

行動派青年 男護養成記

楊佳豪

花蓮慈濟醫院呼吸照護中心護理師

**The Making of an Active Young
Male Nurse**

Jia-Hao Yang

RN, Hualien Tzu Chi Hospital Respiratory Care Center

■ 文 | 洪靜茹 圖 | 楊佳豪提供

位於門診大樓二樓的呼吸照護中心(RCC)沒有對外窗，日光燈是唯一的亮源，不分白天晚上。這裡專門收治加護病房轉來、尚無法脫離呼吸器的病人。一早交完班，接白班的楊佳豪護理師在此展開忙碌的一天。核對醫囑後，將病人的呼吸、心跳、意識、肌肉力量等層面做整體評估，再進行翻身、拍痰、抽痰、姿位引流等胸腔相關的護理治療，接著給藥、施打抗生素。「大部分 RCC 的病人因為臥床的關係，有氣管內管（插管），需要透過鼻胃管灌食，灌牛奶、灌藥物等。」不論是灌食、翻身、清潔，楊護理師專注而有條理的做每一道步驟，身體接觸時總不忘適度放輕力道，輕聲安撫，傳遞著關心，讓病人安心。

呼吸困難復健路 青年男護暖心守護

慢性阻塞性肺病病人許阿嬤今天心情不美麗，鬧脾氣不肯做復健，佳豪耐心陪伴勸說，「再練習一下好不好」、「一個小時就好」、「不然半個小時也可以」……苦口婆心下終於完成本日進度，兩人輕輕擊掌慶賀。病房裡老人居多，但也有車禍致頸椎損傷或是腦傷的年輕人，或是重度臥床者。他補充說明，RCC 的病人多有呼吸衰竭情況，除了生理需求的照顧，也會給予幫助恢復正常呼吸的治療和訓練，透過呼吸器調整、藥物及物理治療、營養補充等方式進行。照護計畫於常規與內科、外科加護病房有些相像，但更著重在肺部復健。

在照護接觸隔離的病人時，換上隔離衣，把這個時間點能做的照護備物一次備齊，集中護理，經驗法則教會他省下穿脫隔離衣的時間就能轉換成更多照顧病人的工夫。安頓好每一床，思及住院月餘的劉伯伯最近狀況不錯，徵詢意願後，把握空檔，換上外出袍，推著輪椅，陪伴老人家下樓晒晒太陽，呼吸新鮮空氣。「北杯，這個溫度可以嗎？」帶著呼吸器的劉伯伯眯著眼，緩緩伸出大拇指比了一個讚，一老一少相視微笑。

別小看二十六歲的楊佳豪護理師在 RCC 服務年資不到三年，其實這是他二十一歲五專畢業時的第一份工作，後來就算曾因升學需求暫離，寒暑假照常來打工當兼職護師，取得二技學士學位再由兼轉正，從未轉換過單位。更長遠的來說，來自宜蘭的他，國中畢業後的人生座標定向花蓮，至今已逾十年。是慈濟教育體系栽培長大的孩子，也是為慈濟醫療體系貢獻所長的新生代護理人。

家裡經營餐廳，父母忙於做生意，加上上頭兩個哥哥年齡差距，身為老么的楊佳豪從小就被送到安親班或補習班安置。國中將畢業時，他對於升高中或走技職尚未有明確想法，倒是楊家父母認為孩子有一技之長比學歷文憑重要，而佳豪的姑姑有兩個孩子都在慈濟科技大學（今慈濟大學前身）讀護理，「爸媽聽姑姑說過慈濟教育的好，鼓勵我來這裡念書。」最重要的是，學校除了師長，還有懿德爸媽等眾多志工老師，很多大人在旁邊，可以幫他們照看隻身在外地的小兒子。當時他對護理只有粗淺的認識，反倒對離家一個人生活有著自由自在的憧憬，也就順其自然展開異鄉求學旅程。

實習見真章 開朗少年立志當護理人

進入慈科大五專部護理科後，楊同學很快就適應了住宿生活和人生地不熟的過渡期，而且發現學護理對他來說，沒有不適合。「有的同學一看到血直接暈倒、看到針就暈針或手抖到不行。」心理障礙的反應百百種，知道這樣做起來就不那麼順手，反觀自己不太害怕，也不會恐懼要去學做侵入性的治療，真的太幸運！

雖然接觸陌生的課程總會有關卡，許多專業科目、專業術語都需要花心思去了解，學習每一個護理概念和模式，也有熬夜苦讀的必要，不過他想辦法克服，成



學生時期楊佳豪很活躍，擔任學生會會長籌辦學校大小活動，圖為名人講座上代表致贈感謝狀予講師唐從聖。



績保持在前十名，也熱衷參加跆拳道社、排球社、磐石社等各種動靜態社團，結識許多好朋友，還被推舉選上學生會副會長，辦理全校大大小小的活動，日子過得多采多姿。楊同學個性活潑外向又隨和，人際互動上很容易與人打成一片，「我喜歡團體活動，熱愛和大家合力完成任務達成目標。還有就是辦活動難免遇到意見相左或找不到共識的時候，我比較能夠耐心聽、好好講，處理衝突不嫌麻煩，無形中也練出溝通協調的能力。」五專前期除了為護理打下基礎，也玩得盡興。

升上專四、專五，在實習中，透過師長前輩的身教言教指導，又進一步體悟到，「一知半解不足以接應臨床上的各種變化，不應該只用差不多就好的態度去照顧病人，要有負重前行的責任感。心態上有明顯的轉變和校正，決定好好充實專業知識。」醫院的實務課程，佳豪透過評估、調查，發現疾病特徵與課本的內容相吻合，激起了他的好奇心和興趣，開始勤奮讀書、學習，也領會到親手盡心力照顧病人慢慢走向康復是多麼具有價值感和滿足感！實習讓他增廣見聞、收攝身心，篤定要走護理路，心思放在增強能力與技術上，接連拿下獎學金、實習成績優良獎的肯定。

這個曾經因為過於瘦小而被誤認是國中生的開朗男孩，經過五年的養成訓練愈加成熟，待一畢業考取護理師執照後即步入職場，任職於花蓮慈院呼吸照護中心。

本來想去內外加護病房或急診一展身手，因緣際會來到預期之外的呼吸治療中心，他放下自我懷疑很快轉念，「RCC 的病人多在加護病房待過一段時間，等相對穩定才轉送過來療養，與我當初照顧急重症病人的設想相去不遠，因此決定待下來，說不定自己挺適合的。」樂觀自信的人，不急著否定眼前，總是能清楚找定位和著力點。

加值學歷 不忘號召同學為單位添力

護理新鮮人楊佳豪虛心求教，適應環境、跟上步調，自此與 RCC 結下不解之緣。好學的他，在部門進修風氣的帶動下，打算邊上班邊讀二技進修部，加值學歷。可惜接連報考兩次都失利，原來採計項目除了學業成績，還有年資、職級、證照



楊佳豪護理師（右二）服務於花蓮慈院呼吸照護中心，以正向積極的心態不斷提升學力與能力。

楊佳豪護理師用心照顧病人。



及年齡等項目加分，而佳豪的資歷尚淺，不如有職場經驗的前輩們。自評強項是考試，於是乾脆離職應考慈科大日間部二技護理系，果真一舉登榜，主管與學長姊們都給予支持也祝福。

重返校園，成為日二技護生，帶著精進專業的渴望，楊同學更用心念書了。成績穩居前三名，具領導魅力的他，既當班代也當選學生會會長。兩年在學期間，利用寒暑假及課餘，回到原單位打工兼職，學用合一。「五專時期比較側重在臨床實務的技術操作、方法與應用，到二技時的學習層次提高，實務的部分更高階，也開始進入護理的學術及研究層面。這兩年對我的護理學習是等級的提升，也結交到很多護理師朋友，共學共進。」

今年應屆畢業，再無縫接軌考取慈濟大學護理學系碩士班，六月回歸呼吸照護中心行列的同時，還「加碼」帶著四位同學一起到單位服務！「討論就業選擇時，向他們分享了 my RCC 經驗，同學們還滿相信我的，後來四個人一起來，加上我，就滿編了，哈！」處處為人著想的佳豪深謀遠慮，同學變同事，有著之前就相熟的基礎，互相照應，更容易融入環境，增加安心感和滿意度，有助於提高留任意

願。呼吸照護中心李惠蘭護理長感恩佳豪的號召力讓單位人力充足，就連護理部鍾惠君主任也直呼要把他延攬來做招募、當青年護師形象代言人！

唯一職場 真心不換

「RCC 和其他病房一樣，有忙碌、壓力大的高峰期，難得的是還能保有歡樂的工作氛圍，同事之間頻率合拍，相處融洽，喜歡這個單位、不想換。」當然佳豪本身也是散播歡樂的種子之一。同仁眼中的他富親和力，與病人的相處就像對待家人一樣細心、關愛，在執行護理作業上有邏輯、有章法，與夥伴合作無間；遇到問題也懂得藉由討論、協調並提出對策，凝聚團隊向心力。佳豪說，這裡是滋養他茁壯的地方，從生手到上手，病房內可以互相幫忙，跑跨部門支援也行，照護能力的提升，來自像媽媽一樣溫暖的惠蘭阿長悉心教導，還有學長姊們的鼎力相助，基於認同，沒想過跳槽，一心要回饋。

為了兼顧研究所課業，準備接任教學小組長的佳豪，現在一週裡五天上班、兩天上課，行程滿檔，希望兩年就把碩士拿到，所以要很拼。他說在二技時期，把同學從不會教到會，別人進步跟著開心，從而引發對教學的熱忱，進修深造也是為了日後從事教學的目標而一步步踏實前進。雖然辛苦，但是懷抱著有朝一日站上講臺當老師的夢想，自我督促的壓力成為了繼續努力的動力，期待學成後，不只是教導單位的新人，也能幫助同事發展多元能力。

沒有平步青雲 只有不為人知的努力

許多學弟妹既羨慕也好奇為什麼他可以在臨床上這麼得心應手？佳豪坦誠相告對待工作嚴謹戒慎如一，只是沒有表現出來而已。猶記當年菜鳥初入行，有段時間滿常出錯，雖然主管和前輩包容以待，但是「遇到挫折或是做不太來的事情，我是不服輸的，反而更拼命去學好學滿，證明自己一定行。」心裡自我激勵，暗自發憤圖強。

「我一直默默努力著，不是為了應付單位的常規或跟誰較勁而做，照護環境、病人的病情多變，只有把自己整備好，在遇到一些臨時的狀況，才不至於慌亂，才能即時應變。」看似輕鬆毫不費力，背後始終揮汗耕耘。佳豪緬腆道出，對自己埋頭苦練的那一面視同隱私，給別人看到的話很難為情，「不管多辛苦、多狼



二〇二四年青年節全臺優秀青年表揚大會上，就讀慈科大護理系的楊家豪獲獎章肯定。圖／慈科大提供

民國各界慶祝113年青年節 全國優秀青年表揚大會

輔導委員會召集單位：中國青年救國團

主辦單位：中華民國各界慶祝113年青年節籌備委員會



狠，我希望自己去消化就好。」幾年琢磨下來，現在的佳豪積極、正向、自律，以認真的態度全力以赴護理職涯的每個挑戰。「護理是一門專業，不能隨便，我們直面的是一個人的生命，甚至是一個家庭。」

從校園到醫院，細數一路走來的成長軌跡，在學時，有懿德爸媽把佳豪當成自家的孩子一樣愛護；學校的老師用心施教，為他打下紮實的護理基礎，而豐富的社團活動讓他充分享受到幫助別人與互助成事的快樂。進入醫院服務，經由直接照顧和面對病人，因著他所執行的護理措施的介入，讓病情好轉，病人和家屬感激的笑容、親手寫的小卡片歷歷情深意重；而最讓他開心的莫過於病人康復出院，回到原來的家庭與生活中；點滴護病情，從中獲得滿懷的成就感。

樂觀進取的佳豪，在病房裡見過生離死別的場景，體會到人生短暫，當把握珍惜當下，抱持永不放棄的堅持迎向難關。此外，再忙翻再操煩，抬頭轉頭，不會錯過還有更多暖心的故事在醫院各個角落發生，帶來正能量的交互作用。「這條路上遇到的慈濟的家人們，對我的態度、知識、價值觀的影響非常深厚，往後要帶著護理專業和使命感，繼續去照顧更多的病人。」☺