



學姊，請聽我說

Please Listen to Me, Dear Senior

微笑之星的

魔力

The Magic Power of the Smiling Star in Our Ward



「我想成為跟學姊一樣的人，耐心傾聽和照顧病人，同理病人和家屬的心情，給予他們支持及鼓勵。在那麼繁重的工作下，臉上還能時時帶著微笑，是每月微笑之星的常勝軍，真的很不簡單。」儘管戴著口罩，彭莉云學姊發自內心的溫柔，時常很有力量的穿透、傳達給與她接觸的人，那樣的「魔力」，希望我也能擁有。

個性內向也可以當護理師

從小憧憬護理師「白衣天使」的形象，小學時曾擔任班上的小護士，國中之後的志願自然就傾向有護理科系的學校。雖然家住臺北，但和同學一起選填桃園的新生醫專，順利入學就讀。剛開始以為護理師就是幫病人打針、給病人吃藥，病人就會好起來的工作，但念了護專才知道不是只有這樣，加上我個性比較內向，不會積極求表現，實習時不會主動爭取，不是優等生的類型，情緒一度有些低落而萌生退意。幸好有家人及身邊朋友的支持鼓勵，讓我繼續走下去。

我是從就業博覽會看到臺北慈濟醫院的徵才訊息，工作地點在臺北，又有我傾向服務的婦產科護理人力需求，比較了薪資、福利後，就選定來臺北慈院工作。出乎我的意料之外的是，在臺北慈院的這一年兩個月，我自己有很大的成長，一改過去不敢說和吞忍的個性，能夠開口去表達自己的想法和提出疑問請教，這是過去的我難以想像的。

剛來時我是在產房服務，因產婦的產程有不同進展變化，還是新人的我反應不過來，有些適應不良，以為自己可能做不下去了。後來我決定再給自己一次機會，申請調到婦產科病房。雖然迎接新生命令人喜悅，但我發現我更喜歡能跟病人或產婦互動，對於產婦不了解的地方給予解釋，從問題中得到回饋，我很喜歡這樣的過程。

從她們的回饋感受到自己有幫到她們，像教新手媽媽擠奶，雖然會花費很多時間，壓縮到後面的工作甚至會延遲下班時間，但能夠解決她們的問題，不因脹奶不舒服，寶寶也能喝到珍貴的母乳，我就會很開心，辛苦也拋到腦後。我也很高興自己沒有在一遇到挫折時就放棄，今天才能繼續在護理崗位上。

對我來說，病人的健康是最好的回報，病人一句「謝謝你貼心的照顧」或是卡片上「謝謝你這段時間的照顧」的文字，都能帶給我繼續堅持下去的力量。

從婦產到兒科 調整心態面對挑戰

從產房到婦產科病房，還在努力學習中，沒想到因為五月疫情爆發而面臨小兒科和婦產科的整併，得重新學習照護 18 歲以下的病人。婦產科著重衛教，但小兒科則是小型的內外科病房，小到皮膚的蜂窩性組織炎要住院，大到心導管手術、癩癩



發作病人，都是我們要照顧的，這些臨床經驗不曾有過，有太多事項要學習，壓力油然而生；小到小孩打針時如何讓他不會哭、量血壓時轉移注意力，大到做檢查時要有哪些準備；比起以往有更多千變萬化的狀況要去排除或面對。小小孩生病了，不像大人能夠敘述自己這裡痛、哪裡不舒服，有些甚至都不會說話，因此得從頭到腳去評估他到底是哪裡有狀況，才能設法排除他的疼痛或不舒服的感覺。遇到罕病的治療，還要事先統整注意事項，做成 SOP，分享給同仁，彼此交換意見或是和兒科同仁討論，怎麼做能夠讓大家不會出錯，還能做得更快更好。

例如：小朋友來到病房，心理上先就多了一層恐懼感，加上父母不在身邊，不安全感加深。看到陌生的護理人員進去，以為我們是要去打針的，常會說：「不要打針，阿姨 bye bye！」希望我們趕緊離開。這時我會先跟他建立關係，告訴他我只是來看看他好不好，跟他聊一聊；也試著用一些童言童語，跟他說打針吃藥是為了把他身上那些欺負他身體的壞蟲蟲趕走，讓他的身體趕快好起來，可以回家……

兒科成了我工作日常的重心，每天都有突如其來的考驗，如果我一開始就是在小兒科，可能會很習慣這些，但因為不是，就會有心很累的感覺。但我也轉念思考，心疼著生病的小朋友，我也了解他們不是故意要哭鬧躁動。幸好，孩子能夠因為我們的照護而恢復健康，就是很好的回饋。

翁瑞萍（右）感恩學姊彭莉云（左）教導各種臨床照護方法。





感恩學姊的放生與調教

這一路走來，有很多預期內跟預期以外的挑戰。雖然現在已經有比我更新的新進護理師，但在婦產科，我還是資淺的。感謝資深的莉云學姊教給我很多做事方法，有時我不習慣那樣的方法，會請教學姊還有其他的方式嗎？慢慢地，我會在吸收後找出適合自己的工作模式，去把事情做好。感謝她對我的信任，很快放手讓我去做，看似「放生」我，但她又會適時提點我，怎麼做會更適合，讓我獲益良多。

很想趕快適應環境的我，有時不想太麻煩她，想自己做做看，等遇到不懂的再問她。也曾遇到百思不得其解、讓我很苦惱的問題，一請教她，很快得到答案。慢慢地統整消化後，我也找到了自己的做事方法，雖然不盡然跟學姊的一樣，但只要能把事情做好，應該也算好方法。

除了莉云學姊，我也很感恩陳曉玫護理長對我的照顧和提攜。我覺得自己在護理養成的路上走得很不容易，但也累積了成就感，歡迎更多有志一同的新血輪加入。我也想像學姊一樣再精進自己的護理專業，將對病人的照顧做到更好。

我是一個很容易感動的人，我有想過，如果我是在安寧病房，病人離開時我可能會哭得唏哩嘩啦，比他的家人更難過！為了避免自己過於情緒化，寧可在心裡上演「小劇場」，而不把情緒帶給別人，但相對給了自己很多無形的壓力。工作時遇到



的種種考驗，有時候很需要發洩，感謝學姊的傾聽和陪伴，讓我度過難熬的時刻，找到克服困難的心理建設。

不輕言放棄 做好今天的每一件事

每天早上看著鏡子裡的自己，我會跟自己說：「昨天過去的就算了，與其想著它，不如做好今天的每一件事。給自己機會，不要輕言放棄。莫忘初心，記得當初想成為護理人員的那一念心，恆持為病人著想的初衷。」來給自己加油打氣。

護理工作是很有意義、很神聖的工作，一個人做不來，需要團隊的合作。如果回不到過去婦產科和兒科分開的專科，就努力做好它吧，因為人生不可能永遠是坦途！努力去學習兒科病房的知能，共同營造同心協力的氛圍，讓每個人都雖然辛苦卻能甘之如飴。

每個行業都很辛苦，每個病房也各有它難為之處，希望彼此都能用體諒取代指責，將心比心，一句「你辛苦了！」能讓對方感受被理解、被尊重。期盼疫情早日消弭，讓各行各業能恢復正常運作，人人安居樂業。感恩疫情這段時間來自各界以及慈誠懿德爸媽的關心，送來那麼多幫我們打氣加油的食物，餵飽了我們的胃，也溫暖了我們的心，真的很感恩。我會繼續在護理之路前行，向學姊看齊，每月的「微笑之星」，有你也有我。（整理／朱秀蓮）