





別怕,再一下下就好

Don't Be Afraid, Just a Little More and It Will Be Fine

■ 文 | 翁意芳 慈濟大學護理學系四年級 攝影 | 黃小娟

在此次 MICU 的實作學習中,時間雖短,但我十分珍惜每一次操作的機會,全神貫注於學姊的指導。這段期間,我學習了多項技術,包括床上沐浴、灌食(Feeding pump)、密閉式與一般抽痰、A-line 抽血、cath 抽血、Chamber 給藥、心電圖(EKG)、約束、協助進行腰椎穿刺等。有些技術雖曾接觸,卻不夠熟練,因操作次數少,實作時難免不夠流暢。

幸運的是,這幾週帶領我的雨潔學姊非常有耐心。每當進行技術操作前,學姊總會先詢問我是否有經驗,當知道我不熟悉時,從不責怪或批評,反而一步步細心教導,並説明每個步驟背後的原因,而不只是讓我照本宣科。更難得的是,學姊願意放手讓我獨立操作,在一旁觀察並適時給予回饋。

我衷心感謝學姊的耐心與包容,能遇到如此願意用心指導的學姊,是我莫大的幸運。在她的帶領下,我在技術操作上逐漸上手。雖仍有需要改進之處,但這樣的學

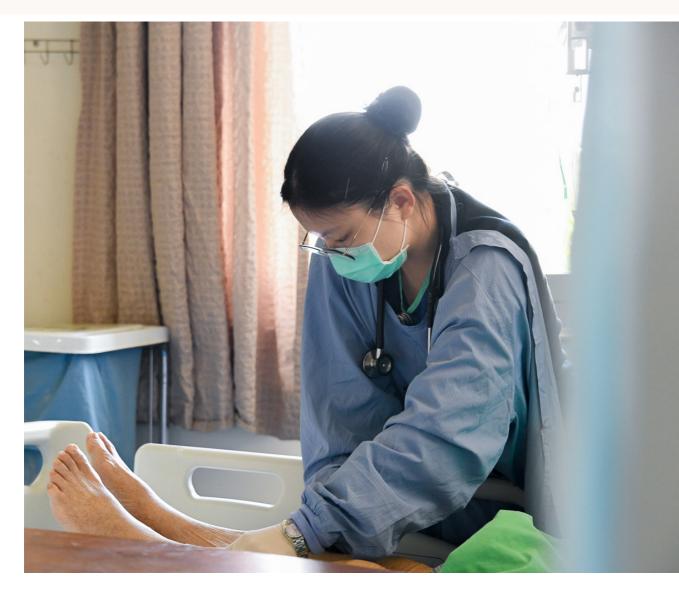


習經驗讓我立下決心:未來我也要成為一位像學姊一樣專業、細心,並能清楚理解與傳授技術背後意義的護理人員。在MICU的這幾週,我深刻體會「做比說更重要」。大多數病人因插管無法言語,我們無法與他們對話,但在進行翻身、洗澡等照護技術時,儀器偶爾會響起,學姊總會輕聲說:「沒事喔,我們在這裡。」這句話讓我非常感動——我們照顧的不是一具身體,而是一個人。

病人雖無法説話,卻依然有知覺、有情緒,甚至可能 正處於極大的不安中。設想自己若無法言語、被限制於 病床,當機器警報響起時,內心的恐懼可想而知。這時







護理師一句「沒事,我們在。」有多大的安撫力量,只有身處其中的人才能體會。因此,我更加堅信:即便病人無法回應,也不能放棄與他們的交流。

他們聽得見、感受得到。我們的一句關心、一次解釋,雖然是單向的溝通,卻能 讓病人感到被重視與照顧,進而帶來心理上的穩定,甚至有助於病情的恢復。

我曾有一次在幫病人翻身時,當病人面朝我,我不自覺地輕拍他的身體,像媽媽 哄孩子入睡那樣,當下心裡默念:「別怕,再一下下就好。」那是一種下意識的反 應,就像我小時候,母親也是這樣拍著我入睡,一拍一拍地安撫著不安的情緒。也 許,我是在用同樣的方式撫慰病人,也撫慰自己。