

[No. 1]

# 不怕病毒的擁抱

## A Big Hug to a Patient in the COVID-19 Negative Pressure Isolation Room

■ 文、圖 | 陳蓁蓁 臺北慈濟醫院口腔外科專科護理師

### 忐忑

「蓁蓁體溫 39.3」，在醫護人員每日與護理長手機回報體溫的訊息上，出現了發燒的數字。時間回到 5 月 18 日，我在注射新冠肺炎疫苗後的第一天，開始出現發燒、腹痛、頭痛、身體不適的副作用，必須暫時休假。看著新聞播報疫情最新狀況，手機訊息也不斷跳出醫院因應疫情而發布更新的政策和人力動態，心裡正焦灼擔心著醫療的大環境會遇到多嚴苛的考驗和衝擊；回想起十八年前因 SARS 疫情爆發，被派駐支援照護士林區至善園防疫旅館病人的情景，穿著隔離裝備汗流浹背的經驗記憶猶新，也默默祈禱自己的身體趕快恢復健康，因為防疫期間更需要醫護人力。

因應逐漸升溫的疫情，醫院先暫停常規病人手術，所以我原本服務的外科急性病房病人減少，而專責病房必須增加是當務之急，醫護人員的工作內容重新分配更顯得重要。休假期間電話響起，「蓁蓁，專責病房確診病人增加，可以加入支援嗎？」護理長電話那頭傳來人力安排的最新訊息，人正在廚房，手上拿著炒得火熱的鍋鏟……

整理忐忑的心情，準備好後，跟家人們溝通支援計畫。確定家庭有人照應，我一邊開始收拾行囊，準備 3 天後開始支援新冠肺炎專責病房。

### 挑戰

「42 歲女性，有糖尿病病史，於三重醫院確診，在防疫旅館感到食欲差、呼吸不適，血中氧氣濃度 94%，預收 10BXX 床位」、「26 歲女性，懷孕第一胎，預產期 8 月 5 日，因確診新冠肺炎預入院治療」，專責單位的公務群組跳出新病人將入院的訊息，讓大家了解病房動態。「學姊，跟妳確認一下 10BXX 今天是不是要做胸部 X 光攝影和新冠肺炎核酸篩檢」……「學姊，10BXX 昨晚開始呼吸不適，戴著鼻導管時血中氧氣濃度 92%」、「10BXX 麻醉醫師和呼吸治療師已準備好囉，等等要進行插管治療，同意書已簽妥」、「學姊，護理站有電話是 10BXX 家人，想和邱醫師聯繫了解一下病人病情」……團隊成員在護理站和辦公室穿梭著，病房呼叫鈴和聯繫的電話此起彼落。



全副武裝進入隔離病房後，要把所有該做的事完成再出病室。右上是團隊製作來陪伴病人的充氣人偶。

在專責病房，上班的壓力來自於無法自由自在的往返於護理站和病人之間，必須藉由病房內的攝影機傳達到護理站的電腦螢幕，或使用病房訊息群組和病人聯繫。等待醫師查房之前，必須先了解病人前一天夜裡的生命徵象及特殊狀況，與醫師討論病人的治療方向，準備一起著裝進入隔離病室的工作流程，討論的同時會將內容書寫於每日列出的病人清單紙上，做一份備忘錄，反貼於著裝準備室的玻璃窗上，方便讓團隊在進入隔離病室的走廊上，也能清楚看見今日病人的治療項目。

相對地，為了保護自身的安全，要進入或離開隔離病室時，都得天花 10 分鐘全副武裝的穿脫隔離裝備，站在鏡子前好好的從頭到腳審視是否有破洞，也要相互提醒，深怕疏漏了其中一項。這穿脫的標準作業流程雖然費事又麻煩，但護理長細心做了海報貼在牆上提示穿脫步驟，還不時耳提面命，提醒大家寧可慢也不可以疏漏，就是要保護好自己和團隊的安全。

而日復一日繁瑣的工作型態，才深深的體會每次醫院感染控制安排的防護 PPE 穿脫課程的用心，其實就是有備無患。

自己從 5 月 31 日開始加入臺北慈院第 4 個開啟的專責病房照護工作，新的病房設備、新的工作流程、來自醫院不同病房的工作夥伴，需要多久才能培養工作默契呢？當時曾這樣揣想。

原來一切都多慮了，在電腦印出病人清單的那一刻，大家分秒團結在一起，具備強烈使命感的醫護魂，無誤！

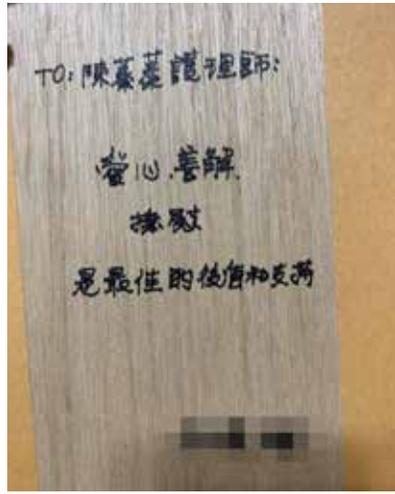
### 拔苦與樂

在照護的病人中令我印象深刻的是一位 50 歲的女性，她的弟弟因工作而染疫，進而導致一家共 6 人染疫。「學姊，某某病人說她吃不下，身體不舒服，整晚呼喊都沒睡，跪在床上不斷磕頭，吵得連隔壁間病友都抗議了。」護理師描述病人昨晚發生的狀況。

在準備著裝進入病室前，先用病房廣播器徵詢病人同意。一進入病室看到病人蜷縮跪在病床上，有如受了傷的小動物般眉頭深鎖雙眼無助，一個直覺就想保護她，於是一把她抱住，一邊安慰她說：「不論妳遇到了什麼困難，妳是最棒的！」想不到，



除了生理上的照護，病人的心靈也要一起照護。



陳蓁蓁給病人的擁抱（左下圖）讓她得到安慰，也在出院回診時送上自己手繪的護理師天使。

她就放聲大哭了起來，然後開始一句接一句的說出她心中的苦。她說，突然被匡列、隔離、確診、朋友排斥、沒了工作與家人分離，親人也確診住院，甚至害怕死亡、永久的別離……，再加上身體上的不舒服，對康復之路的無望感，聽起來是愛別離、怨憎會、求不得、五蘊熾盛苦全部湧上，她才會身心俱疲招架不住而情緒崩潰。

我一直抱著她聽她說，隨著她的情緒逐漸安定下來，只見她反而用哭喪的臉邊啜泣邊問我：「大家都害怕我們，難道妳不怕危險嗎？」、「妳好像都懂了！」她反過頭來擔心我安危的當下，似乎轉移了她的注意力。這時也慢慢卸下她的心防，在陪伴傾聽之後，將防疫防護相關的知識告訴她。

在團隊中與主治醫師、精神科醫師、護理長、醫護人員和社工師討論，讓病人感受到多方的關懷，協助病人聯繫家人間的情感，關心彼此；陪著病人解決身體的不適，規畫短期目標，建立住院生活中的「儀式感」，慢慢讓病人恢復生活可控制的部分主導的能力，共創康復之路的藍圖。

### 感恩與回饋

病人在住院過程承受多方面的壓力和疾病，情緒潰堤，經由醫護團隊照顧的力量，讓她重建自信和恢復健康，終能順利出院。對於茹素 30 年、從事幼兒教育 15 載的她，重新找到生命的價值與生活的方向；她原本個性細心拘謹，在出院後 2 個月期間，



隔離專責病房醫療團隊照護染疫病人毫不畏懼，使命必達。病人平安出院，是大家最欣慰的事。

藉由瑜伽、畫畫、運動、持續進修，讓自己和家人的生活慢慢回到從前。藉由醫院回診的機會，她親自送上這幅用水彩色鉛筆製作的畫，將住院的心路歷程及當時我擁抱她的景象一一呈現出來，讓我感動到淚水模糊了眼眶，或許這就是我當下擁抱她的感覺吧！感受到被愛是這麼幸福的事。

「余謹以至誠，於上主及會眾面前宣誓，終身純潔，忠貞職守，盡力提高護理專業標準，勿為有損之事，勿取服或故用有害之藥，慎守病人及家務之祕密，竭誠協助醫師之診治，務謀病者之福利。」腦海中浮現加冠典禮宣達的南丁格爾誓詞，對南丁格爾的敬意油然而生。發願時時常保初發的心念，實踐慈悲喜捨的校訓，勇於接受挑戰，努力學習安住於心。恭喜病人和醫護團隊們，還有默默在背後支持我的家人們，一起平安攜手度過這場防疫的戰役，有您們真好。