臨床工作的第一步，對於醫院的運作模式還有真正面對病人執行的護理技術，都是第一次要將在課本、學校課堂所學的運用在病人身上。也因為是第一次，所以踏入復健科病房實習前，緊張的心情在無形中給我帶來許多壓力。

兩週下來雖然很操、很累，但我從第一天交班的有聽沒有懂，到現在可以聽懂八成的交班內容；第一次抽血、給藥、傷口換藥的手忙腳亂，到現在愈來愈熟悉每個技術的步驟流程；還有在第一週總是給學姊添亂、幫倒忙，但現在能和學姊合作無間的完成工作；從剛開始面對病人的膽怯還會沒信心到

發抖，到現在可以神態自如的跟病人互動、勇敢的執行護理技術。隨著時間流動，一點一滴地感受到自己的進步還有學習到的收穫，心中滿滿的成就感真的無法言喻！

很幸運在第一次臨床的實習可以在花蓮慈濟醫院的合心九樓病房，和學長姊們快樂的相處氛圍以及對我們不厭其煩的指導，是讓我們快速成長的

郭元祺（右）寫下第一次實習的心情，感謝花蓮慈院合心九樓病房學長姊不厭其煩的指導。左為田淑惠護理長。



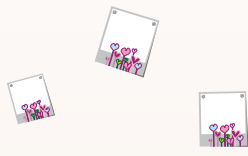
最大動力。在學長姊們的身上，除了體會到學科奠基的重要性外，最重要的是感受到學長姊們對病人的細心、耐心還有同理心，在和病人的互動中總是能敏銳的觀察到病人的需求並予以協助，這些是學長姊們給我們最寶貴也最需要好好學習的身教。儘管每天常規工作事務繁忙，但學姊總是願意給我們很多機會學習，遇到不會或是做錯的事，都很有耐心跟愛心的教我們，讓我們可以一天比一天更進步，心中充滿很多感謝。

在合九的兩個星期，也讓我們對於基護的技術與知識還有許多基礎醫學相關的學理愈來愈熟悉，從病人的診斷、服用的藥物、過去病史都需要查詢相關資料，指導及衛教病人疾病照護的注意事項或藥物的作用副作用等，還有從和病人會談的過程中對於他的生活狀況、家庭背景的資訊有更進一步的了解；而在技術操作的部分，協助病人採取舒適的身體活動狀態、測量生命徵象、給藥、打針、抽血、注射靜脈留置針、傷口換藥和導管護理等等，雖然許多技術在操作上還是不太熟練，但這也顯示出自己還有更多進步的空間，需多加練習，這樣在往後的實習才能更順利！

這一個學期以來，真的很幸運可以擁有這麼棒的組員們，融洽的相處氛圍和愉快的學習態度，互相督促著彼此不斷進步，互相鼓勵、互相合作與幫忙，順利的一起完成一個學期的基護課程及實習；也要感謝老師讓我們可以自主學習，安排自己每天想要學習執行的技術，正因如此，讓我們更主動、積極的協助學姊，並「承攬」許多技術拉著老師陪我們去執行，每天都努力完成自己設定的實習目標，讓實習的每一天都過得非常充實愉快，因此對於整體的實習過程表現是相當滿意的，但也有需要加強改進更進步的地方，如：觀察力、細心程度還有更積

慈濟大學護理學系李彥範老師（後排中）帶領同學於花蓮慈院合九病房進行基礎護理實習，也為同學們在專業技術及態度上的進步感到開心。





極的主動學習，要更細心、貼心，才不會因為自己一時的疏忽造成病人的不適或二度傷害。

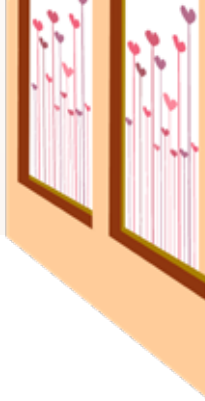
很感謝合九的病人，當我們臨床實習最棒的老師，很願意給我們機會，讓我們嘗試許多臨床的第一次，儘管常常在打針、抽血、打靜脈留置針的時候，因為我們而挨第二針，但他們依舊願意讓我們學習，從他們身上學習到的真的是最深刻也最珍貴的經驗！期許自己可以帶著這分熱忱的心繼續學習，朝著護理的目標和夢想前進！

最後還是想說完這個小故事，這是這次實習過程中最觸動我心弦的故事。

阿舟（化名）是我選擇照護的五十幾歲個案，因到田裡工作不慎跌倒導致左手肱骨骨折入院，但骨折的性質卻是病理性骨折，因此開始懷疑是什麼病理因素引起而做了許多全身性的檢查，後來結果確定為肺癌轉移骨頭導致病理性骨折。起初對阿舟阿伯印象深刻的是女兒的態度，她嚴厲要求所有醫護人員不能將檢查結果告訴病人，因此當我們在執行護理技術的時候，她的眼睛如老鷹般銳利的盯著我們看，深怕我們一不小心會透露病情。她對醫護人



護理系同學們感謝病人們願意給他們練習的機會，朝著護理的目標前進。



員講話的口氣也十分強硬，這樣的態度對第一次進醫院實習的我們而言，無形增加許多的壓力，就連基本的生命徵象測量，站在一旁操作機器都能感受到犀利的目光，所以馬上就被列入我心中的黑名單。

直到開刀前一天的午後，我和同學按照常規測量生命徵象的時間，走到病房門外，卻發現平時房門大開、光線明亮的病房，此時門半掩著室內光線昏暗，我敲門打了聲招呼後，被阿伯的女兒請出門外稍等，後來才知道是女兒已經將病情告訴她父親，所以阿伯情緒相當低落，後來我進去量血壓時，看見阿伯哭紅的雙眼，還不斷告訴我還有多少心願想完成，但現在只能趕快跟兒女交代後事，看著阿伯哽咽的說著，彷彿把所有無力和不知所措的心情，都跟著眼淚不斷傾瀉而出，這一刻我突然深刻的了解為什麼兒女選擇隱瞞病情的原因。

對我們醫護人員而言，都認為病人對自己的病情有知情權，但卻在很多時候常常忽略病人此刻的狀態能不能接受這樣的病情，就像阿伯一直都以為只是手斷掉開個刀、以後生活會像從前一樣，沒想到卻是被診斷出想都沒想過的肺癌轉移，我想如果換做是我可能會更無法接受吧！對比阿伯在知道病情前，每天用三角巾掛著手臂在病房裡走來走去，開朗的跟我們甚至是其他病人聊天，房間也是充滿明亮光線，還不時會傳來阿伯大聲講電話的笑聲，但現在卻整天待在自己病房裡，也都不喜歡開燈，甚至把床簾都拉上，這樣的轉變讓我們看了都很不忍心，何況是骨肉親的女兒，一定更不捨才選擇隱瞞。

後來的每一天，我都會找一點時間去陪阿伯聊聊天，聽他說著年輕時的豐功偉業；聽他說著面對病情的無力和無法接受；聽他說著還有什麼心願想完成；聽他不斷的說著自己的病不會好，有時候聽著聽著都會讓我想起在年初因肝癌轉移而過世的小舅舅，當時也是檢查後得知病情而讓原本充滿活力的他像是洩了氣的氣球一樣鬱鬱寡歡。

儘管很多時候在旁邊聽著阿伯悲觀的話語，都只是安靜的聽而講不出任何安慰的話，但還是希望這分微薄陪伴的心意以及兒女們愛的力量，可以陪伴阿伯繼續度過接下來艱難的治療和考驗！至於我，我知道已經和兩週前的傻樣子不同了，謝謝慈濟醫院的合九病房，成為我護理生涯展翅高飛的起點。☺

TZU CHI NURSING JOURNAL

*Research
Articles*

VOLUME 18 NUMBER 4

AUGUST 2019

志為護理
學術論文

2019年8月 第十八卷 第四期

慈濟護理人文與科學