

實證魅力 優化臨床

戴佳惠 花蓮慈院護理部督導

Evidence-Based Nursing Promoter

Chia-Hui Tai,
Supervisor of Nursing Dept.,
Hualien Tzu Chi Hospital

■ 文 | 黃秋惠 圖 | 戴佳惠

新冠肺炎 (COVID-19) 疫情發生前的某一天下午，在花蓮慈濟醫院第一會議室裡，「實證護理競賽」正在進行，各與賽單位代表需在五分鐘內將文獻搜尋與實證運用的成果呈現出來，主題或大或小，有蔓越莓汁能不能減輕尿道發炎、末期病人的散熱怎麼做有助於舒緩、預防跌倒的手段……但都是為了改善或驗證大家在護理工作中遇到的大小疑問，透過實證來修正或查核正確性。院內實證護理競賽的負責人，是戴佳惠督導。新冠疫情發生之後至今，室內不能聚會，佳惠的工作重點轉為監測疫情期間的病人安全。



2019年，在護理部鍾惠君主任的提攜下，戴佳惠接任護理部督導，承擔的業務重點是護理照護品質管理、病人安全與實證照護。

頂著一頭超短髮的戴佳惠，將近一七〇公分的身高、籃球中鋒的身材，總是穿著運動上衣、運動長褲、球鞋，頸上掛著鈦鍍運動項鍊的中性打扮，進到辦公室後，換上一身白衣制服，戴上護師帽，開始護理工作的一天……

減輕父母負擔 留在花蓮選讀公費

家住花蓮縣吉安鄉，戴佳惠還記得四、五歲時阿公阿嬤的老家是在鯉魚潭路旁一排商家前端、靠近神學院的一間住家，有非常愜意鄉居生活的童年回憶，後來父母在吉安買了房子，一家人才搬出老家。佳惠一路就讀化仁國小、宜昌國中，沒有意外的話應該接下來念花蓮女中，接著就讀大學，她對於未來念醫學系或是當老師莫名有點憧憬。那個年代是高中、五專、師專都會去考一遍的年代，看哪種成績好再決定選哪種學校。只是爸媽在考前順口問了佳惠想不想念護專，有公費念書不用錢，而且畢業就有工作。考試成績出爐，佳惠成績都



慈濟護專二技畢業典禮後，戴佳惠與家人於靜思堂前合影。

不錯，念哪裡都有機會，但她是家中長女，爸爸在紙漿廠是做粗工的，媽媽是家管，四個小孩，她跟最小的弟弟才差七歲，家裡用錢很緊這種話爸媽沒有說出口，但小小年紀的她想一想就懂了，自動去選填五專公費，當時只有林口長庚、慈濟護專（現升格「慈濟科技大學」）有公費資格，那時還必須搭火車到臺北填志願分發，媽媽陪著她去，看著身旁的人密密麻麻填了十幾個志願，他們還奇怪戴佳惠怎麼只填了兩個，而且把在花蓮的慈濟護專排在第一順位。

五專續二技 盡享慈濟校園生活

要開學了，慈濟護專要求所有學生住校，戴佳惠住進位於花蓮市建國路底的學生宿舍，家裡到學校相距才七公里，她開始過著新奇的住校生活，同學自北、中、南、東各區都有，而每個星期六爸爸都來接她回家，一週有五天享受獨立生活的自由感，週末時間可以回家感受溫馨，還可以帶外地同學暢遊宜花東。

雖說住校可以擺脫父母的管束，但其實學校管得滿嚴的，畢竟剛念護專的學生才十六、七歲，佳惠回憶這段青澀歲月，笑著說「很像在當兵」，來自不同地方、年紀相仿的同學一起過著團體生活，四人一室，下課回到宿舍，用餐、晚自習、洗滌等都有規定時段，每晚固定十點熄燈，週末外出要填外宿單……佳惠是五專第七屆，同年也是招收原住民專班的第一屆，當時的原住民專班學



生是打散在不同班級，所以也有族群融合的感覺。除了念書，就是參加社團，籃球社和護理系學會是佳惠主要參加的社團，也曾擔任幹部，交了一些志同道合的好朋友。

對「慈濟」的認識，當然就是從學校的人文課程開始，還有志工體驗活動，讓她有些懵懂的概念；每個月的懿德母姊會，佳惠班上的懿德媽媽是臺北來的，總會分享慈濟的淵源及一些小故事。年紀輕，上這樣的課或聽長輩講這些事，一開始免不了覺得煩，但佳惠的態度是「一切先從不排斥開始，再從裡面找到興趣」，她對護理專業科目也是抱持相同的態度。念書、考試對佳惠來說不難，保持每學期班上前五名，都有領獎學金的機會，領獎學金有一項必要條件是志工時數，所以她會到學生事務處工讀，也掃公廁、校園清掃，寒暑假也留在學校工讀，難怪學校老師們都認識她。再加上她五專念完又繼續念二技，在學校待了七年，對老師們而言，是超級熟面孔了。

五專要畢業那年是 2001 年，學校剛好開立第一屆的護理系二技（二年制護理技術專班）對外聯招，佳惠順利考上，申請延後公費履約，在慈濟科技大學待了七年，二技的學費是用五專時期存下的獎學金來繳，順利完成兩年的學業，取得大學學歷。

就讀二技時期，佳惠談起在大林慈院內科加護病房實習的經驗，就覺得非常有趣。她說：「大林當時沒有像現在這麼好搭車，出了火車站後站，從地下道一直走出來，然後走到大林慈院的路上，整個看到的都是田，我們六、七個人，每個人都帶著厚重的行李箱，拉著走過石子路面，行李塞滿了文獻資料、教科書，什麼都要自己帶，因為那個年代網路不發達。而每天實習結束後，醫院的圖書館也關了，就趁著假日一起搭火車去成大圖書館找資料，蹲在書架的角落翻書查資料，準備寫報告，這也是很熱血的青春歲月。」

選擇內科加護病房 難忘第一次直接面對死亡

在花蓮慈濟醫院內科加護病房實習的經驗成為佳惠決定畢業後走入臨床的唯一選擇，她說：「我覺得這是能夠培養我自主判斷能力的地方。」為什麼不是外科加護病房？她說：「因為我沒有去那邊實習過耶。」

對於護理人員來說，試用期的經歷可能都是一輩子刻骨銘心，戴佳惠也不例外。2003 年下半年，試用期第一個月的某一天，佳惠上白班，有輔導學姊帶著，交班的大夜班學姊說：「這病人狀況不太好，所以等一下要先連絡家屬。」記得當時病人的床位在窗戶邊，家屬才進來到床邊，「這個病人，插著管，我才

第一日照護他，還沒有建立什麼治療性關係……他就要走了！」佳惠的情緒一下子爆發，哭得很大聲，哭得比家屬還慘，「我也不知道為什麼會掉眼淚，或許，這是我人生中遇見的第一個即將過世的病人！」家屬還反過來安慰她。

佳惠回到家中總是報喜不報憂，因為怕家人擔心，只提一些比較有趣的事，佳惠舉例：「因為外觀像男生，在加護病房裡，有的家屬或病人都會叫我『先生』，我就會把這些當笑話跟爸媽說。」

而在臨床的情緒管理，佳惠後來就比較知道怎麼整理自己的情緒，「家屬進來之前，我會先讓自己穩定下來，也準備好應對的方式，讓家屬也能比較安心。」

發現學術研究的魅力 攻讀碩士跨入實驗室

臨床工作三年後，考上慈濟大學護理研究所在職專班，當時學校是每週三、四上課，所以都在大夜班上完後接著上課。研究所跟之前最大的不同，就是要寫研究報告。佳惠發現在內科加護病房，對於「小量噴霧器的清潔方式」，學姊們有兩派作法，一說是要用無菌的蒸餾水去清洗，另一派是用自來水沖洗，但要晾乾。到底哪種才是正確的？她覺得這或許可以當成研究主題，如果得出結論，也可以消除歧異，統一臨床常規作法。

針對兩派說法，佳惠先去找文獻，但沒有什麼相關支持的論文，教科書則是說要用無菌蒸餾水。另一派覺得要用沖洗的方式，理由是萬一病人咳嗽，痰就跑到噴霧器裡面，用蒸餾水清洗力道不夠會清不乾淨，所以要拿去水龍頭下用自來水洗，晾乾後才能使用。臨床的情境有很多變化，所以要做一些驗證。研究主題與目的確立後，佳惠與指導教授李茹萍老師討論，包括研究方法、研究的設計與確效的手法與流程制定，怎麼模擬小量噴霧器有污染和沒有污染的狀態等等。「我們要在實驗室裡面執行，培養固定量的細菌之後，要『種細菌』到噴霧器裡面。」佳惠感謝指導教授幫忙協請微生物免疫學系的林念聰老師來教她，也因此學會了微生物免疫學相關的知識與技術。

研究論文完成後，得以在 2011 年臺灣護理學會的護理研究期刊發表，也據以修正單位的臨床常規。而護理進階 N4，也因此順利完成。

菜鳥阿長從挫折中進化 空降主管柔性融入單位

戴佳惠的臨床護理生涯幾乎都在內科加護病房度過，14 年的時間，除了短暫支援胸腔科及一般醫學內科。而她第一次接任主管職的失敗經驗，也算是得到一場震撼教育。



雖然外貌很中性，戴佳惠一開口，聲音是細細柔柔的語調，笑笑的、很直爽的談起曾經的負面挫折，有種坦然面對的暢快。「我那時候很菜啊。在ICU當代理護理長，要管五、六十位護理師，行政經驗不夠，又擔心做不好，就有很多要求。那時有離職潮，所以人力很吃緊，當我又管得很緊時，就有很多的不滿、抗爭……」佳惠承認自己年輕不懂事，「有時候就很衝，搞得當下的關係很緊張。」也感謝護理部的調整，請資深的陳惠蘭護理長來當救火隊，又同時完成內科第一及第二加護病房的整併，佳惠虛心受教，「在惠蘭阿長的管理之下，我學到很多，也感覺到，有時候真的需要柔軟一點。」

事隔四、五年，2017年10月，戴佳惠接到新任務，要擔任二八東腸胃科病房護理長。她不是原單位晉升護理長，等於是空降，她決定先從基本認識開始，所以花了幾個月跟同仁會談，了解同仁的背景，也讓同仁了解她。她說：「因為我剛來，跟單位不熟，剛好要年度考核……」透過面談，建立了夥伴關係。接下來，她發揮自己重症加護能力的優勢，來幫助一般內科病房的護理學弟妹，「像病人的疾病進展、為什麼病人會出現這樣的狀態？背後有什麼原因，透過

在院內推動實證護理，戴佳惠帶著護理同仁腦力激盪。



我的說明，他們很快就能理解。」資淺的學妹甚至用著崇拜的眼神看著她問：「阿長，妳怎麼會這麼清楚？」尤其是遇到病人的急救事件，誰負責抽藥、誰要做什麼，「像在病房區綠色九號急救時，最怕是混亂，因為訊息飛來飛去，有時人都圍在一起，不知道誰接球。」佳惠發揮在加護病房訓練的經驗，把人力做一些安排，甚至精簡，就不會讓現場混亂。戴佳惠累積了管理經驗與溝通智慧，讓單位夥伴了解她不是來「管」人的，而是來互相成就，讓這個單位變更好。完成階段性任務後，她回到內科加護病房護理長職位，不到兩年，就被拔升為護理部督導，管理業務從一個單位擴及整家醫院。

佳惠感謝章淑娟前主任（現慈濟醫療法人護理委員會主委）十多年來陪伴她從菜鳥變成臨床的中堅份子，也感謝鍾惠君主任給她的現階段任務，「將護理

品質與實證照護連結，有一個循環的概念；從臨床發現問題去驗證，驗證得到的數據也能發表文章變成證據，從學術回饋到臨床。」戴佳惠認同這樣的學術與臨床結合的模式是「有需要這樣做的」，也是一種願景，於是欣然接下任務。

輔導親近學術 一切最終都回到臨床

佳惠考上慈濟大學醫學科學研究所博士班是在 2012 年，但那時就是剛接副護理長、不久後代理護理長的時期，怕分身乏術，便先休學，於 2014 年復學，博士班的論文主題聚焦於糖尿病足潰瘍的傷口照護，以連結健保資料庫分析，同時進行臨床的試驗，於 2020 年取得博士學位，算是完成了精進學業的「大滿貫」。

從擔任主管以來，佳惠的工作重點之一也包含了教導學術發表。「對一般護理人員來講，很害怕學術。多數學弟妹比較擔心的是不知道怎麼看資料。」佳惠分享她的輔導方式，「我感覺，學弟妹會比較害怕英文，如果立刻要大家查國外的文獻，比較不會想去念。所以先從中文找文獻，教大家怎麼看懂資料，這一篇研究裡面給的訊息是什麼。」學弟妹熟悉了文獻的查找方式，再切換為以英文為主，就比較能上手。還有一個好方法就是劃重點，「讀資料時一開始要慢一點，我先幫忙劃重點，讓大家了解這一段在講什麼。」而輔導的人數先從一對一開始，再到兩人或三人小組，有需要再到多人。幾次實證的應用與書寫、報告，都是這樣的方式完成的，也建立了學弟妹的信心，學術發表不再遙不可及。

「學術如果與臨床脫軌，就沒有意義。」戴佳惠能夠在學術上一直往前邁進，是因為能感受到它可以回頭改善臨床的效果。佳惠舉例在碩士班發表的論文，因為有資料佐證，幫助單位修訂了作業標準，而論文還能成為其他護理師撰寫論文時引用的文獻，佳惠說：「感覺還不錯，表示我做這些事情，是有幫助到別人。」

回顧至今的護理生涯，佳惠談及累積成就的養分：「實習的過程養成我的學理與技能，在臨床工作時把比較不足或熟悉的地方加強，透過這樣的加強，跟資淺的學弟妹做一些互動，能用自己理解的方式，讓他們聽懂我的提醒，自己執行到教，然後再回饋到讓執行面更好，就是那個循環，會讓自己很有自信。」體認到學術研究帶給臨床的改善與優化，再加上臨床經驗的傳承，積累出佳惠的護理專業信心，對自己的護理職涯方向更加篤定。☺