

[No. 1]

輔助安寧的 獨立性護理價值

The Independent Nursing Value of
Complementary Care in Palliative Care Ward

■ 文 | 黃美玲 台中慈濟醫院心蓮病房護理長

臨床照護中，護理師是與病人接觸最頻繁的醫療專業人員，負責即時回應病人的生理與心理需求。當病人出現疼痛或不適時，護理師除了依循藥物治療方案外，亦需全面評估影響病人舒適度的潛在因素，如心理壓力、環境影響或生活習慣。在這樣的情境下，部分護理師也學習輔助療法（Complementary Therapy）來提升病人舒適感，進一步改善症狀。

安寧病房護理師積極學習輔助療法，將其應用於臨床實踐。這些技術不僅有助於病人症狀緩解，也讓護理師在助人過程中獲得成就感，並增強護理專業的自主性與影響力。

精油按摩：促進腸道蠕動

97 歲的鄭爺爺因尿道感染併發急性腎衰竭入住加護病房。由於高齡且病況嚴重，他在清醒時曾交代家屬：「我有一天希望能夠好好走，不要像你媽媽那樣臥床 6 年，這是折磨受苦的。」兒女尊重其意願，於是轉入心蓮病房接受緩和醫療照護。

入院評估時，腹部 X 光顯示其腸道嚴重脹氣，幾乎如同懷胎十月，且沒有腸蠕動，使用促排便藥物仍無明顯效果。護理師使用杜松、胡椒、薄荷、茴香精油，以基礎油調配後，在鄭爺爺的腹部進行輕柔按摩。兩小時後，他順利排出大量黃泥狀糞便及氣體，腹部變得柔軟許多。他興奮地說：「好爽快！能好好休息了。」主責護理師分享：「看到爺爺的腹部鼓脹，感到非常心疼，因此與芳療



老師討論，使用精油配方進行嘗試。當天晚上他順利解了三次大便，有如阿公說的，我也感到好爽！」隨著病人的舒適感提升，護理師深刻體會輔助療法在獨立性護理實務中的價值。

音樂療法：喚起情感交流

音樂不僅是日常生活的一部分，更能觸動人心，影響情緒與身心平衡。研究顯示，柔和的音樂能降低焦慮，促進前額葉皮質活化，從而減少壓力反應，提升整體舒適度。在心蓮病房，每週一下午「音樂時光」，成為病人與家屬共享的溫馨時刻。音樂志工大緯輕撫琴鍵，彈奏長輩熟悉的老歌、慈濟歌曲、古典樂章，甚至即興演奏客家歌謠。這些旋律如同情感的絲線，串聯起病人與家屬的許多連結。

陳大哥是 50 歲的肝癌病人，長年在外不顧家庭，凡事皆由妻子獨自承擔。在音樂時光中，他靜靜聽大家唱著〈妻後〉，歌詞中有著身為一位妻子的心聲。他眼眶泛淚，緊握妻子的手，哽咽地說：「感謝妳無怨無悔地為這個家付出，我虧欠妳太多了。」隨著音符流淌，深藏的情感也自然流露，向妻子表達多年深藏的歉意，夫妻間多年的心結在此時化解開來。護理師觀察到，利用音樂的催化，加上適當的引導，可促進病人及家屬表達內心情感，減少彼此的遺憾，心裡肯定自己「還好我有帶他們出來唱歌」。



正念療法：自利利他的護理實踐

心蓮病房的團隊成員，包括癌症關懷志工，約七成接受過正念（Mindfulness）訓練。正念的核心在於專注當下、提升自我覺察，並以慈悲心對待自身與他人。護理師分享：「學習正念後，我對自身情緒的覺察力提高了。當感受到壓力或憤怒時，我會提醒自己深呼吸，調整情緒再次出發。」

護理師回憶，面對病人的痛苦常感到無力，幸好學會用慈心祝福病人。有一次帶著病人的 17 歲女兒坐在床邊，先引導她用呼吸靜心，接著專注於一筆一畫描繪觀音，完成後寫上祝福，念給母親聽，躺在床上的母親輕輕地撫摸女兒的臉頰，護理師說：「我感覺時間在此時凍結，這畫面好美。在這過程中，我感受到自己內心變得更加平靜，女兒也不再焦躁不安，學習陪伴媽媽。這經驗體會正念的力量，不僅幫助了病人與家屬，也讓我自身獲得情緒上的穩定與支持。」

輔助療法的學習與應用，使護理人員在提供專業照護的同時，也能夠滋養自己的內在力量，維持整體健康。這樣的歷程，不僅提升病人的舒適度與生活品質，讓護理更加多樣貌，也彰顯了獨立性護理的專業價值。