人物誌
Character Profile

走進生命最深處

江青純 花蓮慈院心蓮病房護理長

Walking into the Deepest Depths of Life

Ching-Chun Chiang,

Head Nurse, Heart Lotus Palliative Care Ward, Hualien Tzu Chi Hospital

■ 文｜林芷儀

江青純曾想像自己的護理職涯，是在病房裡輪班，當個踏實平凡的護理師。然而，人生沒有照著劇本走。她從花蓮慈濟醫院小兒加護病房與死神搶命，轉戰到心蓮病房，守護病人最後一哩路；更投入安寧居家、共同照護、遠距照護等不同領域，最後回到病房，接下護理長責任。一路邊做邊學，每一步都用心而堅定。

「在心蓮病房，『護理』可以發揮各式各樣的功能。」回首三十年的護理路，青純用貼近生命與人心的照護方式，深刻感受到護理價值，至今，那顆守護病人的心，依然溫暖如初。

童時第一次接觸死亡　安詳平靜的正面印象

青純來自臺中，家裡三代同堂，她在六個手足間排行第三，熱鬧歡笑的童年，養成她開朗直率的性格。現在細想走護理路的契機，似乎跟小時候一段記憶有關。

小學三年級的某天，青純中午放學回家，家裡只有她和阿公在。「阿公平常都會陪我們玩，那天卻靜靜躺在床上，我以為他在睡午覺，就在他旁邊，自己玩玩具。」直到傍晚，青純覺得很奇怪，怎樣都叫不醒阿公，意識到不對，慌張跑去求救，等家人趕回家，才發現阿公過世了。

「原來一個人往生，可以走得這麼安詳。」人生裡第一次貼近死亡，阿公躺著的樣子，彷彿只是熟睡，沒有一絲痛苦與恐懼。年幼的青純還不完全明白生命終點的涵義，卻隱約能感受到，這樣平靜自在的離開，是一件非常圓滿的事。

或許是這段生命體悟，讓青純對醫療行業不排斥。國中畢業，考慮到家裡人口多、開銷大，當時社會認為護理師是穩定的鐵飯碗，她很快決定就讀臺中護校。

公費生邊念書邊玩　東部山海走透透

護校時期，青純白天上課，假日則透過學姊介紹兼職，照顧一位長期臥床的阿嬤。雖然讀書跟工作兩頭燒，但這段經歷讓她比同齡同學提早累積了豐富的照護經驗。三年後順利考取護士執照，升學選擇有公費制度的護專，她在長庚與慈濟之間猶豫，因為慈濟履約條件負擔較輕，加上她嚮往大自然，最後決定離家到花蓮求學。

青純笑說，慈濟護專（現慈濟大學）的公費生免學費，還有零用金可以領，她不用打工，就解放自我「玩瘋了」。當時一到週末，她就和同學租車出遊，從北到南跑遍花蓮，甚至一路騎到臺東知本，在東部山海間留下滿滿的青春回憶。

不捨弱小生命的殞落　交叉訓練直面生命末期

讀護校時做過居家看護，也曾在醫院打工，江青純在臨床實習很快上手，過程中她發現自己對婦兒科最有興趣，畢業時公費生優先挑單位，毫不猶豫就選小兒加護病房。那一屆有七個同學選小兒科，最後分成兩組，四個新人從白班開始訓練，她跟另外兩個同學從小夜班起步，雖然很有挑戰，但也幫助她更快融入加護病房的快節奏。

青純很喜歡小孩，她盡力吸收病房照護知識、參加訓練課程，考取各種小兒照護相關證照。工作一年多，臨床服務的熱情卻被現實磨平。「當孩子狀況不好時，須要 CPR 搶救，如果壓胸救回一命，真的很開心，那壓不回來呢？小朋友不像大人，他們的生理變化真的是一瞬間，像是早產兒（往生後）身體很快就發紺，那個畫面我到現在都忘不了。」

最初的熱忱慢慢變成無力感，在護理照護上也遇到一些挫折，青純還是打起精神，堅持把照護工作做好。後來她遇上那一道過不去的坎，至今仍深感愧疚。「那是一個八歲的小朋友，來的時候，全身都是被家庭虐待的傷……我知道他已經走了，卻還是要壓胸搶救，因為要等家屬到，可是來的家屬就是施虐者，我真的沒辦法接受。」

之後，青純拜託病房護理長陳佳蓉（現大林慈濟醫院護理部主任）讓她能調去一個「永遠不用 CPR」的地方。剛好當時有一個交叉訓練的機會，可以到心蓮病房學習。因為這個因緣，青純走上了截然不同的人生道路。

每天床旁五分鐘　發現陪伴的力量

心蓮病房跟小兒加護病房很不一樣，不論照護方式或是環境氛圍，甚至連病人都是以大人居多。「我們在小兒 ICU 會說『阿姨來幫你泡奶奶了喔』，講話很常用疊字，這邊是面對大人，我光用詞轉換就矯正好久。」青純很不適應單位間的差異，幸好配合著病房內部的訓練課程，邊做邊調整，慢慢找回信心。

「我是有點急跳跳的個性，又是從小兒加護病房轉過去，其實靜不太下來。」為了幫助青純更快適應，學姊安排了特別的訓練：請她選定一位病人，每天花五分鐘時間坐在病人身旁，並且不能做跟護理照護相關的事。

江青純來到心蓮病房也學習到許多輔助療法。攝影／劉明總

「真的很痛苦，我在阿公的旁邊坐如針氈，完全不知道該怎麼辦、也不知道要聊什麼。」訓練開始的前幾天，病人阿公每天趕她走，她還是乖乖坐滿五分鐘，到了第四、五天，阿公也習慣了，開始跟這個年輕護理師聊上幾句。再後來，五分鐘變十分鐘、十分鐘變半小時，兩人愈來愈熟稔，話題愈來愈多。「我開始覺得，陪伴真的很重要。在陪伴的過程中，你會發現很多可以努力的地方，也可以從中有所收穫。之後，我也更會花心思陪伴病人，即使手邊工作再多，也不急不趕，當下的時間就是屬於病人。」如果遇到跟她當年一樣坐不住的學弟妹，青純也會教他們，試著靜下來陪伴病人五分鐘，感受陪伴的力量。

問起如何面對病房裡的生離死別？其實青純一直以為自己能冷靜面對生死，直到在心蓮工作滿一個月那天，親眼看著病人嚥下最後一口氣，她的情緒瞬間潰堤，哭得比家屬還久。最後是學姊帶她回值班室，好好哭一場。那一刻她才明白，原來自己從來沒有真正面對死亡與悲傷，只是一再壓抑、藏在心裡。從那之後，她開始會找心理師、學姊聊聊，慢慢學習調適情緒、梳理內心。

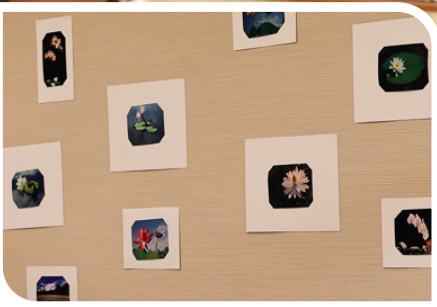
「學姊很嚴格，她們念歸念，但當你一有狀況，其實都很保護你，隨時會關心你，然後教你怎樣應對。我覺得在這邊上班很幸福，真的很像一個家。」心蓮病房團隊的相互扶持，也是讓青純選擇留在安寧這一塊，走這麼久的原因之一。

走進病人生命裡　尊重決定聯手圓夢

東部地區有許多頭頸部癌症病人，住院時脾氣都不太好，青純曾照護過一位大哥，她試了很多方法，都無法建立關係。有一天，她推著病人到空中花園晒太陽，靈機一動，請大哥等她一下，沒多久就拿著兩支冰淇淋回來，確認過病人可以吞嚥冰淇淋，兩人就吃著冰、看風景。突然，大哥主動開口搭話，讓青純很驚喜，沒想到，這隻冰淇淋打開了病人的話匣子。

頭頸癌病人說話比較含糊，除了細心傾聽，還要放慢速度，如果病人使用筆談，青純也會寫字回應，並要尊重對方，讓他慢慢寫，不能急著幫他把話講完，「有心理師提到，這叫做『亦步亦趨的陪伴』，就是你跟病人站在同一軸線上，用同樣的方式互動，他們比較能接受。」青純還與一位完全無法開口的病人，發明了專屬兩人的溝通方式，她將問題都變成是非題，讓病人用敲擊聲回答，一聲代表

2024 年 9 月心蓮病房為何美爺爺圓滿人生攝影展，連林欣榮院長、護理部主管都齊來祝福。而事前的準備工作也有江青純的巧手協助。攝影／江家瑜



「是」，兩聲代表「否」。不需要刻意安排，這些小小的舉動、用心的陪伴，總能拉近護病間的距離。

「時之將至，他們總會有想完成的心願。」在心蓮病房，只要病人有想完成的事，團隊總是盡力達成。青純說：「病人想喝咖啡，團隊就陪他下午茶；想看海，就載他去海邊；想剪頭髮，就陪他到理髮店。以前還有病人過年想回家看媽媽，團隊就準備伴手禮，陪他一起返鄉探親。」

後來遇到肺癌末期的雄哥，他很遺憾從未帶家人挑戰過中橫公路，於是，團隊決定陪他完成心願。因為擔心肺轉移會急喘，心蓮病房動員大陣仗，包含醫師、護理師、專師、心理師、社工師，宗教師、志工等人，一起陪病人出門，雖然雄哥中途呼吸困難，旅行到碧綠神木就折返，但整個過程非常感動。後來，團隊又陪伴病重的江大哥，從花蓮回到關山老家探親，從交通安排到醫療器械的準備，每一個細節都用心規畫。經歷幾次大型圓夢旅程，大家開玩笑說，心蓮病房好像一間「旅行社」，專門為病人實現願望。「心蓮旅行社」就這樣誕生，還成立粉絲專頁，記錄每一位病人獨一無二的人生旅程。

安寧多元服務　從醫院病房到偏鄉部落

江青純在今年（2025）榮登花蓮慈院資深二十年同仁，但她與慈濟的因緣早已超過三十年。只是中間曾因為家庭離職、短暫搬回臺中，重返花蓮後，她回慈院

擔任緩和醫學中心王英偉主任的研究助理。後來，先生北上受訓考證照，青純只好又離職，帶著孩子隨行，在臺北居家育兒，半年後實在受不了都市生活，再次搬回花蓮。

第三度回歸，那時心蓮病房沒空缺，王淑貞副護理長（現花蓮慈院護理部副主任）建議青純先回醫院、等有位置再回心蓮。所以她先到眼科門診擔任護理師，還承接起 IDS 計畫，深入部落投入偏鄉醫療。後來，有機會回到心蓮病房，是因為安寧共同照護計畫試辦啟動，那是她做研究助理時曾協助推動的計畫之一，於是，她回到安寧照護的行列，投入安寧共照的第一線。

「安寧共同照護」，指的是心蓮病房團隊協助各科別的末期病人做醫療決策與症狀處理。青純補充，安寧療護是後援與協助，並非所有病人都會轉入心蓮，有些病人後續病況穩定，可以繼續在原科別照護或是出院返家。

安寧共照上軌道，居家照護卻人力短缺，青純同時兼顧共照和居家病人，直到有人接手共照，她才全力投入居家照護。

花蓮慈院心蓮病房安寧居家照護範圍，從太魯閣國家公園的牌樓以南，收到兆豐農場以北，包括臺九與臺十一線的沿途部落，居家護理師常須南北奔波。有一次，青純在秀林鄉富世村訪視病人，接到壽豐鄉西林部落病人的求助電話。她忙完就火速趕過去，好在一路順暢，沒被開罰單。居家護理人力逐步補足後，團隊才將花蓮分為南北區，縮短往返距離，提升照護效率。

回想起那幾年在不同角色間的轉換，青純不覺得辛苦，只想盡力守護更多需要安寧照護的病人。後來，心蓮病房準備推動安寧遠距照護專案，王英偉主任邀請青純協助，她一邊做居家照護，一邊著手執行遠距照護的新領域，面對大量科技與資訊化的操作，青純察覺到自己的不足，決定報考慈濟大學護理學系研究所，重新充電、提升能力。

碩班進修闊眼界　前輩領路助前進

由於青純是專科學歷讀研究所，在碩一那年忙著補齊大學學分，非常忙碌。她分享：「學校給了我們更開闊的視野，尤其碩班的訓練跟大學又不一樣，很多報告的機會，因此，你必須訓練自己收集資料、彙整內容、思考判斷的能力，最後再內化成自己的知識，才能上臺分享」

問起怎麼分配時間？青純說：「讀碩班要兼顧家庭、工作和學業真的很辛苦，但念書、做報告都不難，寫論文最痛苦。」她一度因為論文卡關休學，幾乎要放棄學業，在王淑貞副主任的鼓勵下，全力衝刺，終於順利畢業。

隨著遠距照護穩定發展，居家照護團隊日益成熟，反而是病房同仁更需要有經驗的前輩帶領。於是，青純回到病房，並接任副護理長職務，傳承培育年輕的護理人員；三年後，她晉升心蓮病房護理長，肩負起帶領安寧團隊的責任。

青純的護理路上有兩位重要的導師。她感恩王淑貞副主任一路悉心指導，總是在她徬徨或困難時給予建議，錯誤時會適時指正，完全沒有主管架子，與每一位同仁都坦然相處，「淑貞姊帶人就是以身作則，所以她講的話，我很信服。」

另一位是王英偉主任。青純說：「主任帶我們從不同角度看待安寧，也帶領團隊走向國際。」很感謝主任不斷鼓勵同仁發想創新照護點子，幫助臨床病人；也帶領團隊長期深入機構推廣安寧理念；更是最早在東部推動安寧遠距照護、引進芳療與淋巴水腫照護的人。「很多人以為我是 E（外向型）人，其實我每次測 MBTI 人格測試都是 I（內向型）人，很多事我不會主動嘗試，除非是不得不的場合。」因此，有兩位典範走在前端開創引領，讓青純很安心跟隨。

2013 年花蓮慈濟醫院首創以雲端科技，透過遠距醫療的概念，可從雲端系統檢視病人在家時的血壓、心跳、血中氧氣等生理紀錄，讓安寧療護從醫院延伸到病人家或安養機構。圖為江青純護理長示範使用。

家庭堅實後援　療癒利他獲能量

青純的先生同樣在花蓮慈院工作，是資訊室同仁林文德。兩人交往時，她剛到心蓮病房服務，因為年紀輕、不排斥 3C，常會幫忙王英偉主任整理早期病房的活動影像，逐一轉成數位檔案。先生起初不解，為什麼下班了還一直留在單位，仍默默支持，時常運用資訊專長幫忙病房解決技術問題，團隊外出執行圓夢計畫時，也會協助規畫硬體設備。

先生一開始以為心蓮病房是「等死的地方」，但在陪伴青純參與安寧療護課程和圓夢行動後，想法慢慢轉變。青純的一雙兒女，從小也常陪著她外出家訪，有次因為緊急出訪，先生與孩子在車上等青純，從傍晚五六點等到晚間十點，最後晚餐變宵夜。雖然偶爾抱怨媽媽花太多時間在病人身上，卻從來不反對她的護理工作。家人的理解與支持，就是青純能持續守護病人的溫柔後盾。

從事安寧工作，往往需要面對大量情緒壓力，必須重視自我照顧與調適。「我的紓壓方式是睡覺、看海，再來就是哭。」青純自認是感性的人，長期面對病人與家屬的悲傷，情緒常默默累積，偶爾會看劇大哭來釋放情緒，通常哭完後，心

裡就好很多。隨著行政業務繁重、壓力加劇，睡眠更顯重要；最不可或缺的放鬆就是「看海」，幾乎每週先生都會陪青純到海邊放空，找回自己。

心蓮病房的教育訓練除了臨床專業，另一部分是輔助療法，例如園藝、芳療、動物輔助等課程，讓同仁在學習的同時獲得療癒。另外，每年年底會舉辦「遺族關懷活動」，團隊會邀請病人往生滿一年的家屬回來相聚，一起緬懷與療癒，也幫助同仁在工作中找到情緒出口。去年的活動帶大家走進馬場，與迷你馬互動及餵食，青純分享，有家屬在與迷你馬打招呼的過程中流下眼淚，因為動物能感知人類情緒，牠知道你需要陪伴，就主動靠近、蹭你或聞你，場面很溫馨。

護病互動的珍貴　持續精進守護愛

「我覺得護理是一個很獨特的藝術，要勇敢給自己一些挑戰。」青純坦言，剛入行時，自己也是把護理當成謀生的工作，按部就班地上下班、執行醫囑，日復一日。在心蓮病房服務，與病人互動愈來愈多，她開始意識到護理的深度與溫度，除了醫療照護，護理師還能幫助病人更舒適地面對病苦、圓滿他們的臨終願望。在安寧療護的過程中，青純體會到護理的獨特價值，不再只是例行公事，她會不斷思考：還能為病人做什麼。「雖然賺錢養家很重要，但是當你用心照顧的病人，給你一個笑容或感謝，那分真誠真的比什麼都值得。」

接任心蓮病房護理長已滿四年，對青純而言，轉任行政職，最不捨的就是與病人互動的時間減少。「醫學中心要配合很多單位做訓練，心蓮病房又肩負著社會責任，我們持續會對外宣導安寧療護觀念。」從去年開始，團隊引進 Joyce Simard 教授發展的靈安護理（Namaste Care），是為晚期失智症與重症病人設計的照護方式，在國際間廣泛使用，能有效提升末期病人的生活質量。花蓮慈院心蓮病房在 2024 年 8 月辦理工作坊、12 月舉辦國際研討會，今年逐步規畫，要在全臺各醫療單位推廣及協助培訓，繼續在安寧的教育及服務上精進努力。

因為很喜歡跟病人互動，青純希望自己不要離臨床太遠，「我覺得護理長應該是我的極限了，未來如果卸下職務，可能會回到病房當護理師，或是當居家護理師，因為在第一線建立的關係與溫度，是行政工作無法取代的。」現在，她更珍惜每一次能陪伴病人的時光，只要手頭工作允許，她就親力親為，陪著病人實現心願，讓生命的終點充滿愛與圓滿。