



菩薩心隨處現 聞聲救苦我最先



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

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

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

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

臺北慈濟醫院

Taipei Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
421 新北市新店區建國路 289 號
TEL:02-66289779

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



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

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

嘉義慈濟診所

Chiayi Tzu Chi Clinic, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
600 嘉義市西區書院里 1 鄰仁愛路 383 號 1 樓
TEL:05-2167000

三義慈濟中醫醫院

Sanyi Tzu Chi Chinese Medicine Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
367 苗栗縣三義鄉廣盛村 16 鄰八股路 24 之 9 號
TEL:03-7558666

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

C Contents 目錄

〔上人開示〕
愛心點滴匯入功德海

6

Love Drips into the Sea of Compassion Relief /Dharma Master Cheng Yen

〔社論〕
慈濟人文的境與鏡
文／簡守信

8

The Environment Education and Reflection of Tzu Chi Humanities /Sou-Hsin Chien

〔編者的話〕
慈濟人文寬廣護理心靈 遼闊護理照護
文／張梅芳

10

Tzu Chi Humanistic Culture Broadens the Spirits and the Health Care Quality of Nursing Professionals /Mei-Fang Chang

〔白袍 vs. 白衣〕
幸福搖籃的推手
文／鍾佩穎

12

Nurses Are the Pushers of the Cradle of Happiness /Pei-Ying Chung

〔愛在護病間〕
愛他，尊重他拔管的決定
文／陳諭萱

33

Respect the Patient's Will to Remove Endotracheal Tube /Yu-Xuan Chen

她聽見了這個世界
文／楊紉亘

36

The Little Girl Hears this World /Yu-Hsuan Yang

〔人物誌〕
如暖泉的傷口護理能手
王鈺涵 臺中慈院 7B 病房護理師
文／柯渝菱、曾秀英

38

Specialized in Wound Care & Wishing to Be Others' Healing Spring - Yu-Han Wang, RN of 7B Ward, Taichung Tzu Chi Hospital /Yu-Ling Ke, Hsiu-Ying Tseng

〔志工伴我行〕
穿梭心蓮送溫情
文／連羿婷

44

Thank You, Palliative Care Lotus Ward Tzu Chi Parents /Yi-Ting Lien

〔男丁手記〕
急診高強度考驗
文／林嘉韋

62

My Work in High-Intensity ER /Jia-Wei Lin

〔阿長請聽我說〕
挑戰新專業 意外後的突破與成長
文／陳湘菱

48

Challenging New Profession, Break Through
After Injured Accidents /Hsiang-Ling Chen

資深的洗腎室菜鳥相遇
文／黃湘嵐

52

Two Senior Nurses But Dialysis Room
Rookies Meet /Xane-Lane Hung

〔白衣日誌〕
平凡護理師的不平凡日常
文／吳宜欣

54

The Extraordinary Daily Life of an Ordinary
Nurse /Yi-Hsin Wu

晴天娃娃
文／楊舒婷

58

Sunny Doll
/Shu-Ting Yang

想念阿嬤
文／郭佩蓉

60

Miss My Grandma
/Pei-Rong Guo

■ 封面故事

惜福感恩 p.14 道幸福

Cherish Our Blessings,
Be Grateful, and Be Happy

淺談慈濟人文活動對護理照護的影響 文／劉宣瑤、王怡雯

A Discussion About the Influences of Tzu Chi Activities to
Tzu Chi Nurses' Clinical Practices /Xuan-Rong Liu, Yi-Wen Wang

26 通過考驗 境界亮起來 文／謝宗霖

Pass Through the Tests and Gain Profession /Tsung-Lin Hsieh

28 感恩知足 大福大富 文／廖怡婷

Gratitude & Contentment Brings Blessing & Bliss /Yi-Ting Liao

30 付出同理不心急 文／陳品瑄

Nursing Care with Sympathy /Pin-Hsuan Chen

Contents

目錄 學術論文

- 67 加護病房醫療廢棄物減量之改善專案**
/ 張佳雯、陳孝玲、陳秋婷、蔣玉滿、湯婉嫻、唐玉香
Improvement Project to Reduce Medical Waste in Intensive Care Unit
/ Chia-Wen Chang, Hsiao-Ling Chen, Chiu-Ting Chen, Yu-Man Chiang, Wan-Lan Tang, Yu-Hsiang Tang
- 77 一位食道癌末期併氣管食道瘻管個案之重症照護** / 陳陶霏瑜、葉惠玲
Critical Care for a Patient with End-Stage Esophageal Cancer Complicated
by Tracheoesophageal Fistula / Pei-Yu ChenTao, Hui-Ling Yeh
- 87 一位縱膈腔卵黃囊瘤末期青年之護理經驗** / 王偉靜、楊淑慧
The Nursing Experience of a Young Adult with Mediastinal Yolk Sac Tumor at
Terminal Stage / Wei-Jing Wang, Shu-Hui Yang
- 96 新冠肺炎疫情期間運用安寧照護於一位乳癌末期病人的護理經驗**
/ 林佩真、簡翠薇、陳依琳
Nursing Experience in Providing Hospice Care for a Patient with Terminal
Stage Breast Cancer during the COVID-19 Pandemic
/ Pei-Chen Lin, Tsui-Wei Chien, Yi-Lin Chen
- 106 運用醫病共享決策照顧一位慢性阻塞性肺病病人之急診護理經驗**
/ 張庭、邱秀娟
Experience in Nursing:Using Shared Decision-Making on a Patient with
COPD at Emergency Room / Ting Chang, Hsiu-Chuan Chiu
- 116 一位急性心肌梗塞併心因性休克中年病人撤除維生醫療決策之護理經驗**
/ 翁于茜、林荷璇、趙心瑜、陳幸眉、蘇淑貞
Nursing Experience of Withdrawing Life Support from a Middle-Aged Patient
with Cardiogenic Shock
/ Yu-Chien Weng, Ho-Hsuan Lin, Hsin-Yu Chao, Hsing-Mei Chen, Shu-Chen Su

志為護理

TZU CHI NURSING JOURNAL

第 22 卷 第 2 期 2023 年 4 月出版

Volume 22 · Number 2 · April 2023

- 榮譽發行人** 釋證嚴
榮譽顧問 王端正、林碧玉
社長 林俊龍
編輯委員 王本榮、張文成、張聖原、郭漢崇、羅文瑞
陳宗鷹、簡守信、林欣榮、趙有誠、賴寧生
陳岩碧、潘永謙、簡瑞騰、劉怡均、莊淑婷
總編輯 章淑娟、何日生 (科普人文)
副總編輯 鍾惠君、陳佳蓉、吳秋鳳、張梅芳、張紀萍
彭台珠、曾慶方 (科普人文)
論文主編 王淑貞
撰述委員 王琬詳、方郁文、江錦玲、余翠翠、吳婉如
李彥範、李麗珠、邱思晴、林芷苳、林珠茹
郭仁哲、范姜玉珍、馬玉琴、張凱雁、張綠怡
張雅婷、張美娟、張雅萍、徐惠琪、曹英
陳似錦、陳曉玫、陳依萱、陳月娥、徐少慧
莊瑞菱、陸秀芳、傅淑瑩、程裕藍、馮瑞伶
葉秀真、葉惠玲、黃淑雯、黃君后、黃淑儀
黃惠滿、戴佳惠、廖慧燕、廖金蓮、劉怡婷
劉慧玲、滕安娜、鄭麗娟、鄭雅君、蔡娟秀
蔡碧雀、蔡欣晏、賴惠玲、謝美玲、羅淑芬
魏倩雯 (以上按中文姓氏筆畫排列)
人文主編 黃秋惠、廖如文、許琦珍、林玉娟、林詩淳
洪玉龍、王淑貞
編輯 洪靜茹、林芷儀
美術編輯 李玉如
網頁編輯 沈健民
行政 吳宜芳、林芷儀
封面攝影 賴廷翰
內文攝影 賴廷翰
封面人物 臺中慈院護理師 古思怡、彭嘉蓉
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
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
2023 年 4 月出版
第 22 卷 第 2 期
ISSN 1683-1624

本雜誌內文章版權屬本刊所有，
非經允許請勿轉載或複製。
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

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>



本刊圖片中所有人物配戴口罩規定皆依現行防疫措施。



愛心點滴 匯入功德海

Love Drips into the Sea of
Compassion Relief

常說「施比受更有福」，能付出才是福。善事需要大家一起做，利人在前、利己在後，就如兩腳走路，才能進步，如此不斷去做，帶動社會發展，是人間的福啊！

一直覺得臺灣很有福，無論國際間哪裡發生災難，只要一呼籲，許多愛心人立刻踴躍響應。回想「佛教克難慈濟功德會」成立之初，為維持生活和積存善款，曾撿拾水泥袋再加工，將大袋子拆開，裁剪、黏合成小袋子，乾淨的中間層賣給飼料店，內層和外層擦拭過則賣給五金行裝鐵釘。雖然很刻苦，但每天的點滴累積也可以救濟苦難，大家都做得很歡喜。

當年所援助的第一例醫療個案，是送到宜蘭治療青光眼，花費七、八千元善款，是很大一筆數目，手術結果卻只能看見模糊的影子。儘管感到灰心，也體認到慈善救助需要延續，不只是一次的付出，所以持續勸募會員日存五毛錢，投入竹筒。而現在慈濟醫療志業體，也會在護理站或各科室放置竹筒，讓大家每天投入銅板，會合愛的能量，在需要時能及時付。若保持日行一善的習慣，天天發這一念善心，就能造福天下。

近年來，這分精神已帶動到國際。有一次海外慈濟人為救災勸募，向大眾說明零錢也可以助人，一位老婆婆就掏出銅板投入志工的桶子。旁人說：「妳這麼窮，怎麼還投錢？」她回答：「這一點錢，我買食物也吃不飽，但是投進桶子，這些錢能幫助很多人。」這故事讓人很讚歎！她知道將點滴匯入功德海，與大家的愛心會合，可以讓千人、萬人不必挨餓。

人託人的福，可以讓更多人享福，不只自己付出，我們要發心立願邀請更多人一起造福。期待人人富有愛心，社會更祥和，人間也能平安。☺

釋證嚴



靜思人文
JING JI CULTURE

證嚴法師說故事繪本 【中英對照】

讓深奧的人生宗旨，變得簡單易懂

本系列書籍以生命教育為主軸，選擇生活中常會遇到的難題，如誠實、慈悲、改過等。每一本書包含三個佛典故事，且採用中英對照方式，在閱讀過程中，不僅可以學習英文，並在每則故事最後搭配問題與靜思語，已期每位讀者都能從故事中反思，並獲得受益與啟發。



Master Cheng Yen Tells Stories



靜思網路書軒



靜思書軒

- 《小過受苦報》 The Power of Karmic Retribution
 - 《牧童哭牛》 The Herd Boy
 - 《頭髮築巢》 The Most Unlikely Home
- 每冊定價：420元



慈濟人文的境與鏡

The Environment Education and Reflection of Tzu Chi Humanities

◆ 文 | 簡守信 臺中慈濟醫院院長

2023年2月6日清晨發生的土耳其強震，死傷嚴重撼動國際，證嚴法師呼籲：要為人間愛去付出，拉長情，擴大愛，人愈多福愈大。臺灣動員救災，慈濟也是不缺席。

慈濟救援行動，世界各地慈濟人紛紛響應，醫療志業當然不能缺席。慈濟世界塑造的人文環境，就像一面澄靜清明的鏡子，反射心寬念純的人性美善，讓慈濟醫院同仁長久浸潤下，長養慈悲，面對災難的第一反應就是募心募愛，雙手合十虔誠為災民祈福、捐出竹筒，早化為體內DNA，也是同仁在各種災難遭遇的苦境中見苦知福，化善心為愛心的過程。

想起跟土耳其志工胡光中第一次認識的緣分是2008年巴基斯坦大地震，胡光中是穆斯林，慈濟賑災物資從馬來西亞、新加坡集結到巴基斯坦，他則從土耳其搭貨機來，親手將物資交給災民，還為他們講一段《可蘭經》，他的鐵漢柔情和身段，連滿臉落腮鬍的巴基斯坦人都忍不住掉下感動的淚珠。

直到現在，土耳其慈濟志工還是非常少，這幾年，敘利亞難民流離失所到土耳其一段時間後，NGO團體慢慢撤走了。2015年1月23日，慈濟基金會在土耳其成立「滿納海國際學校」，讓難民兒童能夠繼續受教育，但要給予高於童工工資的補助金，難民父母才會讓孩子就學。

難民孩子，有的截肢、有的失去父母，許多人都很捨不得，但慈濟人想到的是能不能把不捨化為行動力？所以，慈濟為他們設立學校、醫院，這些孩

子在愛的教育下已懂得翻轉手心向下，當 2018 年花蓮發生 0206 地震，或國際間發生任何災難，他們也將手上僅有的硬幣投入竹筒救人。慈濟人文不僅存在於環境，更已植入在心境中。

胡光中始終堅持為難民辦教育，目的是希望在孩子心底植入愛的種子，化嫉妒、仇恨轉為樂觀、助人，建立未來充滿希望的新人生。滿納海國際學校帶給難民兒童、青少年希望，是難民教育的綠洲。因震災牽起的緣分至今讓我念念不忘，只因胡光中師兄真正落實證嚴法師說的「拉長情、擴大愛」。

記得在巴基斯坦地震那次，路途經過一所倒塌的學校，看到斷垣殘壁的牆上隱約可見手印的形狀，感覺上是帶著刮痕的流血印跡。好奇詢問隨行翻譯，詢問當地人才知道，地震發生時，學生看到同學困在倒塌的建物裡，卻怎麼挖也挖不出來，用雙手拚命想救出同學……帶血的印跡留下讓人感傷的故事。

另一次難忘經驗在四川地震。小學操場震災現場，點燃的蠟燭前放著孩子的衣服。原來是地震發生當時，就學的孩子壓在塌下的建築裡，整個人掛在鋼筋上，媽媽目睹自己小孩沒了呼吸，但滂沱大雨中連想抱出遺體都束手無策。母親深深的傷痛，看在去援助人的眼裡、也烙在心頭，全化為無語問蒼天的淚。

兩個地震災區是境也是鏡，反應世間多苦難，但淚水與同情無法解決問題，我們能做的就是響應愛心行動，凝聚更多力量。身為慈濟醫療志業的一分子，需要醫療的地方不論何時、何地都積極參與，用行動聚焦愛的能量，讓當地師兄師姊在土耳其發揮最大的能力，共同努力透過善念開啟有希望的未來。

臺中慈濟醫院「守護生命、守護健康、守護愛」之餘，也兼具發展慈濟人文精神，讓「人文」不只存在活動，更化為 DNA 在每位醫護同仁的言行、善念。

土耳其強震募心募愛活動，眼見護理團隊藉災難外境，投射為鏡像反映珍惜自己的幸福，紛紛響應捐款，甚是感動，期盼同仁繼續在醫院發揮慈濟 DNA 為病人拔苦予樂，在醫院外力行菩薩道。從撫慰苦難人的外境，升起心鏡，時時映照出一分善念、一念慈悲，以誠心、淨心對待人、事、物，讓人心更淨化，社會更祥和。☺



慈濟人文 寬廣護理心靈 遼闊護理照護

Tzu Chi Humanistic Culture Broadens the
Spirits and the Health Care Quality of
Nursing Professionals

◆ 文 | 張梅芳 臺中慈濟醫院護理部主任

加入慈濟這個溫暖的醫護大家庭已逾 8 個年頭，執業護理超過 50 年資歷的我，仍然熱愛護理，而護理也是我願意奉獻畢生的志業。

傳統的護理教育講究護病關係，教導護理師視病如親的病人照顧，不僅僅減緩其生理病痛需求的不適，更要適時傾聽，給予安慰與關懷，減少焦慮和恐懼。護病關係為醫療照護體系的大環節，且對病人病情發展及預後有重大的影響。但對每天工作時間分秒必爭、扛著龐大工作壓力的護理人員來說，要做到分分秒秒微笑面對病人，發揮同理心的照顧，往往到後來因達不到標準，反而引發護理人員的內疚與無助。有些護理人員清楚自己的情緒，打從心底不希望情緒影響臨床表現，但護理人員也是有個人情感的普通人，也只能做到能力所及之處，所以某種程度上護病關係還是會受影響。我自己也曾曾在漫長職業生涯中，多次遇到這種情緒瓶頸而束手無策。

加入慈濟工作後，因緣際會參加了許多人文活動，像母親節、慈濟日、浴佛節三節合一的活動、慈濟手語演繹、慈濟社區推廣素食、人文營隊等，經由各式各樣的人文活動，短暫跳脫臨床工作，沈浸在純真人性美善的氛圍，時而感動落淚、時而撫慰內心受傷的自我，我真正感受心靈得到適當的滋養！另一方面浸淫不同人文活動，看見眾人合和互協，為著實現利他而付出的心寬念純，我也獲得更豐富的精神動力——「感恩、尊重、愛」！

參與人文活動也能跟來自不同領域、各有專精所長的慈濟人互相交流，學習分享到不同特色的待人處事方式，理解慈濟人如何將證嚴上人的教導，落實在生活與工作。更重要的是有機會常常聆聽證嚴上人的藉境開示，高深佛法義理透過上人深入淺出的譬喻與指引，常常可以從別人的真實案例看見微光中透亮的人生智慧，映照到自己個人的遭遇，如同站在山巔遙望，他人的智慧化為無垠的視野，更寬廣了自己的心靈，遼闊了心胸。參與慈濟人文活動，我慢慢體解了上人的引導，我學習到——不論順逆，凡事感恩、尊重，最終初心的願與愛，自然而生，也感覺到心理素質與能力更為增強。

護理工作長時間與病人或其家屬相處，護理人員心理素質的強壯健康是維持護理工作品質很重要的一環。加入慈濟又有幸參與這許多動人的人文活動，讓身為護理人員的我更懂得常懷「感恩的心」，更能同理和更有耐心與病人、家屬溝通，也更了解如何以愛心去化解可能的衝突。進而在管理護理部這個大家庭時，也更能以團隊心和護理人的使命去組織分工。

我更鼓勵辛苦的護理同仁，在工作與生活平衡的前提下，有機會就參加人文活動，短暫跳脫忙亂又有壓力的工作現場，全心投入以利他為目的的活動，就像電力不足的手機，有了行動電源滿滿挹注，隨時就能轉化低潮，轉身又帶著智慧能量，進入護病第一線！

我與護理幹部常常參與經藏演繹，從手語練習到經文唱誦，都是一段靜寂清澄的好時光，律動中輕閉雙眼，隨著樂音經文，舉手投足彷彿籠罩在佛法淨土。上人常讚許演繹好美，我體會這美發自於人文陶冶，內心有了能量，就能在護理忙碌的工作上沉靜下來，從內心聆聽病人、聆聽疾病，面對不同病人與家屬的各樣需求時，心裡也能有一些空間，收容這些需求，再依序處理解決。

依據 ICN 定義，「護理」是改善個人與群體健康的專業，是對處於所有情境、無論是疾病或健康各年齡層的個人、家庭、團體及社區，給予自主性與協同性的照護。廣義的護理定義涵蓋健康促進、疾病預防、及生理／心智疾病、失能與臨終者的照護，參與健康政策擬訂、病人與健康體系管理、以及衛生教育；要有這些面面俱到的能力，非常不容易！可見擁有健康身心靈的護理人員對健全的護理體系實不可缺。從個人力行的經驗，我肯定慈濟人文活動的身心靈培養，能讓慈濟護理人員在工作之餘保持隨時充電的狀態，也是完善護理倫理的重要推手！☺

幸福搖籃的推手

Nurses Are the Pushers of the Cradle of Happiness



鍾佩穎

臺中慈濟醫院婦產科醫師

身為婦產科醫師，工作內容為守護世界婦女健康。東方女性大多犧牲自己為家庭付出且個性較為內斂、傳統、含蓄、堅忍，常將自我健康擺在最後一位，不論是少女時期經期是否正常、經痛狀況；青年時期的孕期保健、生產、子宮頸癌篩檢；老年婦女的更年期症狀、婦科相關癌症，都是由婦產科醫師一手掌握。然而，若沒有護理人員的團隊合作，也是無法提供病人完善的照顧。

護理工作是一門業務量繁雜且具高度壓力之專業工作，護理人員必須與醫師培養良好的合作關係，才能提供給病人高品質的醫療服務。

其中臨床業務包括健康問題之護理評估、預防保健之護理措施、護理指導及諮詢、醫療輔助行為，皆需藉由護理人員的把關。在醫療團隊中，護理人員扮演的角色是個案的直接照顧者、是健康教育者、是醫療照護之協調者、也是照護品質檢測與維護者，對於病人照顧為連續性，與醫師是橫向的合作關係，同時可聯絡各部門工作，進而建立完整的病人照顧。在照護上遵循醫學倫理的尊重自主、不傷害、行善及正義原則，不僅能營造良好的醫病關係，也能在時間有限、情況危急的醫療情況中，醫護共同努力做出對病人最有利，也最能符合道德倫理規範的醫療決策，以病人為中心，以病人安全為優

先考量，更能符合醫學倫理重視人性、尊重生命與全人照護的理想。

慈濟的婦產科是一個有愛的大家庭，醫師、專科護理師、個案管理師、臨床護理人員是互相尊重且分工明確的一個團隊，不會有權威式的指導或責備，當面對少見的案例時，會以科會、跨領域團隊照護、醫學新知共享等方式與不同領域的專家分享照護經驗，對於有關病人安全的疑慮，也會和護理端、醫療端一起分析事件，共同討論改善方案，參考彼此的意見，調整線上的治療計畫並修改相關流程，讓團隊一同成長，給病人最良好的照護。

在婦產科同仁全員的努力及跨團隊的支援下，不但於 2020 年通過 SNQ 國家品質標章認證，更於 2022 年成為全臺灣第一家國際愛嬰醫院，足以可見婦產科的照護品質是可獲得國家認可並與國際接軌。在此，我要深深地對護理同仁說：「有您真好！」而我也以身為慈濟婦產科醫師深感幸福！！



惜福感恩

**Cherish Our Blessings,
Be Grateful,
and Be Happy**

道幸福



淺談慈濟人文活動
對護理照護的影響

A Discussion About the Influences of
Tzu Chi Activities to
Tzu Chi Nurses' Clinical Practices





■ 文 | 劉宣瑤 臺中慈濟醫院專科護理師護理長
王怡雯 臺中慈濟醫院護理部副護理長

「慈濟人文」是什麼？感覺很抽象，很難具體化。此期《志為護理》由臺中慈濟醫院主責，因為全院護理同仁相對他院資歷較輕，而參與慈濟活動讓資深的護理部主管們切身受益，所以設計此期問卷，藉此了解在慈濟醫院工作的你我，參與過哪些活動？留下了哪些足跡？在護理工作崗位及照護的心態上，有沒有什麼樣的變化？

電子問卷發送八家慈濟醫院護理同仁，有效問卷 1,067 人。

問卷基本資料統計

性別	人數	%
女	993	93.1
男	74	6.9
總計	1,067	100.0

年齡	人數	%
≤20歲	12	1.1
21-25歲	238	22.3
26-30歲	234	21.9
31-35歲	137	12.9
36-40歲	126	11.8
41歲以上	320	30.0
總計	1,067	100.0

目前醫院服務年資	人數	%
≤1年	126	11.8
1.1~2年	116	10.9
2.1~3年	86	8.1
3.1~5年	136	12.7
5年以上	603	56.5
總計	1,067	100.0

此次問卷總共只有三道題目，第一題問大家進入慈濟醫院後參加過的活動，第二題問對於護理工作永續力的助益，兩題的選項都是同樣的 15 類別慈濟活動，外加「其他」可以自行敘述。第三題則問大家，參加了慈濟活動對於護理工作的心態有什麼幫助。

歲末祝福盤點淨心靈 祈願來年眾平安

第一題，慈濟八院護理同仁在進入慈濟醫院工作後參加過的活動，第一名歲末祝福，超過七成，71.7%；第二名為早課或志工早會，51.7%，超過一半，

職務別	人數	%
護理師／士	806	75.5
副護理長	49	4.6
護理長	52	4.9
督導及以上	23	2.1
個管師(功能小組)	50	4.7
專科護理師 (含資深護理師)	87	8.2
總計	1,067	100.0

所在院區	人數	%
花蓮	188	17.6
玉里	41	3.9
關山	28	2.6
大林(含嘉義)	274	25.7
斗六	25	2.3
臺北	224	21.0
臺中	287	26.9
總計	1,067	100.0

第三名則為慈濟節慶活動，如母親節、慈濟日、浴佛節等，49.6%，將近一半。而慈濟兒童精進班、親子營或慈少、慈青、慈籃等活動 1.6%，表示是從小就接觸過慈濟的一群護理同仁。

2022 年度，在臺中潭子的歲末祝福剛好是 11 月 12 日醫師節，當天歲末祝福活動的舞臺上，臺中慈濟醫院醫師、護理師及醫技、行政共 68 位同仁深入經藏，演繹〈藥草喻・手札〉及《無量義經》第七至十〈功德品〉，結合法海區整齊劃一的動作，撼動人心。

演繹表演是需要大量時間重複練習的，參與的同仁都是利用公餘之暇，歷經前後一個半月練習的成果。手語種子老師從經文解說到理解手語動作，一步

步引領大家深入佛法經藏，過程並不輕鬆，但最終歡喜收穫，所有參與者都法喜充滿。

神經內科病房護理師萱涵，受主管邀請參加手語演繹，平常要記喜歡歌手的歌詞都自覺腦袋瓜記憶體不足，更何況手語演繹需要手到、眼到、心到、肢體協調，覺得是難上加難。可是當她在照護躺在病床上的病人時，反思「病人這麼不舒服，想起身走走都有困難，比起來，我的身體健康，應該難不倒我。」果然，幾次練下來，她便不覺得難了。就像護理工作，誰沒有菜鳥生澀的階段呢？演繹經藏時，大家都是齊心淬鍊出最完美的時刻，但這是靠所有人不斷努力練習再練習的成果。

歲末祝福是慈濟家庭一年一度大團圓的時刻，會場當天播放 2022 年慈濟大藏經影片，用最短的時間濃縮呈現慈濟一整年來在世界各個角落的付出，一幕幕的畫面示現全球苦難。在臺下的觀眾，眼角餘光一撇，就能見到有人不捨災民難民而落淚，為慈濟人的精進付出無所求而動容。門診護理師月枝就承認她在看到敘利亞及烏克蘭難民的眼淚與無奈，自己眼淚就停不下來，即使是距離臺灣幾千里遠的地方，仍讓人揪心不已。反觀自照，就知道自己有多幸福，要好好珍惜。

胸腔科個案管理師淑雯自從參加過一次歲末祝福之後，就把歲末祝福列為她一定要參加的活動，是每一年結束與開始的必要儀式。還記得 2014 年底的歲

工作科別屬性	人數	%
內科	182	17.1
外科	146	13.7
小兒	30	2.8
婦產	45	4.2
急重症	185	17.3
功能小組	22	2.1
血液透析室	51	4.8
手術室	73	6.8
門診	190	17.8
心蓮	21	2.0
行政	29	2.7
精神科	38	3.6
其他	55	5.1
總計	1,067	100.0



1) 我來到慈濟醫院工作之後，參加過的慈濟人文活動？ (N = 1,067，可複選)

歲末祝福 71.7%

靜思精舍早課或志工早會連線 51.7%

慈濟節慶活動：例如五月母親節、慈濟日、浴佛節三節合一；
七月吉祥月活動；中秋節國際慈濟人醫會年會等 49.6%

醫院志工服務 32.0%

慈誠懿德日活動 28.2%

社區的慈濟活動，如：環保站資源回收、淨灘、捐血、
骨髓捐贈驗血建檔、人文宣導、推素等活動 22.9%

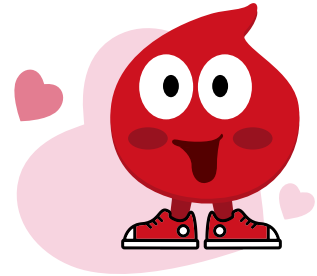
慈濟經藏或手語演繹 17.7%

慈善個案訪視關懷、感恩戶居家修繕與打掃 16.3%

臺灣的慈濟賑災義診或往診 12.9%

尋根：靜思精舍或靜思堂參觀、福田志工、導覽服務等 11.8%

慈濟品書會或讀書會 7.6%



法親關懷 7.2%

慈濟志工培訓課程 6.3%

海外的慈濟賑災義診或往診 3.0%

慈濟兒童精進班、親子營，或慈少、慈青、慈籃等活動 1.6%



末祝福，播放出緬懷外科吳永康主任的畫面時，淑雯哭到不能自己，想到她擔任門診護理師及護理長時，或是跟診與吳永康主任的互動、主任的身影，覺得自己沒有與主任好好的告別，看到回顧影片時深感遺憾。她也要求自己在後續

照顧病人時，能引導病人家屬要道謝、道愛、道別，不致留下生命過程中的懊悔。她也最期待在歲末祝福的最後，有上人的祝福與帶領祈願，用最虔誠的心，感恩過去一年的平安，祝願來年天下無災難。



大甲媽祖遶境，臺中慈濟醫院護理團隊也投入掃街行動。攝影／賴廷翰



2) 我覺得在慈濟醫院參加過的以下活動，對我的護理工作永續力最有幫助的是？（N = 1,067，複選至多 3項）

歲末祝福 45.8%



慈濟節慶活動：例如五月母親節、慈濟日、浴佛節三節合一；
七月吉祥月活動；中秋節國際慈濟人醫會年會等 21.6%



靜思精舍早課或志工早會連線 16.0%



慈誠懿德日活動 12.0%



醫院志工服務 12.0%



臺灣的慈濟賑災義診或往診 10.9%



社區的慈濟活動，如：環保站資源回收、淨灘、捐血、骨髓捐
贈驗血建檔、人文宣導、推素等活動 8.6%



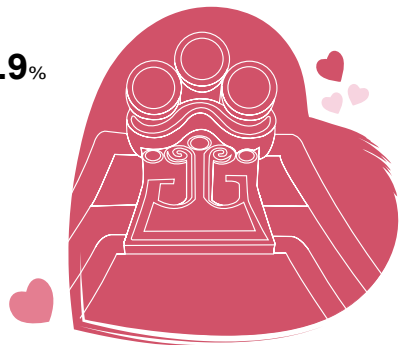
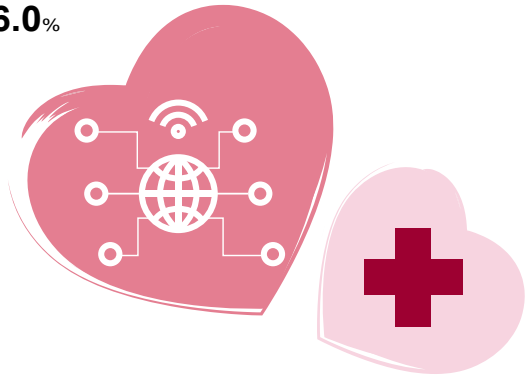
慈善個案訪視關懷、感恩戶居家修繕與打掃 7.9%



慈濟經藏或手語演繹 5.9%



海外的慈濟賑災義診或往診 4.3%



尋根：靜思精舍或靜思堂參觀、福田志工、導覽服務等 3.9%

慈濟品書會或讀書會 2.6%

慈濟志工培訓課程 2.2%

慈濟兒童精進班、親子營，或慈少、慈青、慈籃等活動 1.5%

法親關懷 1.2%

其他 10.2%



啟發善心助人願力 追求心的平靜

對護理工作永續力最有幫助的活動，第一名還是歲末祝福(45.8%)，第二名是慈濟節慶活動(21.6%)，包括五月母親節、慈濟日、浴佛節的活動，七月的吉祥月及九、十月的中秋節國際慈濟人醫會年會；第三名是精舍早課或志工早會連線(16.0%)。緊接著的是慈誠懿德日及醫院志工服務，都是 12.0%，臺灣的義診、往診 10.9%。其他九項活動也各有喜歡的人勾選。至於選擇「其他」的比例有 10.2%，有人也很明白的寫下覺得參加過的活動對護理工作的永續力並沒有關連，或是還沒有機會參加活

動。如同青菜蘿蔔各有所愛，尊重每位護理同仁的選擇，如果用強迫的方式，或帶著反抗心理不願意參與，就體會不出活動的意義了。

在花蓮縣新城鄉的靜思精舍，法師們每天清晨三點半打板起床，四點鐘開始誦經早課，結束後休息一下，早齋之後，於六點五十分就座，七點鐘開始全球連線「志工早會」，一年四季不分寒暑，上人或法師以佛法故事或取最新時事藉事施教，接著慈濟各醫院或教育、人文、慈善志業分享，能夠聽到醫療及其他不同領域的人在生活、工作中的經驗。

臺灣有很多民眾都是從九二一地震之後認識慈濟的，社區護理組的文玉也



是。後來她發現媒體每次報導哪裡有災情，新聞畫面一定出現藍天白雲或灰天白雲的志工在現場，送上熱騰騰的食物讓災民充饑，奉上保暖衣物或是將災民擁入懷中提供安慰，讓她心生嚮往。想不到她後來就加入臺中慈濟醫院的行列，踏上屬於自己的慈濟人文之旅。

文玉記得剛到臺中慈濟醫院報到不久，就參加志工早會連線，因為要比平常早起而稍有些許焦躁，但在〈祈禱〉音樂聲響起後，這分不安幾乎瞬間被撫平。耳邊傳來出席早會的醫院同仁與志工共同虔誠唱誦「我的心在靜思中感恩……我的心念上達諸佛聽……」，細細體會歌詞，發現每詞字彙都被賦予不同意義，當下沈澱心靈，感受從未有過的平靜。

被發現變親切了 潛移默化善循環

護理的八大核心能力，被視為護理學科的核心競爭能力，其中全人照護、以人為本，打造個別化照護，更是臺灣護理的一大亮點。對照聯合國「全球永續發展目標」（Sustainable Development Goals, SDGs）核心基礎內容，護理師是全球主要的「健康照護提供者」，可見護理在健康專業中被重視的程度。尤其針對新生兒、孩童、婦女、成人與老人等相關健康照護議題，護理師扮演舉足輕重之角色不言可喻。護理師可說是健康照護體系人數最眾多的醫療成員，影響著許多醫療照護體系的運作，全球永續發展目標提及有健康的護理師與助產

師，才能使世界更健康（彭，2019）。

參加過義診的護理同仁回饋，走出醫院為有需要的鄉親義診，感覺很不一樣，「民眾帶給我的感動，真的無法用言語去形容，只能說整顆心都被『善』這個字填滿了……」

「我第一次去義診，是幫社區長輩施打流感疫苗，整個手忙腳亂的！」秀莉忘不了長輩們的體貼和友善，「我們是很忐忑不安的，因為地方很陌生，流程及動作都不熟，又怕長輩等我們。結果現場等待接種疫苗的老人家不但沒有絲毫的不耐煩，反而安慰我們慢慢來，不用太緊張。」長輩的善意紓解了她的緊張，融化了當下的不安，而且建立了後續場次的信心。

而對於秀莉，還有延伸加乘的效果；往後自己遇到臨床不熟悉的業務時，只要憶起長輩們的和善，就能快速帶入那分初心，平心靜氣的學習，用更多包容心對待身邊的每個人。她笑著說如今常聽人稱讚她身上「總有一分親切感」，只有她自己最清楚，自己只是想把在義診得到的那分「善」，繼續傳遞給其他人而已。

常懷感恩心 見苦知福更同理

在慈濟醫院工作，參加了慈濟人文活動後，對護理工作心態有什麼幫助？

最多人選的是「常懷感恩心」53.7%，第二是「見苦知福」37.5%，比其他選項高出很多的百分比。

「我覺得『常懷感恩心』是上人給我

3 我感覺自己在慈濟醫院工作，因為參加了慈濟人文活動後，對護理工作心態的幫助？（N = 1,067，複選至多 3 項）

常懷感恩心 53.7%

見苦知福 37.5%

與病人、家屬互動更有同理心 18.4%

處理事務理直氣「和」，不是理直氣壯 13.7%

對病人及家屬更加有耐心 7.6%

更能夠尊重病人、家屬的醫療決策 7.3%

更願意承擔 4.6%

擔任醫病之間溝通橋梁的能力變強了 4.3%

協助病人及家屬的主動性更強化了 2.4%

其他 8.2%



們最好的入門法。」個管師佳霖覺得在慈濟醫院工作最幸福的一件事，莫過於有懿德家族爸爸媽媽及很多醫療志工或社區志工的種種關懷，年節美食，不時的噓寒問暖，付出無所求，而且對著我們不斷道感恩。因此她發現自己不久後也把「感恩」掛嘴邊，因為她接收到的溫暖已經內化在心中，嘴巴說出「感恩」之後，立刻帶動了心裡的那一分感恩意念。

新進人員張孟淳專科護理師是豐原人，自己也不知道為什麼，莫名對慈濟有點排斥，但後來卻有因緣進入臺中慈濟醫院，打破了他對於慈濟過去既有的成見，現在更已經習慣慈濟大家庭的生活模式，跟著蔬食，參加慈濟活動，有時候回家也會忘情地對太太說「感恩」，

讓太太驚呼像是換了一個老公，居然變溫柔了！

現在是護理長的宣瑤也分享她剛來工作的時候最討厭護理長的提醒：「某某床是關懷戶，要多點愛心照護。」因為病人來住院，連衛生紙、尿布這些生活用品都由醫院的社會服務室幫忙準備。我真是百思不得其解，為何這些病人、家屬都不自己去買，又不是多少錢的事，讓人有佔便宜的感覺。

後來自己跟著去參加義診，跟著志工去東勢的深山裡居家關懷，光搭車到他們家就要一個小時。到了一間小平房，門口堆滿雜物跟垃圾，進到家裏面更是充滿著尿騷味跟食物腐敗的味道，客廳有一張很舊的電動病床，上面躺著一位



護理師跟著社區慈濟志工到關懷戶家中協助清理打掃，或是前往居家住診。攝影／賴廷翰

女性，因車禍導致癱瘓臥床十多年，而照顧者居然是她的妹婿，其他家人都過世了。妹婿工作賺錢，下班後就照顧這位阿姨——他太太的姊姊，幫忙更換尿布、準備餐食等等。但就在我們義診的前幾天，妹婿因為在工作中觸碰到高壓電身亡，我們一進門，都還沒打招呼，阿姨就邊哭邊說：「只剩我一個人了！以後怎麼辦？」

天底下居然有這麼慘的事？這麼慘的人？我的內心充滿震驚，不管是住家環境、經濟收入、生活起居這些在我以為稀鬆平常可以做到的事情，放到她的身上，根本就是寸步難行。

後來臨床再次接觸到居家關懷戶的個案時，不用護理長提醒，宣瑢就會不由自主地想要多幫忙他們，幫他們找可用的社福資源，讓他們可以感受到這世間還有溫暖。然後宣瑢的愛心又再往外擴展，她會主動去了解住院病人有沒有什麼需要幫忙又不好說出口的事。「我因為先前的不了解，讓內心被蒙蔽起來，覺得很多病人都不懂得珍惜資源。參加過義診往診後我的反省是，不管聽到什麼事情，一定要自己去了解事發經過再來下定論。給予更多的包容及尊重，每個人的心才會愈來愈充滿愛，這世界才會愈來愈美好。」

選合意的靜思語 境教轉念善行

宣瑢還分享她紓解壓力的祕訣，她會到病房旁的佛堂站一會兒，細細品味玻璃上的文字——法譬如水，能洗垢穢，

若井若池，若江若河，溪渠大海，皆悉能洗諸有垢穢……當陽光穿過玻璃照射在身上時，經文也彷彿也印刻在她的心上，給予她前行的力量。

其實我們護理部編輯團隊一開始在發想問卷時，想請每位護理同仁票選出最喜歡、最受用的一句靜思語，但因為編輯臺提醒上人的靜思語五十多年來超過幾百句、幾千句，是無法票選出十大靜思語，才作罷。

因為在慈濟醫院的環境裡，有時一轉眼，一抬頭，就會看到上人的靜思語，常常會從中得到啟發，或是比較容易跳脫出眼前的困擾或煩惱。

「福從做中得歡喜，慧從善解得自在」、「理直氣和」、「心美看什麼都美」、「世事無常，善接各種生命變化球，人生才能自在」，「時時存善念，恆持感恩心，知福、惜福、再造福，才是真正的『自我祝福』」……你可以接龍填上自己受用的靜思語。

在慈濟醫院工作，我們比較容易接觸到行善的活動，最近的尼泊爾地震、烏俄戰爭，都發生在離臺灣很遙遠的地方，但我們都有機會幫助他們，為他們祈福，參加募心募愛活動，重點是發了善心，有很多人共同一起行善，為自己的人生發揮更寬廣深厚的價值。

參考資料：

彭美姿（2019）。護理師在永續發展目標的角色。《護理雜誌》，66(2)，93-100。https://doi.org/10.6224/JN.201904_66(2).12



[No. 1]

通過考驗 境界亮起來

Pass Through the Tests and Gain Profession

■ 文 | 謝宗霖 臺中慈濟醫院加護病房護理師

身為一位社會新鮮人，慈濟帶給我的一切，都是為之震撼及心懷感恩的。剛畢業踏入臨床時，在醫院工作能看見志工師兄、師姊們不停地在醫院穿梭的身影，穿著整齊且莊嚴的衣服，溫柔且親切的言語，從中能感受到慈濟想要帶給社會大眾的那分關愛及理念，志工們無償的付出、無量包容與慈悲，讓每一位有醫療需求的病人及家屬，感受到慈濟人所帶來的溫暖及關懷。

一位伯伯經過心臟血管外科手術後被送來加護病房，手術後恢復的狀況很不理想，在我照護期間，伯伯插管了兩次，且好幾次因為心臟休克而使用電擊器電擊、CPR，讓我想起實習期間臨床老師的一句話——「醫護人員都是『生』的守門員」；為伯伯急救，我深刻感受到當下是在與死神拉扯，一次次在鬼門關前把伯伯救了回來，也由衷地以身為護理人員感到榮耀、感到驕傲。

而且，伯伯後來生命徵象穩定，接著呼吸訓練，脫離呼吸器，最後能在床邊執行復健運動，一步步透過我們的照護、處置與計畫，成功轉出加護病房！這不就是醫院給新人小卡上的醫院的任務「守護生命，守護健康，守護愛」，我們做到了！真是太有成就感了！

其實，我也不知道自己有沒有受到慈濟人文的影響，但心裡被觸動的時刻，是印象滿深的。

記得有一次參加志工早會，看到連線的他院醫師分享，說到照顧病人時心境會受到這些病苦的考驗，甚至有時醫病之間也會因彼此角度不同而有衝突和糾紛，證嚴上人開示：「這都是考驗自己，過了，境界亮起來，我們那個心，助人快樂。真正地感覺心地風光，真正地體會到了，就像是修行者，好好來思考人間疾苦，很微細的苦，都可以體





會到。」上人說的話打中了我的心，對啊！原來我之前遇到的問題都是給我考驗。

以前遇到病人把情緒對著我們醫護人員發作時，我會很憤怒地爭辯，我明明是在幫助這些病人，怎麼還會被抱怨。直到聽了上人的開示，才了解自己當下是有情緒的，把自己的執念加諸於病人身上，而病人的苦是真實的，因為病苦而產生情緒也是正常的，就像單位的蔡呈祥副護理長時常說的一句靜思語「對的事，做就對了。」，讓我知道守好自己的本心，認真照護好病人，才是最重要的。

我也要在此感謝我們第一加護病房的學長學姊們，感謝您們當我最強大的靠山。不得不說，院內除了人才濟濟，人人深藏不露以外，在教育及教學帶領方面，也是不落人後，總能夠藉由問題本身，引導我們去發現及了解其背後的原因，讓我們這些新進的護理照護者，不單純是盲目地執行醫囑，而能成為有獨立思考及判斷能力的護理師。期許自己能夠冷靜沉著地面對及處理問題，一步步成為讓病人及家屬放心，具有慈悲心的護理師。



[No.2]

感恩知足 大福大富

Gratitude & Contentment Brings Blessing & Bliss

■ 文 | 廖怡婷 臺中慈濟醫院 8B 病房護理長

學生時期有社會教育課程，參加過公益活動、街頭募捐發票、到安養院關心爺爺奶奶，但只是跟著做，心裡沒有什麼感動。小時候也常跟著媽媽看「大愛劇場」，但就像在看別人家的故事，沒什麼切身感。那時候對於慈濟的唯一印象就是——災後會有一群人出現，關心受難的民眾。

高中時期就讀的是幼保科，學習對待小朋友要有耐心，但父親生病住院期間看著照護父親的護理師，覺得護理工作很專業，很吸引我，於是大學選擇就讀護理系，在最後一哩實習，我與同學選擇了臺中慈濟醫院，一走進醫院大門，就看到慈濟志工們親切的笑容，熱心的協助，內心感到溫暖。這是我自己與慈濟的初次接觸。



第一次被安排參加「志工早會」的時候，心裡的想法只有「太早起、好想睡」，無法理解消化早會時上人及精舍師父的開示。但是這幾年下來，覺得志工早會是一段心靈淨化的時間，是一段讓我反思的時間；我懂得珍惜眼前所擁有的生活，也希望趁我有能力的時候，多幫助更多的人。

梨山義診，是我參加過最特別的活動。平常到社區義診可能不到半天的時間，到梨山義診需要兩天一夜，跟著中醫師到梨山山區進行義診，因為在山上，年長者不方便外出就醫，就期待著每個月的梨山義診，可以讓醫師調理身體。山上的居民們看到我們到來，展現的真不是一般的熱情，總是有吃不完的水果，感恩我們願意花時間上山一趟，讓他們的健康有所依靠。而我也體會到「施比受更有福」。

而第一次參加慈濟的歲末祝福活動，內心非常震撼！場



面氣派莊嚴，而且我第一次見到上人本尊從面前經過，一股感動湧上心頭。整場歲末祝福回顧著慈濟一年來的足跡，真的很感動，也感受到大愛的力量。之後每年我都會報名參加歲末祝福，更擔任手語演繹人員上臺表演，把我的感動化為行動，傳達給上人。

還沒接觸慈濟之前，我覺得我的付出應該要有相對的回報，有時候也會抱怨「為什麼總是我？」會去計較誰做得多、誰做得少。但是接觸慈濟人文之後，對待他人變得以和為貴，學會不計較，學會感恩。在照護病人的時候，也會更有同理心的去照顧他們，常常聽到家屬對我說：「謝謝妳，辛苦了。」我也學會對他們說：「辛苦了，感恩。」因為真正在病人身邊照顧二十四小時的是陪病者，他們晚上可能沒辦法安穩的睡覺，真正辛苦的是他們。有了同理心及感恩的心，對照護病人有很大的幫助，我不再經常抱怨，與病人相處也更融洽。

受過慈濟人文的薰陶，讓我在臨床工作處事更融洽，更能以病人或家人的角度去思考，了解他們焦慮的原因，體認他們因疾病受到的煎熬。

當上護理長之後，也希望能夠將慈濟人文對我的影響傳遞給單位的同仁。或許我現在所做與人們口中的大愛還有很大的距離，但每一天的小愛，一點一點的串連，最後將會成為心中的大愛，就如同靜思語「善解知足最大富，感恩包容最大福。」每一天都抱著感恩知足的心，就會愈來愈快樂。



付出同理不心急

Nursing Care with Sympathy

■ 文 | 陳品瑄 臺中慈濟醫院 10B 病房護理師

就讀慈濟科技大學護理系三年級時，榮幸獲得一次到泰國交換學生的機會。當時跟著慈濟志工師姑、師伯們到泰國的郊區進行訪視關懷，三小時的路程顛簸又崎嶇。抵達目的地後，映入眼簾的是一名獨居且行動不便的婦女，床邊堆砌著許多的生活用品，活動空間就這一坪大小，而屋外的垃圾因未及時處理，果蠅四處飛。原來她天生雙腳萎縮，無法行走，平日只能爬行移動，因此雙手及身軀有許多磨破的傷口。慈濟介入協助整理她的家園，並且製作一些簡易的行動工具，加上定期至家中替她沐浴及打掃，讓陽光照亮了她的世界，擁有了對生活的希望。此次親身經歷讓我大感震撼，慈濟人就是這樣不辭辛苦的走進了需要幫助的貧病人家裡，不畏髒亂的動手提供照護和協助，付出了還要向受助者說感恩。這應該就是慈濟的人文精神吧。

床邊說自己的故事 同理病人心

畢業後來到臺中慈濟醫院外科病房服務，大部分病人都是手術後住院幾天就會出院，但還是會遇到一些反覆住院的病人，因為出院又入院、病情反覆，有些病人的情緒也因此起伏不定。

那天有位肝癌病人就因疼痛而情緒不穩，講著話就激動起來，然後抱怨我們這些護理人員無法理解他的苦痛。當時我先安撫他的情緒，然後坐在他床邊，跟他說起了我「當年」的故事，才讓他的心情平靜了下來。

雖然我年紀不大，也是有故事的人！我跟他說的是我當初選擇成為護理師背後的原因。

因為我一出生時，唇部有血管瘤，父母帶著我走遍全臺灣各大醫院求醫，所以我經歷了多次大小手術，也曾進過加護病房，在這些治療的日子裡，小小年紀的我受了不少皮肉苦、傷口換藥的各種疼痛，醫療人員細心的照護、真心的對待與關懷，溫暖了年幼的我，讓我心裡覺得沒那麼疼了，也立志成為像他們一樣溫暖

的醫療人員。這段人生經歷也成為我護理中不可缺的養分，讓我更能去同理病人的苦痛。

臨床半年迎抗疫考驗 自己的心不要急

在臨床工作才半年，就遇到 COVID-19 疫情爆發，工作的病房因此改為專責病房照顧 COVID-19 確診患者。每天需面對從沒經歷過的挑戰，穿上隔離裝備時，感覺自己與世界隔離，在低視覺、聽覺、觸覺及低氧的情況下好幾個小時，隔離衣裡面的衣服濕了又乾、乾了又濕，加上萬一病人病情惡化，讓人措手不及，在如此高壓的工作環境中，覺得一天比一天疲憊。

照顧確診病人的壓力已經在爆表邊緣，真不希望再碰上不配合的病人。誰知道專責隔離病房裡那位 100 歲的奶奶總是要自己下床上廁所，病人跌倒是病房不希望發生的病人安全事件，而且老人家更不能跌倒，她在病房裡又沒有陪伴家屬，但奶奶總是不聽勸，偷偷下床，讓我們覺得相當頭痛。

後來我問奶奶到底為什麼這麼堅持要自己下床去上廁所？才知道奶奶是覺得我們已經很辛苦了，不想麻煩我們，對我們很抱歉……她說著說著落下了眼淚。此時我才驚覺，疫情這段期間，我努力照顧想讓病人早日康復解隔，但卻忽略了確診病人也可能很孤獨，很有壓力。我在照護時，應該也提醒自己放慢下來，傾聽病人的心聲。





死亡很近的恐慌 走過疫情感謝病人

在專責病房的這些日子，讓我覺得原來死亡離我們每個人都是那麼的近，誰能想到確診後的併發症來得又快又嚴重，往往下一秒就是需要面臨生死的緊要關頭。一開始對於經驗不足的我來說，簡直是場巨大的惡夢！面對緊急狀況的發生，我總是匆匆忙忙，不會分辨事情的輕重緩急，只能依靠著學長、學姊們的引導及幫助，每天只能期盼著這些情況不要再上演。

幸好新冠肺炎疫情告一段落，我在最艱難的醫療環境中累積自己的臨床實力。感謝學姊及學長的帶領及指導，我也能獨當一面了。

記得大學時的第一堂解剖課，老師的叮嚀：「要感謝每一位大體老師及日後在臨床會遇到的病人，因為他們都在用生命教導你們。」這段話烙印在我的心底。感謝在慈濟環境裡的每一次活動經驗，感謝遇到的每個人，尤其是我照護過的病人，您們都是我的人生老師。☺

愛他， 尊重他拔管的決定

Respect the Patient's Will to Remove Endotracheal Tube

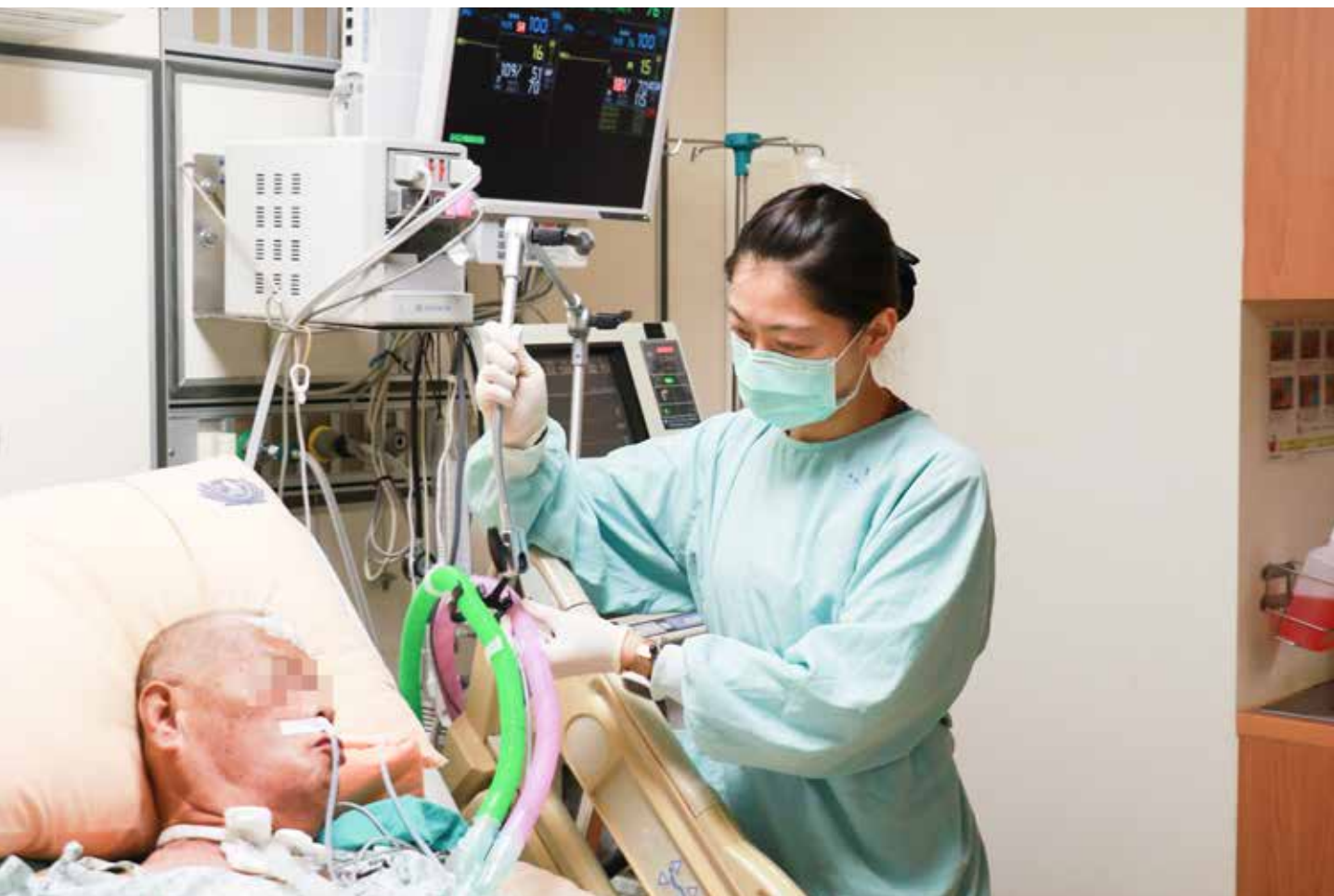
■ 文 | 陳諭萱 臺中慈濟醫院亞急性呼吸照護病房副護理長

亞急性呼吸照護病房的病人大多數都因各種不同的因素而留置氣管內管，由於暫時無法脫離呼吸器，皆需要後續進行呼吸訓練。一位 65 歲罹患肺癌的阿伯，因為吃東西噎到，導致呼吸困難緊急插管入住加護病房，住院多日，呼吸器一直無法脫離，最後轉至亞急性照護病房進行呼吸訓練。

阿伯剛轉來時，眉頭深鎖，心情很不好，無法說話，只能以點頭、搖頭等肢體語言來表達，在床上翻來覆去，怎麼躺都不舒服。每當我們替阿伯翻身換藥時，總是小心翼翼，並不時問阿伯：「這樣可以嗎？會痛嗎？」「現在正在傷口換藥所以消毒會有點痛，需要打止痛劑嗎？」他總是客氣的搖頭表示還可以忍耐，但是他皺著眉痛苦的表情，讓我們實在是不捨，換藥後就會協助調整他的姿勢避免壓迫傷口。

有一天，阿伯的太太跟女兒都來會客，看著他只能用虛弱無力微微顫抖的手寫出「SOS」，太太以為阿伯有點灰心才寫下這三個英文字，為了安慰他，整個會客時間不斷加油打氣：「現在已經在做呼吸訓練，你要加油喔，會愈來愈好的，之後我們就能拔管出去囉！」、「你一定可以的！」但這樣的安慰並沒有讓阿伯受到鼓舞，接下來好幾天的會客時間，阿伯都閉眼不理人，太太與女兒來看他，都只寫著「SOS」並做出要拔管的動作。我們連忙制止，阿伯哭著在紙上寫下「管子拔掉，這樣活著真的太痛苦了」。不管我們如何說明呼吸訓練的狀況或是太太和女兒如何安撫與勸慰，阿伯仍執意要拔管求解脫。家人都被他的舉動嚇壞了，不知所措地哭泣。

我們急忙與阿伯溝通，請他先冷靜一下，立即連絡醫師，讓他感覺我們重視他的感受，耐心地跟他說明拔管的流程，最後阿伯終於冷靜下來，醫師也協助說明阿伯目前呼吸訓練的進度與狀況，且預計兩天後拔管。感覺阿伯的眼睛亮了起來，情緒也平穩許多。



會客時間結束後，太太說：「我先生抗癌，我們都在旁邊陪著，所以知道他身心煎熬痛苦，可還是希望他能對抗病魔……但是他苦苦哀求，我們只好尊重他……」為了不讓家屬覺得「同意拔管」是件錯誤決定，我們對太太及女兒說：「善終是每個人都可以追求的權利，學會放手不是一種放棄，而是一種成全，一種祝福，讓摯愛有尊嚴並無憾的走完人生謝幕，是非常有意義的。」太太及女兒聽完這些話，才放下心中的掙扎，放心尊重阿伯的決定。

等待拔管期間，安寧護理師開始進行家人哀傷輔導。除了大人，小孩的哀傷輔導常被忽略，阿伯家中還有兩個就讀國小的孫子女，所以與家屬約定好時間，讓可愛的小孫女念繪本故事書給阿公聽，引導孫女表達對阿公的愛，也接受阿公就要離開人世間的事實。

小孫女在護理人員引導下，一邊讀著繪本裡的故事，一邊摸摸阿公，其他家人一同聽著繪本裡的故事，表達他們對阿伯的愛。孫子拿了自己畫的畫，對阿公說：「這是我，這是媽媽，這是阿公，我們一家人都在一起……這個是愛心，給阿公



的」、「阿公我愛你，希望你快點好起來喔！」家屬一一對著阿伯深情訴說內心話，眼前這幕讓我們看得不由自主流下眼淚。

對於自己家人能好好地說出愛，是多麼棒的事情！對於癌末呼吸衰竭的病人，身為護理人員，我們能幫什麼忙？無數的醫療處置？最好的藥？還是，尊重病人的決定，然後幫助他，也幫助家人，陪他走完人生最後的一程？

沉重的死亡，是每個人必須面對的人生課題，護理能做的就是引導、陪伴、協助，並將病人及家屬的想法付諸實際行動。阿伯拔管的那天，護理人員一步步引導著家屬與病人說出他們的愛，給予擁抱，說明後續將執行的醫療行為，讓家屬能夠安心。拔管隔天，阿伯轉至心蓮病房，當夜即安詳辭世。阿伯的太太在他轉出亞急性呼吸照護病房、轉入心蓮病房時，不停地向我們道謝，謝謝我們的陪伴，謝謝我們的協助，也謝謝我們幫助他們最愛的家人完成心願。看著阿伯的太太不斷道謝的同時，我的眼眶也不禁泛紅，很開心，阿伯最後的人生圓滿，他的太太因此安心，我想這就是護理工作最大的成就之處。

她聽見了這個世界

The Little Girl Hears this World

■ 文 | 楊紬巨 臺中慈濟醫院 6A 病房護理師

能記得 3 歲半的你在做些什麼嗎？

3 歲半的我是在寵愛我的父母親以及爺爺、奶奶的懷抱中開開心心地成長。而 3 歲半的玉婷，因為雙耳先天性失聰，已經開過兩次置放人工電子耳手術。

第一次看到玉婷一家人，給人一種憨厚且樸實的感覺。

小小年紀的玉婷，因為聽不見，對於外在的一切充滿恐懼，我們要幫她打針、抽血，做任何檢查，甚至只是量血壓，她都不停地哭鬧著，難以安撫。玉婷的媽媽因為先天的智能不足，只能聽從醫護人員的指示協助，但感覺到她作為媽媽對孩子的心疼。第一次手術後，人工電子耳的開機以及調機都十分順利，玉婷也順利平安出院。

第二次看到玉婷是一年之後再入院進行第二次手術，3 歲多的玉婷靦腆地笑著跟護理人員打招呼，對於治療措施熟門熟路，都知道接著要做什麼檢查，都很配合，只是還是怕打針抽血。

他們每次來看診及住院都是坐醫院的交通車，從埔里來到臺中。玉婷第二次住院的時間比較長，爸爸平日務農，負擔一家生計，所以由媽媽留在醫院照顧玉婷，以及比玉婷更小、有些微發展遲緩的妹妹。

玉婷的媽媽帶著兩個孩子，有點像小女孩帶著兩個更小的小女孩，我們護理人員會忍不住會多關心她們。媽媽常常會有些小疏忽，她們有訂醫院三餐，但經常會看到餐點放到隔餐才吃；加上主治醫師對玉婷一家人的狀況十分了解，準備了鮮奶讓小朋友每天可以補充營養，玉婷的媽媽捨不得一次喝完，有時候都會放在室溫超過時間。所以在日常生活中，單位的護理人員們對於玉婷一家人都會多加照顧，病室環境以及飲食方面，都會協助多加注意，也請清潔人員加強清掃。天氣變冷的時候，單位的護理師以及書記也會整理家中小孩穿不下、還很新的衣服、鞋子給玉婷一家人，希望他們能夠穿得暖暖的。

玉婷第二次住院住得久，我們陪伴的時間也長，我們有時代替她媽媽幫她進行身體清潔，幫她修剪指甲。玉婷的媽媽身體不舒服去看門診的時候，我們就協助照看玉婷及妹妹。



我總是想著雖然玉婷聽不見外在的聲音，妹妹發展遲緩，玉婷的媽媽有中度智能障礙，但他們一家人都很樸實，臉上總是掛著對我們醫護團隊感激的笑容，我才真正體會到上人說的：「真正的快樂，是施捨後的那分清靜、安慰與喜悅。」玉婷一家人即使有著缺陷，但也容易滿足，總是對人感恩；看看自己，我擁有的這麼多，我更加珍惜現在身邊所有的一切人、事、物。也祝福玉婷在手術後，聽到了這個世界。☺

如暖泉的 傷口護理能手

王鈺涵

臺中慈院 7B 病房護理師

**Specialized in Wound
Care & Wishing to Be
Others' Healing Spring**

Yu-Han Wang,
RN of 7B Ward,
Taichung Tzu Chi Hospital

■ 文 | 柯渝菱、曾秀英

「學姊，妳為什麼下班不回家，又在這裡跟病人玩？」王鈺涵總是笑眯了眼睛回答：「我來找這些小可愛充電啊！」

護理工作忙碌的一天結束後，鈺涵常會溜到病房去找可愛的爺爺、奶奶聊天，就算失智症的爺爺奶奶講話毫無邏輯，看著他們，就會想起自己也罹患失智症的阿嬤，摸摸他們的臉，握握他們的手，溫暖自己也溫暖他們的心。

讀護理遂媽媽的願 矢志當暖心的溫泉

心懷浪漫，常常這麼做的鈺涵，並非才入行的新進人員，而是十年如一日的資深護理人員。鈺涵在通訊軟體上的個人簽名是「要成為能溫暖別人的溫泉」，原來是有位被她照顧的病人有一天有感而發的對著她說：「妳真是一股溫泉耶！」這句話鼓舞了她，也以此作為護理生涯的目標——能感同身受到生病住院的辛苦，除了細心照護之外，也自我期許化身溫泉，散發源源不絕的關懷與愛。

而會走上護理路，是鈺涵有記憶以來，就聽媽媽在面前說著：「我以前好想讀護理，可惜妳外公不讓讀……」、「鈺涵啊，妳幫媽媽完成這個心願好嗎？」鈺涵貼心的承接起媽媽年輕時候未完成的心願。而且從此以後遇到寫作文，只要題目是「我的志願」，因為目標已定，她很好發揮，總是寫上「我要成為一名可以幫助人的護理師……」。國中畢業順利考上臺中科技大學。

實習獲肯定小卡 心靈滿足

五專三年級第一次進入醫院實習，就是到臺中慈濟醫院。鈺涵至今還記得自己照顧的第一位病人。

那是一位腎臟功能差、即將接受血液透析的阿嬤，由於鈺涵外婆也是一位長期血液透析的病人，這樣的巧合讓當時身為實習生的她，感到格外親切。即使當時的她在護理臨床專業無法給予太多協助，但憑藉小小白衣大士的熱情與熱忱，仍努力的把所學化為淺顯易懂習的衛教內容，利用休息時間去病房陪伴阿嬤吃飯、聊天，分享家人經驗，阿嬤原本的鬱鬱寡歡不見了，漸漸展開笑顏，願意接受血液透析治療。

阿嬤出院前，家人送上了一張致謝小卡，上面寫著「謝謝小護士鈺涵的陪伴，讓阿嬤可以在住院期間展露笑容，放心地接受治療。」短短的幾句話大大撼動了鈺涵的心。當下的她心靈很滿足、很開心，發現自己很喜歡助人帶來心靈的滿足，漸漸地從圓滿媽媽的心願轉化為真正愛上護理，想繼續充實自己，幫助更多人。

大內科的多元挑戰 有家安慰的港灣

鈺涵二技畢業後，鎖定回臺中工作，也可以住家裡。從小茹素，加上五專時在臺中慈濟醫院實習兩次的經驗，讓她問自己：「為什麼不到臺中慈濟醫院工作呢？」想到對醫院的環境和電腦資訊系統都熟悉，又為這項選擇加了許多分，她想著「簡直是一舉兩得」，因此便進入了臺中慈濟這個大家庭。

誰知新人健康檢查時，醫師隨口聊天詢問她被分配到哪個單位，鈺涵回答「7B病房」，醫師回一句讓她背脊發涼的話：「哇！這個單位很操欸！妳要加油喔！」害她心裡一緊，想著「我現在逃跑還來得及嗎？」

7B病房是大內科病房，各式各樣內科疾病的病人以及不同的診斷、藥物、檢查，起初塞滿整個腦袋，常讓她眼花撩亂。更別說滿滿的病房常規與病人的突發狀況，對新人而言全都是高難度挑戰，下班精疲力盡的感覺，得靠媽媽熱騰騰的飯菜撫平，跟媽媽分享照顧病人的大小事情。感謝家人的傾聽，讓她能抒發情緒，但她會自動過濾掉困難和難過的部分，不想家人為她擔心。





建立安心的招牌 安寧療護自己與他人

「要成為當你的名牌掛在牆上，病人會感到安心的護理師。」五專時期老師說過的這句話，鈺涵至今放在心中，並當成護理目標，在一次次學習中累積經驗，打下扎實基礎，讓自己愈來愈專業，讓病人及家屬看到她照護就有信心。

只是生命這件事太深奧，有時不光只是用努力就能懂得，還得靠更多的歲月跟經歷才能參透。鈺涵進入臨床兩年後，一次發現末期病人因嗆咳又未放置鼻胃管而無法進食，當時的她並沒有去整體理解，只靠當下的直觀反應脫口而出：「這樣不是就餓死了嗎？」

家屬對於這樣的決定原本就困惑，鈺涵的話讓他們一瞬間更加自責。護理長從家屬口中得知狀況後，分析給鈺涵聽：「家屬會做這樣的決定是很困難的，他們不希望病人為了進食而必須忍受放置管路的痛苦。」

這件事讓鈺涵驚覺到自己仍有許多不足，竟沒有察覺家屬選擇安寧療護的不捨，身為專業人員應該更能理解和並支持家屬，也因此對安寧療護產生興趣，希望透過足夠的專業知識讓病人在臨終前，能做出生死兩相安的決策。

2016 年，外婆因剪指甲不慎破皮，末梢循環不佳，傷口從一腳趾漸漸到整個足



背都變黑而住院治療，半年後，外婆臥床、反覆肺炎，虛弱而無法自己進食，不時嗆咳，因而瘦到皮包骨，媽媽和鈺涵討論：「是不是要讓外婆放鼻胃管，不然會餓死？」和當年一模一樣的场景，只是這一次，鈺涵是當事者，病人的家屬。跟當年不一樣的是，鈺涵已經擁有安寧療護的知識與技能。全家人在鈺涵的說明下，決定不讓外婆在人生的最後飽受折磨。

鈺涵帶著家人為外婆做了「四道人生」——道歉，道謝，道愛，道別。很巧合，外婆告別式的當天，正好是安寧療護研習會的最後一天，藉著課程，鈺涵為自己進行哀傷輔導。舅舅後來回想說：「還好有鈺涵在媽媽過世前帶我們對她說出這些平常不會說的心裡話……這樣我就沒有遺憾了。」上天巧妙的安排，學習了安寧的鈺涵，本來是要助人，先給了自己和家人最大的幫助。

挖寶傷口護理 職涯闖關堅定行

照護外婆的過程，陸續與老人家的傷口奮戰，鈺涵因此與傷口護理師有更多討論。後來外婆各種不同型態的傷口照會傷口護理師，她都會在旁跟著認真學習。



在鈺涵的眼中，傷口護理師學姊的推車裡各式各樣的敷料，就像百寶箱一樣，幫助病人的傷口好轉比預期快速，有什麼比病人病情好轉更讓人開心的事呢？於是三年前，她接受傷口護理學會為期五天的傷口照護初階研習會，受益良多之餘，也發現踏出舒適圈的世界多麼寬廣。

有了研習會作為基礎，加上傷口護理師提供指導，鈺涵在一年的訓練後，成為傷口護理種子，評估、護理傷口的技巧日漸純熟，後續更主動參加進階傷口照護研習會，精進傷口的照護技巧。她相信，生命的過程和傷口照護都像在打怪闖關，這條路不行就換另一條，總會過關。

從菜鳥到資深學姊，鈺涵很慶幸當初選擇了護理，在病房工作看到許多生命的轉折與結束，始終把照護病人當成自己的責任及使命，透過愛與教學將照護知識及技能傳承後輩。

鈺涵也感謝生命中的每位病人，讓她有能力去付出、學習，在工作與歲月的洗鍊下，收獲豐碩成果，不管是安寧照護或是傷口照護，在護理這條路上，以愛、以善一步一步堅定向前行。☺

穿梭心蓮送溫情

Thank You, Palliative Care Lotus Ward Tzu Chi Parents

■ 文 | 連羿婷 臺中慈濟醫院心蓮病房護理師

一年半前從花蓮慈濟科技大學畢業後，來到臺中慈濟醫院心蓮病房服務，許多人問我為何一畢業就選擇投入安寧的領域？覺得這對二十出頭的年輕人未免太沉重。但我認同「生死有命，富貴在天」，每個人對新生命的到來充滿期待和喜悅，然而親人即將離世卻不知如何面對，我希望透過安寧的照護理念，提供有尊嚴和生活品質的照護，帶給正面臨生死議題的病人或家屬更深入且實質的陪伴。這是我所嚮往的充滿溫度和深度的護理。

「這裡有水煎包，還有媽媽自己煮的紅豆紫米粥，趁熱來吃！吃飽有體力再繼續工作。」「來到這裡工作一切適應嗎？一個人來外地工作很不簡單，有什麼心事都可以跟媽媽說喔！」這是在心蓮病房熟悉又親切的聲音，更是我剛出社會離鄉背井來到臺中工作後，感到特別窩心和溫暖的陪伴者——癌關志工，醫院的癌症關懷志工。在校期間就有懿德爸媽的陪伴，更驚喜的是出社會後仍有癌關志工的關心，讓我在心蓮病房感受到如同一個大家庭，有許多如同家人般關心的志工陪在我們身邊。

記得我第一次面對病人即將往生，周遭的家屬都感到哀傷不捨，我年紀輕也缺乏經驗，內心焦慮無措，癌關志工看見我的不知所措，拍拍我的肩膀說：「沒關係，交給我。」後來我和家屬把病人移到交誼廳後，癌關志工請所有家屬圍在病人周遭，帶領他們唱誦〈懺悔文〉與〈四弘誓願〉，唱誦過程我發現家屬都專注在其中，原本哀傷的神情、緊皺的眉頭也慢慢舒展開來，病人原本急促的呼吸音也愈來愈平順，後來病人就在我們齊聲唱誦佛號的祝福中圓滿往生。

「爸爸在笑耶，他已經沒有病痛了，爸爸謝謝您，我們永遠愛您！」病人的子女放心了。我接著引導所有家屬輪流在病人身邊，牽起他的手、抱抱他並引導向病人最後道謝、道愛、道歉、道別，帶領家屬一起遺體護理，最後深深地向病人一鞠躬，感謝他讓我有緣可以照顧他，成為我的生命導師。



透過這第一次的經驗，我了解到，面對病人即將離開前的那一刻，我們要帶領家屬先安己心，病人才安心。

「我好想吃一碗熱騰騰的沙茶拌麵……」因病倒路邊被送來我們病房的街友廖大哥這麼說。癌關志工得知後，立即像魔術師一樣變出一碗沙茶拌麵端到廖大哥面前，他吃得津津有味也很感動的說：「謝謝您們，我因為年輕誤事而入監獄服刑，所有家人都離我而去。」癌關志工回應：「我們這裡所有人都是你的家人啊！所以你不是一個人！」因為有癌關志工的體貼和無微不至的關心，讓病人得以安心。廖大哥吃完拌麵，隔不久，病房內響起美妙輕鬆的音樂旋律〈快樂的出帆〉，又一位癌關志工吹起陶笛，廖大哥跟著音樂唱了起來，連帶想起年輕時的事，眼角不禁流下眼淚，接著開口說起他生命中的點點滴滴……

媽媽怎麼了，為什麼她一直睡覺都不起來跟我說話？」十歲的宥宥一直大聲哭喊著。癌關志工選擇繪本《我永遠愛你》念給宥宥聽，宥宥說：「以前媽媽

每天都會跟我說她愛我……」癌關志工問他：「那宥宥有沒有跟媽媽說『我愛妳』？」宥宥說：「有啊！我永遠愛媽媽！」經過癌關志工的持續陪伴，宥宥漸漸了解媽媽的狀況，甚至隨時會離開他。癌關志工再帶著宥宥閱讀《風到哪裡去了》，告知他：「死亡其實是很自然的，就像風一樣，以不同的方式存在。」後來癌關志工到宥宥家為媽媽捻香時，宥宥主動分享：「慈濟阿嬤，我覺得死亡是很自然的事喔！」這句話出自十歲的小孩口中，真是令人驚訝。原來，大人小孩都需要正確的生命教育觀念，透過志工示範，才知道繪本、繪畫、牌卡等媒材都可以運用。

臨床護理工作有時會特別忙碌，尤其是在安寧病房裡總是遇見更多的生離死別的場面，每個家庭的狀態都不盡相同，除了病人身體上的照護，更多他們的心理和靈性方面需要有人去理解、同理和陪伴，這部分因為有一群默默付出、身懷絕技的癌關志工們穿梭在病房之間，心蓮病房這一刻聞到一股香噴噴的咖





啡香，下一秒出現美妙悅耳的音樂聲，又不久可能聽到肅穆莊嚴的頌佛聲……
感謝志工爸媽們一直無私地奉獻己長，用心深入陪伴每個家庭，還關心著我們
臨床上所有的醫護人員，餵飽我們的肚子也療癒我們的心靈，實在是足甘心。
有您們，真幸福！☺



阿長，請聽我說
Please Listen to Me, Head Nurse

挑戰新專業 意外後的突破與成長

Challenging New
Profession, Break
Through After
Injured Accidents



家住漁村，父母靠著養殖牡蠣拉拔哥哥、我及妹妹長大，他們最大的盼望就是小孩未來能有成就，爸爸建議選擇護理職業，不僅能學一技之長還能幫助別人，就此走上護理路。而與慈濟醫院的因緣，則是五專畢業想繼續升學也想工作，湊巧得知慈濟醫院距離中臺科技大學騎車只要 10 分鐘，且醫院還提供宿舍，覺得真的太符合我的需求了，就趕緊來到醫院面試，20 歲考上護理師執照就在臺中慈濟醫院就職。

臨床四年再當新人 新阿長陪伴

在病房工作滿四年時，因為想學另一個專業技術就申請院內轉調至血液透析室工作。要學習新技術，要適應這個新單位，幸好有黃湘嵐護理長一路鼓勵、支持及指導，才讓我工作表現愈來愈好。

從病房轉調到血液透析室，隔行如隔山，是一個全新的專業領域，要將自己當作一張白紙重新學習。在血液透析室工作的第一年，技術不熟練，例如：打針經常失敗、上下機不流暢；對於工作常規也不熟悉，例如：月初要抽血，月中要把抽血報告整理完畢及完成腎臟醫學會的資料輸入等；這些不熟練和不熟悉讓我充滿了挫折感，總覺得上班時間都是在混亂中度過。這段期間，湘嵐護理長會隨時與我的臨床教師追蹤我的學習進度及工作狀況，並依照我的狀況調整學習進度，才讓我漸漸上軌道。

遇意外暫停工作 再出發好上加好

來到血液透析室工作的第二年，我的工作已經遊刃有餘。但不幸的事發生了！我自己因意外導致右手的第三、四、五指頭骨折，骨折手術後沒多久，又再經歷一次車禍受傷，覺得自己真是非常的淒慘！因為右手骨折骨釘固定住、左手及左腳大範圍的擦傷，走到廁所只能用跳的。那時候的情緒跌落谷底，也非常擔心不能繼續在血液透析室工作。

很感恩的是，護理長先替我著想了。湘嵐護理長給了我足夠的病假，並且和督導討論我的工作內容如何調整。經過足夠的休息及復健，在骨折後三個月重返職場且工作完全不受影響。真的很感動，我還能回到工作崗位好好的服務病人，而且還順利考取血液透析師的執照及報考護理碩士班。

來到血液透析室工作的第三年，除了臨床照護病人，也學習新的技能，例如：擔任單位的資訊種子，參與每月的資訊會議及協助單位同事處理簽卡問題等；也參加醫院舉辦的品管圈活動，協助找出門診透析個案低血壓的原因，並做出改善方案，最後品管圈分享結果獲得院內第三名、投稿「慈濟 - 百年好合」護理論文獲



第三名殊榮。很謝謝護理長時常鼓勵我並帶著我參加會議，讓我發現護理的多元性，這一年真是收穫滿滿！

完整的訓練與安全防護 防疫時代的勇敢承擔

2019 年底到現在，我想全世界的人類都因 COVID-19 而大亂陣腳，醫療人員更是首當其衝，在照護病人時真的多了一分壓力感，也特別的焦慮。疫情緊張的那段期間，腎友或同仁只要打一個噴嚏，就會擔憂「是不是確診了」？

在 2020 年 5 月時，醫院出現首例 COVID-19 確診個案需要透析治療，我身為這個世代的護理人員，告訴自己要勇敢的去面對並擔起照護病人的責任，因此成為單位第一位要替確診個案進行透析治療的護理師。護理長為了減輕我的心理壓力，





特地送我一個大甲媽祖的香火袋，跟識別證放一起保佑我，也陪我演練多次的防護衣穿脫流程，我要進到負壓加護病房替病人透析時，護理長更是到負壓加護病房再次確認我的防護衣穿著正確，看著我提著所有東西走進病室，才離開負壓病房。我想我能勇敢地擔任起疫情期間透析專責小組成員，有一部分的原因就是我有阿長溫柔的愛支持著！

回首踏入職場八年了，透過醫院系統性訓練，護理長也依照個人狀況安排參加小組長訓練班、急重症訓練班及品管圈會議，現在我非常自豪自己能獨當一面，是一位具備批判性思考能力的護理師，也覺得很幸運能來到慈濟大家庭，來到這個充滿愛的血液透析室工作。



阿長這樣說：

資深的 洗腎室菜鳥相遇

Two Senior Nurses But Dialysis Room Rookies Meet

■ 黃湘嵐 臺中慈濟醫院血液透析室護理長

2005 年進入慈濟體系醫院工作一晃眼間已經 18 年了，擔任內外科病房行政護理主管也 8 年多，學習到很多管理的手法，但覺得似乎少了什麼，於是 2 年前在護理部主管的鼓勵下，轉調至血液透析室擔任護理長，頓時讓我變成菜鳥。洗腎室的同仁都很資深，也很友善，對於我這位行政主管界的老鳥兼血液透析領域的菜鳥，給予很多建議和回饋，讓我倍感溫馨。

主管的行政業務對我來說不陌生，但透析領域的行政業務卻需要花時間才能上手，同時間要學習洗腎的相關技術與知識，但有心就不怕難，經過一年多的時間終於考取血液透析證書，雖然還有很多要學的，但至少讓我在透析領域更有信心一些。

初次見到湘菱，覺得她是個話不多的學妹，也是從病房轉調來洗腎室，和我的狀態一樣，只是我們職務不同。雖然湘菱在內科病房已經是 4 年多的臨床老鳥，但不會擺出學姊般的高姿態，反而像新人一樣虛心學習，在和腎友互動時也謙卑有禮貌。而且她在知道某幾位腎友經濟狀況不好，營養比較差，會主動將廠商送來的結緣飲品給腎友喝補充營養，深受諸多腎友讚美。

去年 5 月初，新冠肺炎疫情再次升溫，短短幾天內全臺灣確診人數從百位數上升至萬位數，多到嚇人，我們醫院開始收治確診病人，正當我在煩惱洗腎病人的動線和護理師人力如何安排時，湘菱提出很多不錯的意見，包括動線的安排、確診病人透析排程等等，甚至放棄自己的休假時間跟我一起規畫安置專責透析空間。同一時間她也表達願意承擔洗腎專責小組成員，進入專責協助病人透析治療。

我們單位的防疫戰役真的開始了，加護病人收治了第一位透析確診病人，當天雖然我休假，但我不放心，來到醫院與湘菱一起做進入隔離病房的準備。她



不疾不徐地穿戴整套隔離衣，小心翼翼的著裝完成後，在防護衣帶來不方便的笨重中盡可能俐落的推著透析機器進入專責加護病房。在隔離室裡的她一切就緒後，對在室外的我比個讚，請我安心，她也順利完成第一位確診洗腎病人的透析治療。後續，她也肩負起訓練加入專責小組的新成員進行穿脫隔離衣，確保自身的安全。

湘菱個性隨和，常常會主動幫助同儕，看起來沒什麼脾氣，但有一次可能是工作、學業及人際相處的壓力頓時累積在一起的感覺，她突然情緒崩潰地哭了。我拍拍她，告訴她：「沒關係，妳哭吧！哭也是一種壓力的宣洩。」靜靜地陪著她，陪著她情緒平復。

過去一年來，湘菱承接單位資訊種子，參加 TQM 品管圈，也代表單位對外進行海報發表，盡情發揮了自己的才能！而她的一些小舉動，也常常帶給我小感動；發現我行政業務忙不過來時，從旁協助；當我身體疲累時，帶著我放鬆一下筋骨，提醒我該休息、該下班了……讓我覺得，我們的同仁長大了，在專業上更成熟精進，而且與人的互動更懂事貼心。

在管理這條路上跌跌撞撞的學習，慶幸一直以來都遇到貼心的同仁。沒有人生下來就十全十美，都要經過訓練和彼此的磨合，才會讓單位的未來更美好。人與人相處互相尊重，人人有愛，彼此之間才會和諧，同儕或家人都是如此，期許自己能更有智慧的完成身為護理長的每一項任務。☺

平凡護理師的 不平凡日常

The Extraordinary Daily Life of an Ordinary Nurse

■ 文 | 吳宜欣 臺中慈濟醫院加護病房護理師

護理師是大家口中的「白衣天使」，不只是穿著白色制服，還要擁有一顆像天使般的心，讓病人可以很放心讓他們來照顧。喜愛幫助人的自己終於如願成為白衣天使，不過在加護病房服務的我，是穿著藍衣的白衣天使。

轉眼在加護病房六年，一次又一次看見重症病人與死神搏鬥，更艱難的是面對病房外焦急的家屬，讓他們知道病人病況走下坡的事實，心裡的壓力極大，影響工作情緒，恐懼、退縮、想放棄的念頭不時冒出來，在這兩千多個日子裡無數次問自己：「我是不是不適任這份工作？」



在加護病房照顧過許多生命末期的病人，生命僅剩呼吸管、鼻胃管、洗腎管路等插滿整身的醫療儀器陪伴，無法脫離。醫護人員在替患者抽痰、例行性治療時，病人雖百般痛苦，雙眼空洞凝視天花板，但到最後連說「不」的力氣都沒有了。「醫療儀器」是延長生命？還是延長痛苦呢？即使醫療團隊盡最大能力搶救，但死亡仍會帶走生命最後的一絲喘息。一幕幕生離死別的場景，若未親身經歷，很難理解安寧醫療的重要性，也因為這樣讓我很想接觸臨終照護領域，希望不再只有冷冰冰的儀器，而是如何協助臨終病人做一些不一樣的事，讓醫療過程更有溫度！

一次機緣被安排至心蓮病房交叉訓練一個月。心蓮病房和我想像中不同，這裡不是一個宣告生命無救的絕望之地，而是充滿歡樂的笑聲，集結許多關懷與愛的地方，安寧緩



和照護團隊除了護理師，還有醫生、社工、宗教人士等人，共同幫助邁向死亡過程的臨終病人及面臨親屬往生的家屬們，幫助緩解他們身、心、靈上的苦痛，維護病人生命的尊嚴，陪伴著他們一起走到最後。期許自己這一個月學習的照護經驗，回到加護病房能好好運用。

回歸加護病房工作，四面八方傳來各種維生儀器警示聲及病人痛苦的呻吟聲，突然間有點無法適應。這天從急診室轉來一位 87 歲肺腺癌末期的奶奶，因呼吸喘而必須戴正壓呼吸器治療，不宜脫離氧氣面罩太久，也因此無法從口進食，但奶奶拒絕放置鼻胃管，她堅決的表示她要靠自己吃飯，不然寧願不要吃，家屬也遵照病人的意思。經過兩週的藥物治療後，順利脫離正壓呼吸器，奶奶可以拿下氧氣面罩吃飯了。

但因前段時間使用呼吸器造成口腔乾燥及潰瘍，奶奶連喝水都痛，所以我把在

心蓮病房學會的技巧教導給家屬，讓奶奶口腔情形改善很多，開心吃著家屬為她準備的食物，面露滿足的笑容，奶奶說：「我不需要呼吸器，能自己呼吸很好，沒有放鼻胃管也很好，我現在可以吃美味的食物。」

雖然順利脫離呼吸器，但主治醫師向家屬說明：「奶奶的腫瘤增長速度太快，已經無法用藥物控制，病情隨時有突然惡化情形……」醫師表達奶奶的生命大約剩下一個月，安寧療護或許是個選擇。奶奶的兒子當下無法接受，我回應他：「奶奶本身已經肺腺癌末期，當住院頻繁、住院天數愈來愈長、間隔愈來愈短，就代



表生命可能接近末期了，她意識清楚，能讓她為自己的生命做主，是再好不過的。很多兒女希望父母活著，卻不知道他們活得很辛苦！」兒子跟我聊，讓我知道他的擔心與不捨，我讓他知道安寧療護能讓奶奶保有生命的尊嚴及生活的品質，減緩疼痛。再加上安寧團隊的努力，家屬能接受了。

奶奶轉至心蓮病房這天，她的兒子及媳婦送我一本筆記本，囑咐我要等他們離開後才能打開，並握著我的手說：「謝謝妳讓奶奶在加護病房這段時間得到很好的照顧，不僅僅是疾病護理，更去了解她心靈需求，耐心的餵她吃飯，解決她的各種不適，她真的很感謝菩薩，讓她遇到如此細心的護理師；對於我們家屬也很關心，知道我們對很多醫療處置不清楚，都會仔細說明，讓我們很安心。」

下班後我打開筆記本，發現裡頭有卡片，上面寫著「吳小姐，非常感謝妳，關懷照顧母親，祝平安」。其實照顧病人時沒有想著要得到回饋，只是想著把我在心蓮病房學習的經驗運用出來，但第一次收到如此真切的感謝，我真的很感動。

奶奶轉出後的第三天早上，我醒來時隱隱約約夢到奶奶，心情有點忐忑，於是我決定到心蓮病房探視奶奶和家屬。抵達時，同仁告訴我，奶奶在清晨時已經「圓滿」了，在家人的陪伴中平靜離世。這時我看到奶奶的媳婦朝我走來並抱住我大哭起來，我強忍著眼淚輕輕拍拍她：「奶奶沒有痛苦，可以安詳了，她會跟著菩薩到極樂世界去，你們要好好繼續生活……」媳婦說：「我情緒如此激動是因為看到妳，妳跟奶奶很投緣，她也剛好選擇今天。謝謝妳的用心及加護病房給我們的幫助，今天我們很不捨，但很開心媽媽最後這段路沒有痛苦、沒有掙扎，就像睡著一般，也要謝謝整個醫療團隊努力，讓一切都圓滿。」

經過心蓮病房一個月的洗禮之後，深深覺得重症護理師，除了具備重症護理知識與專業技能，也要能並運用同理心照護病人及家屬，在忙碌護理工作中，時時提醒自己，面帶微笑多一點耐心傾聽病人的需求，治療過程中多問候幾句、多一點關心，引導病人及家屬情緒抒發，協助度過悲傷期，雖然無法改變病人疾病最終的結果，讓他們能夠感受到溫暖與尊重，是我想追求的護理精神價值。

回首護理工作，一路走來的酸、甜、苦、辣，我願初衷不變，能把白衣天使的角色扮演好，做個平凡護理師，但有著不平凡的日常。我謝謝奶奶讓我領悟視病猶親的道理，也謝謝家屬給我溫暖的擁抱，得到他們的信任，給了我最大的動力，讓我疲憊的生理及心靈再次充滿能量，繼續發掘生命的美好與意義，繼續從事我熱愛的臨床工作。

晴天娃娃

Sunny Doll

■ 文 | 楊舒婷 臺中慈濟醫院 9B 病房護理師

護理在我心中本就是個不求回報的工作，我們參與了病人人生中的喜怒哀樂，甚至在某些時刻，也當起家屬與病人之間溝通的橋梁。臨床工作，我秉持著做每件事都要問心無愧的態度，因為護理師是照顧病人的第一線，也是保護病人的最後一道防線。

這些年，除了提供病人疾病相關照護外，更喜歡與病人聊天，分享生活上的大小事，讓住院的病人及陪伴的家屬覺得我和他們並不只是提供護理技術照護的護病關係，而是希望他們在住院期間也感受到家的溫暖。

還記得那天我一如往常的拉開病床的圍簾，打算接著為病人量血壓、給藥時，看到的是阿姨淚流滿面憂愁的臉。

這位阿姨從陪伴她的丈夫住院的那一天開始，就顯得憂心忡忡，動不動就鼻酸、

流眼淚，連我在為她先生消毒管路的時候，她光看著引流管也流下眼淚。當時心想，我在臨床工作已經太習慣病人身上有引流管，覺得只是護理常規的一部分，但對病人及家屬，原來是晴天霹靂般的存在，他們的生活瞬間脫軌了。

阿姨對於她先生要做的任何檢查、每一種治療，總是追根究柢，非要問個清楚為止。「老公是我唯一的支柱，我們原本打算去美國找女兒，順便玩一趟的……」我手上動作不停，一邊聽阿姨說著他們的故事，「現在只能用手机跟女兒視訊。而且我老公平常不抽菸、不喝酒，吃也很正常，到底為什麼會得胃癌？」

下一次進病房，看到默默坐在病床邊的阿姨臉上還是掛著淚，問我：「護理師，我老公他都吃不下，什麼都不吃，怎麼辦？」





這樣下去也不是辦法。跟他們聊天時知道了病人喜歡吃些什麼，沒隔幾天，我在晚餐時間端一碗熱騰騰的粥過去給病人吃，送上我做的晴天娃娃，還有一張卡片，上面是我給阿姨的祝福——「相信雨過天晴總會看見一片雲彩，也別忘了，每天要像晴天娃娃一樣微笑哦！」我讓阿姨知道，雖然他們女兒不在臺灣，難過時，我可以代替遠方的女兒給他們一個擁抱。我希望做一點點事，讓阿姨不再想哭，能開心起來。

除了病人，照顧者也是需要我們介入關懷與支持的對象。雖然平常我們難免遇到「問題很多」的家屬，讓已經夠忙的我們還要花時間回應、處理他們的問題，安撫他們的不安，心裡非常想發牢騷。但換個角度想，若是自己的家人，相信我也會與他們一樣的反應。只要適時的給予一些關心及問候，我相信在無助時有了一句問候，心裡還是會充滿溫暖的。回歸護理工作，最重要的，也只是人與人之間的真誠的對待吧。

想念阿嬤

Miss My Grandma

■ 文 | 郭佩蓉 臺中慈濟醫院 8A 病房護理師

從小便與阿公、阿嬤同住，一直到國小二年級，才跟著爸媽搬去市區住。五專二年級基礎護理實習的最後一天，突然得知阿嬤得了胃癌，而且家人瞞著到我實習結束才告訴我，我對醫療還不夠懂，以為要失去阿嬤，聽到消息就嚇哭了。幸好阿嬤經過治療後健康平安，即使身高不到 145、體重不到 40，我最親愛的阿嬤還健在，就是一種幸福。

後來實習課的地點在衛生所，剛好在阿公阿嬤家隔壁鄉，又有理由跟他們同住了。做什麼事情都有人盯著、有人照看著，「穿這樣有暖嗎？要不要再穿一件？」、「騎車要小心，騎慢一點！」被阿公、阿嬤「唸」，心裡的滋味很甘甜。

隨著時間過去，兩老年紀大了，慢性病痛不斷，爸媽將他們接來一起住，方便照顧，開啟他們「吃胖胖之旅」，靠著媽媽的廚藝和用心把阿公阿嬤養得圓潤起來，氣色更好了。



而這段新冠疫情期間，尤其是之前滿長一段時間的確診人數居高不下，我們在醫院工作，一般人知道了也會怕被傳染，我也為了保護家人而久久才返家一趟，見到阿嬤的機會也因此少了。幸好，在醫院也有許多可愛又有趣的阿公阿嬤，就把他們當成我見不到的阿公阿嬤，買他們喜歡吃的東西，餵他們吃飯，陪伴他們聊天，他們也會時常關心地問：「吃飯了嗎？辛苦了！工作忙也要找時間吃飯……」深怕我們忙到顧不了自己，餓肚子上班。有的阿嬤甚至直接塞東西要我們拿去吃，每每這時候都覺得好窩心，還是有人關心著我們，上班的辛勞都得到緩解了。

誰知道才過了沒幾個月，家裡群組突然跳出訊息——「阿嬤在急診，醫生說腦血管破裂，救回來也只是植物人。」

看著訊息，我也慌了，想著是不是該放下工作去幫忙？



但新冠肺炎高峰期，連探病時間和人數都有限制，趕過去也幫不上忙。那天下班後回到家，睡不到三小時，傳來阿嬤安詳離世的訊息。我連阿嬤的最後一面也沒見到，腦袋一片空白。直到用爬的進到阿嬤靈堂，看到阿公和爸爸在哭，阿嬤躺在冰櫃裡，我才感覺到自己的哀傷。

阿嬤走後的日子，阿公不敢睡家裡，說家裡都是阿嬤的影子，常常失眠、哭泣，於是經過討論後，讓阿公暫時住在姑姑家，還好大家都能騰出時間陪伴阿公。最近回家一趟時，雖然阿公嘴裡一樣說著睡不著，都會想到阿嬤，但是看得出來他的身心狀況漸漸好起來了。

阿嬤過世，我成熟面對，努力工作一如往昔，但我知道心中那分失去阿嬤的悲傷並沒有消失，只是被壓放在內心的某個深處。

我再次深刻體會，即使身在血液腫瘤科病房，人稱小安寧病房，或許比一般病房有更多病人過世的經歷，但親人的離世，依然讓人痛徹心扉。

現在，我更常提醒自己，無論如何，每個月都要回家一趟，與爸媽及阿公說說話、聊聊日常，讓他們看看自己在外地生活也能過得很好，不讓他們操心煩惱。一有空就打視訊電話，隔空見面，分享上班生活點滴，常捨不得掛電話。

阿嬤的離開，使我更加清楚健康比什麼都來得重要，生病就是要看醫生，按時吃藥，所以我常常告訴住院病人，要聽醫生的話，一定要乖乖吃藥，才會好得快。好想我最可愛的阿嬤，再也聽不到您用臺語叨念我了！人生真是無常，更讓我珍惜當下！☺

急診高強度考驗

My Work in High-Intensity ER

■ 文 | 林嘉韋 臺中慈濟醫院急診室護理師



身為「『男』丁格爾」，雖然我只是才入行的菜鳥，到臺中慈濟醫院報到後，勇敢進入醫院步調最快的急診室，接受高難度的挑戰。短短二、三個月的試用期，用「咬牙挺過」四個字形容並不為過。感謝一路走來在臨床上給予指正以及伸出援手的每位貴人，雖然也曾經懷疑，卻堅決不放棄，要為自己鼓鼓掌，我真的做到了！

新進護理人員加入急診團隊，最直接面對的第一個挑戰，無非是疾病學理與護理技術。但像我這樣一個在校學習成績普通的菜鳥來說，急診的考驗，就像一次次內外科綜合大會考！會到急診室來的病人，可能是從頭到腳各種科別的不舒服，我會遇到各種沒處理過的管路，如胸管、膽管、引流管等等，才猛然驚覺，在校五年所學的護理專業學理及技術，是深深埋藏在地底下的養分，我得全部重新鏟土，一一挖掘翻出來再仔細複習消化，才能在急診運用。

而如此反覆學習的過程並不一定來得及派上用場，往往才學好一件事，又出現了一件新鮮事要學習。值得自我肯定的是，經過一年的磨練，目前雖無法像學長姊那般能夠全方位掌握，但已能跟上團隊快速的腳步，協助各種處置的執行。

醫療是處理攸關生命的大事，照護病人必須非常謹慎，學長姊以嚴謹、周全的態度指導各種專業知識，然而新人面對海量的知識學理與技術，一旦沒辦法好好吸收，教導者難免有急促或不耐煩的時刻，學習過程被嫌棄的挫折感，是新進護理人員必須要經得起的衝擊。我就曾經被一位醫師說：「你



不要再碰我的病人了！」已經不記得是什麼事件，但當時的我非常沮喪，也自我懷疑，好像再努力也永遠無法勝任，而有想要放棄的念頭。

幸好當時我不斷回想自己選擇護理的初心。

國中畢業後，跟同學結伴報名考試，後來一起進入慈濟科技大學五專部護理系的原住民專班，自此踏入護理行列。專三實習時進到醫院，才意識到護理是一個我未來要在社會中賺錢的職業。雖然在校五年常覺得比不上同學們優秀，但護理行業的待遇相對穩定，希望先有穩定的工作和生活，如果真的不能適應還可以去學習、發展自己有興趣的事物，所以堅持留下來。

如今在急診單位的工作已能漸入佳境，最讓我開心的是來自病人與家屬的鼓勵肯定；尤其是常碰到發燒或瀉肚子求診的小朋友，常在各項檢查、打針還沒開始時，就會尖叫、哭鬧，小朋友的爸爸媽媽常會給我正向的回饋，說我非常耐心、動作溫和、不急躁，會幫忙他們一起安撫孩子，讓他們在面對哭鬧的孩子時不至於更無助。但也因為我的柔和聲色，困擾我的反而是一件比較悶的事，因為個人音頻較高，所以在戴著髮帽與口罩工作時，難免會被病人或家屬誤叫為妹妹或小姐。

身為一名基督徒，我常常透過禱告、上教會，或是與教會朋友分享在這學習過程中一些不可思議的經歷，有時也讓我不得不大喊感謝主。也感恩我的學姊一步步耐心帶著我這樣子挺過來。

最後想以聖經經文「人在最小的事上忠心，在大事上也忠心」，鼓勵不管是在哪個領域的新人，祝福大家都能順利度過人生每一項考驗。☺

TZU CHI NURSING JOURNAL

*Research
Articles*

VOLUME 22 NUMBER 2

APRIL 2023

志為護理
學術論文

2023 年 4 月 第二十二卷 第二期

慈濟護理人文與科學