

心靈的小小檢修站

The Psychiatric Ward as a Little Checkpoint for the Mind



■ 文 | 施有聯 臺中慈濟醫院 3B 病房護理師

「護理師早安！你今天過得好嗎？」、「吃飯了嗎？要記得多照顧自己喔。」、「妳辛苦了，趕快早點下班休息吧！」……親切的問候、溫暖的招呼，在身心科病房的一角，有位女士正努力地用她那和藹的笑容，向每個經過她身旁的人噓寒問暖。她是正值花甲之年的楊姊，本應是待在家中、含飴弄孫的年紀，卻仍在人生的路途中茫然無措，甚至有點苟延殘喘的感覺。

每當我嘗試跟楊姊進行治療性會談時，她總努力的強顏歡笑，聊著最近的天氣，聊著同房的病友，聊著醫院吃不習慣的伙食，卻絕口不提她那脆弱的過往，彷彿那是一處尚未痊癒的痂瘡，仍在隱隱作痛，外人無法輕易碰觸，甚是警戒。這樣的情況，在身心科病房的日常其實滿常見的。畢竟，許多人即使面對自己的親人，很多的事情都無法輕易說出口，更遑論在這來來往往的白色巨塔內那萍水相逢的我們。

儘管偶有熱臉貼冷屁股的時候，但微笑與關心一直是我們在身心科病房工作的祕密武器，毫不氣餒、打死不退，努力地用熱情與真誠、用善意與包容，去小心翼翼的關懷著這些心靈上受傷的病人們，這是我們的天職，也是我們的責任。

偶爾，我也不免對於身心科病房護理師的角色感到疲憊。因為，隨著病人的病情起伏與他們在病房的人際相處，有的時候我們必須擔任和事佬，緩和他們彼此之間的摩擦，有的時候也必須充當調停官，確切的釐清事實；在病人間的衝突、在病房規則的抵觸、在不當行為的發生之後，做出冷靜又正確的判斷，回報醫療團隊現況，並在之後能進行適合的處置。

而近日，楊姊與她的同房室友接連發生口角摩擦，病房內的氣氛更加的劍拔弩張，某一天的下午，終於爆發了。可能是上廁所時不關燈，也可能是睡覺時的關門聲，抑或是深夜時的打呼聲，一些雞毛蒜皮的瑣事，但隨著枯燥的病房日常、擾人的藥物與副作用、甚至不同病情的症狀表現，微小的壓力都容易擴大成為患者之間衝突的起火點，最終引發激烈的爭執甚至扭打。

在一陣咆哮與尖叫聲之後，雙方的主護終於順利地安撫並各自將病人帶離衝突現場。

我帶著楊姊坐在板凳上的一角，靜靜地陪著她，她沉默的不發一語，臉上的表情心有不甘，眉頭緊蹙，好像有許多的話梗在喉頭，卻又說不出來，過了許久，她才終於說出入院以來第一次的真心話：「我累了！」

人生已過半百，但她仍遍尋不著一個可以安心的窩，一個可依靠的對象；前夫是她這輩子一個不願回想的過往，高齡的母親仍蜷縮在小小的床上，每日的照護是她沉重的課題，而長兄不願分擔照護責任；自己那乖巧孝順的孩子因為詐騙被捲入複雜的糾紛，至今仍積欠債務；經過好姊妹的介紹，她以為自己在情感上多年的空窗後終於迎來第二春，殊不知更打擊她的是，被介紹的對象跟她的姊妹居然暗通款曲……



她覺得人生像是一場惡劣的玩笑，她努力地去應對、去接受挑戰，卻一次又一次被打擊。

「有聯護理師你知道嗎？我有次只是想帶我媽媽去公園散散步，可是我一個女人家、個頭又小、力氣又不大，要把我媽從床上搬下來時，不是摔到她，就是弄傷我的腰，而我只能一直努力地吃止痛藥，強忍著劇痛，只為了帶我媽媽去外頭散散步、走走路，因為我看我媽媽只能躺在床上什麼都不能做，那個畫面很辛酸你知道嗎？」

「我知道我的孩子因為貪、因為一時的愚昧而得到了該有的教訓，但是，你知道嗎？我當年出車禍的時候，也是那個孩子寸步不離把屎把尿的日日夜夜用心照顧我，現在他鬧了這樣的事情，你叫我怎麼捨得放下他？」、「我年紀一把了，也不敢有什麼奢求，所以當有個男人好好的對待我，對我溫柔體貼的時候，我真的很開心……可是他們兩個居然這樣對我！我真的很受傷！」，「我一直在忍耐這些事情，可是，我真的很累了，那天，我一邊吞著藥，一邊配著酒，我想，這下子終於可以解脫了……誰知，我在急診室醒來，模糊間聽到醫生說：『如果再晚兩個小時，再慢一點送過來，就來不及了！』那樣的話，我就解脫了！你知道嗎？我真的好恨！家人為什麼要這麼早發現我？只要再晚兩個小時，我就不用再面對那些糟糕的事情了。」她一邊紅著眼、一邊噙著淚，一邊滔滔不絕地把所有的委屈與壓力宣洩出來。終於，她不再忍耐，不用再一個人默默地獨自守著這些不幸的故事。

我一邊聽著她訴苦，一邊默默地遞著衛生紙，終究，藥物只是輔助，很多事情，出了這個病房，我們能幫病人的真的不多。

我經常會跟病人或是家屬解釋，身心科，它其實是一個很特別的單位，它不像一般的內外科，在住院期間乖乖地吃藥、打針、休息、或開刀後，康復就可以出院了，對於病人與家屬來說，精神疾患的真正挑戰，是在出院之後才開始。在住





院期間，這些患者隨時都有護理師的關懷、醫師的專業評估、心理師的準確分析、職能治療的活動帶領、甚至有患者之間的互相鼓勵與打氣，但出院之後，他們將再次面對各自的人生課題，家屬也無法 24 小時專心照護，連最基本的服藥都會因為副作用的干擾，而嚴重影響其服藥意願，在病房裡的感受越是溫暖，回到外界的冷漠與溫差越是殘酷。

最後的最後，她吸了吸鼻子，閉上眼慢慢地長呼了一口氣，對著我說：「謝謝你當我的垃圾桶，聽我說了那麼多的事情，我現在心情好很多了。」

過幾天，楊姊出院了。臨出院的前一天，她向我再次表示感謝，一直以來，她不知這些壓力該如何宣洩，該如何面對，我搖搖頭，請她不用客氣。

很多時候，我總覺得，身心科的病房，像是一個小小的檢修站，當這些患者在外界的壓力下，在人生的道路上出了意外或是心情拋錨了，我們的職責，就是領著他們進廠好好地保養與維修，待到他們充飽電、加滿油、準備好了，再將他們送回賽道上，繼續完成他們未完的旅途；而這正是我們身心科的專業，也是我們的核心理念之一，並且祝福他們，永遠不用再回來。☺