

# 成就更好的自己

Achieve a Better Self

■ 文 | 張晏慈 台中慈濟醫院 3B 病房護理師

猶記那烈陽似火的夏日，鳳凰花開，火紅鮮豔的花朵，好似年輕學子們火熱的青春。在艷陽高照的六月天，莘莘學子們在師長的帶領之下，步向人生中重要的里程碑。我佩戴著胸花，在長庚科技大學的大禮堂裡，參加一生一次的大學畢業典禮，父母親送給我一束美麗的鮮花，聞著花束散發的陣陣馨香，看到父母嘴角的笑靨，是對我最好的祝福。

記得就職第一天，平日嗜睡的我在清晨第一縷陽光照射進房間後便了無睡意；自今日起，我便以社會新鮮人的身分正式步入社會。

懷揣著忐忑的心情，我步入慈濟醫院的大門，映入眼簾的是莊嚴的大廳，及一對箴言——「誠正信實為大地，慈悲喜捨為和風」，亦成為我此後於護理領域的自我期許。我帶著躍躍欲試又虛心求教的心，前往期待已久的單位——身心科。

學姊進行環境介紹時，對於陌生的一切皆感到新奇，認識到病室內不可出現香菸、打火機、金屬物品、3C 產品、含咖啡因及酒精的食品等；如可樂、毛巾、牙籤、吸管等日常生活用品，在身心科皆有特殊規定，以防範及保護病人之人身安全。也學習基本自我保護及照護規則，如：對於有攻擊、暴力傾向的患者，應保持適當的距離與其會談，不可獨自一人前往探視；當其情緒無法自控出現不適切行為如傷己害人時，便適當依醫囑予以約束。

病人皆非自願罹病，齒輪轉動命運的枷鎖，讓我們於 3B 身心科病房相遇，在此治療性關係中，有歡聲笑語、有淚眼婆娑、有眉頭深鎖、有怒目而視、有如釋重負，更多的是症狀穩定後的處之泰然，每每見病人穩定後衍





佛判若兩人之時，便為其感到歡喜。遇到自傷的患者，入院時情緒低迷、鬱鬱寡歡、對生活提不起興趣，眼神驀然空洞彷彿失去了色彩，經過我們的治療照護後，臉上重拾笑容，便是對自己這份護理工作最好的回饋。

有個病人為酒癮患者，他的太太是視障人士，阿長及單位學姊有感於病人出院返家後社會適應較為困難，便在病房營造機會，請夫妻兩人教導單位病人一同折氣球，眼睛看不見的太太有一雙巧手，白雪公主、聖誕老公公這些氣球玩偶栩栩如生，且為病房增添一番新氣象。

步入 3B 身心科是我人生的一個重要的里程碑，熟悉之後，我發現 3B 身心科是個溫馨且和樂融融的單位，護理長及單位學姊們也為我這初出茅廬的護理菜鳥樹立了最好的榜樣，讓我了解護理人員應扮演傾聽者的角色，傾聽病人表達之訴求；陪伴者的角色，當病人及其家屬的心靈支柱；教導者的角色，在病人及其家屬有疑惑時予以回覆且教導正確用藥知識及衛教相關照護措施；引領者的角色，帶領病人及其家屬完成治療的過程；照顧者的角色，關懷及照護病人及其家屬之生理病痛及情緒狀況；傳遞者的角色，將病人的用藥情形及個人訴求傳遞給醫師知道，建立雙方互信互賴之橋梁。期許自己未來亦能成為臨機應變且更加游刃有餘的護理師。

感謝所有為我傳道授業解惑的老師、主管及前輩，感恩一路上相互扶持共同成長的朋友，最感激的我的雙親茹苦的養育。步入職場，彷彿經歷一場成年禮，讓我學會對自己所做的事情負責，無論是淚水或汗水皆會交織成動人的回憶。那碧空如洗的藍天便是我們人生的畫布，待我們細細著墨，揮灑屬於我們的色彩，渲染我們的人生，成就更好的自己。☺