

[No. 2]

讓愛成為專業的力量

Let Love Become the Power of Professionalism

■ 文 | 葛沛汝 台北慈濟醫院 15A 病房副護理長

回首過往，從初入護理的青澀，到如今學習帶領團隊，如果要問我為什麼選擇護理？又是什麼讓我堅持走到今天？或許是被愛牽起的手，帶我走進護理；是學習付出愛的心，讓我在護理中成長；也是被護理滋養的過程，讓我重新學會去愛。這分愛的力量，培育著我成長茁壯。

學習付出愛，走進護理的起點

小時候，我因為疾病反覆手術住院，儘管多次住院，我仍然害怕打針，害怕進去手術房，與家人分離的瞬間；加上長時間的住院，無法上學、出遊的孤單，每次手術前總是會緊張無比。慶幸自己遇到給予我鼓勵與支持的醫護團隊，主治醫師以及專科護理師總是會在我踏入手術房前大聲地對我說：「沛汝，加油喔，睡一覺起來就會見到媽媽的。」

每次的加油聲，為我帶來無窮的勇氣與安心感。也是因為這些加油成長，讓我幼小的心靈裡埋下了一顆種子——有一天，我也要成為能讓人安心的人。

多年後我選擇就讀慈濟科技大學護理系，畢業後，來到台北慈濟醫院，成為一名護理師。那時的我滿懷熱忱，但現實的忙碌讓我漸漸迷失方向，護理好像變成了無止盡的發藥、記錄、交班，自我懷疑，一切都顯得迷茫，甚至出現離職念頭。我跑去臺東找恩師陳育嫻老師，她對我說：「護理不是只能離開去找新挑戰，而是要在熟悉的地方發現新的可能。」這句話，讓我開始思索我應該找回從事護理的初心。

我開始試著讓自己慢下來，不再只是執行工作，而是去觀察、去傾聽，學習著用微笑及一句問好，例如：「早安，我是今天照顧你的護理師，你早餐吃飽了嗎？」來作為每日與病人見面的開端。當一位長期住院的阿嬤對我說：「看到妳笑，我



就覺得今天比較有力氣。」讓我又回到剛從事護理那個熱情的我，得到了病人的鼓勵，也能回饋給他們溫暖與勇氣。而我也開始明白，護理的價值，不再只是照顧身體及檢驗數值的穩定，能多一分笑容、多一分傾聽，能減輕病人的焦慮，更能走入病人的心。

經歷新冠疫情的專業成長與堅持

正當我逐漸找到方向時，在臨床工作愈愈上手時，COVID-19 新冠疫情來了。那是一段艱難的時光，醫院裡充滿未知與壓力，病房緊張、工作量暴增，每天都在挑戰極限。尤其因為病毒不斷地變化，當我第一次穿上防護衣走進專責病房，心裡的恐懼幾乎要溢出。慶幸我們有醫院當強大的後盾，給予我們充足的防護設備，扎實的防疫課程，當然，還有下班回家後父母準備的營養餐點，讓我撐過那一段時間的每一個長夜。

我們病房改為專責病房之後，收治的病人除了原本的內科疾病成人，還有因加護病房滿床而送來的插管病人，有暴力傾向需隔離的躁症病人，需長時間安胎並

監視胎心音的孕婦，還有護理機構群聚感染無照護者的長者等等。在那段艱難的時光裡，麗珠護理長每天大聲用力地鼓勵：「我們是一個團隊，沒有人是孤單的。」我們與醫師、呼吸治療師、營養師、社工師彼此協作，讓整個照護系統穩定運轉；「當病人因新冠症狀而吃不下，要改怎樣的餐點？」、「需要協助社會安置的病人怎麼處理？」、「躁症病人病房的安全通道」……這些大大小小的問題，透過我們跨團隊的討論決議而執行，也讓我們能給予病人更完善的照護。

而在分秒必爭的新冠疫情期間，我們成功守護許多生命！我永遠記得有位確診的阿公，剛入院時病情一度惡化到簽下 DNR，儘管情況不樂觀，我們仍盡力讓他舒適，教導與阿公一起隔離的兒子幫助他翻身、拍背，跟營養師溝通給予怎樣的餐點讓阿公能吞嚥。阿公的小兒子每天早上都會來隔離病房外聽病情解說，並對我們說：「謝謝你們照顧我爸爸，我們一起加油！」阿公的病情漸漸好轉，甚至恢復到不需要呼吸器給氧，可以開始復健、練習下床。出院時，看著兒子一手緊握著阿公，一手對著我們揮手致謝：「謝謝你們，讓我們有希望。」那一刻，我再次想起童年時那鼓勵我的話語聲。愛的陪伴不僅僅讓我成長，也讓我產生力量去持續的傳遞下去。

從照護到帶領，成為他人的後盾

經歷過疫情的奮鬥，我深深體會到除了在照護上有所學習，護理教育需要我們這些經歷過的學姊去分享經驗，才能讓新人減少對未知的恐懼。也開始學習如何帶新進護理師及護理實習學生，看著他們第一次面對病人，第一次成功完成一項護理技術，從害怕到專注的神情變化令人感動，透過引導鼓勵，讓他們從不安中找到自信。

「沛汝，妳有想過學行政嗎？」也隨著麗珠護理長問我：，踏入新的挑



戰。開始學習如何安排班表、單位的特色發展、如何讓慢性疾病病人有俱全人且延續性的照護、如何讓新進護理人員熟悉繁雜的護理工作等，這些都是我在這幾年中學習及摸索的事務。這段過程中，我深刻體會到護理管理的本質並非完全靠制度，而是「讓團隊更有力量」。在麗珠護理長的帶領下，我們完成多項計畫，包括：建立滾動式照護的流程、新進人員相關輔助影片教材，2022 年百年好合護理照護品質暨創新口頭報告競賽，榮獲第三名的佳績；也在她的鼓勵下，於研究所進修。

麗珠護理長常說：「身為護理長，就是要成為大家的後盾。」隨著自己成為教導實習生、新進人員的臨床教師，甚至晉升為副護理長，期望自己能與麗珠護理長一樣，將自己的經驗透過教學，持續傳遞理的薪火。

走向世界：AMEE 的啟發

今年 8 月，我有幸參加歐洲醫學教育學會（Association for Medical Education in Europe, AMEE）。那是我第一次站上國際舞臺，與世界各地的教育者交流。透過不同國家的醫護教師分享，如何讓教學更貼近臨床、更富人性。有人以臨床模擬重現病人情境，有人用跨專業團隊學習強化合作，有人將 AI 應用於教學，啟發學員的思辨與反思。整個會議給我的感受是，醫療教育正處在一個高度複雜的情境裡，挑戰非常多，我們需要更開放的視野、更創新的方法外，在教育過程中也需要愛，一個好的教育者，不只是教知識，透過引導、回饋、設計，讓學生不只是會考試，而是真正能跨專業應用。

AMEE 的經驗讓我看見更廣闊的世界，也讓我更堅定地相信，教育是讓護理永續的力量。未來的護理，不僅要有專業的深度，也需要跨領域的思維與同理的心。希望自己能在臨床與教育的交會處，持續成長、持續分享，讓新一代的護理師在專業中找到信念，在挑戰中看見希望。

從被照顧的孩子，到成為照顧他人的護理師，再到引導與培育下一代，這一路，我經歷了害怕、迷惘、成長與感動。我一路都在愛裡學習，在護理成長的未來，無論前方有多少挑戰，我都會繼續帶著那雙曾被牽起手的溫度，去牽起更多人的手，因為我知道，被愛過的人，最懂得如何去愛；被陪伴的人，也最能成為他人的光，而護理的路，正是一條持續傳遞愛與希望的旅程。