

# 災難護理教學

## 關鍵時刻扛住壓力

Disaster Nursing Education:  
Shouldering the Pressure at Critical Moments

■ 文、圖 | 鄒明耘 花蓮慈濟醫院傷口造口護理師

接到師長邀請我參與災難護理教學的那天，其實心中泛起的並不是單純的欣喜，而是複雜的情緒。身為臨床護理師與救護人員，我熟悉現場，也理解災難的不可預測性；但「要把經驗教給別人」這件事卻讓我重新感受到肩上的重量——那是一種被信任，也是一種責任。證嚴上人靜思語「能付出就是福，願意承擔就是愛。」或許正是這句話，平常習慣埋頭做事的我，在猶豫之中更懂得為何自己要站上講臺去教學，因為這是一場將經驗轉化為知識，將知識再轉化為行動的過程。

### 到達現場！評估現場環境是否安全！

在準備的階段，我回顧了自己在災難現場的片段記憶，也翻開曾經上過的課程講義。那些熟悉卻零散的知識，經過這次整理後更為清晰。「到達現場！評估現





場環境是否安全！」簡單的十幾個字，是每位災難醫療救護人員的信念與第一守則，也是保護自己與保護團隊的第一步。那一刻，我突然意識到，即使過去累積許多實務經驗，我仍有許多可以重新檢視與調整之處。

### 在壓力下能做出正確判斷的能力

資深前輩曾說過一句讓我印象很深的話：「災難現場不是靠記得，是要練到不能忘記。」這句話聽起來簡單，卻道出了災難護理的核心精神。真正的現場總是伴隨壓力、混亂與不確定，時間永遠不夠、資源永遠有限，而壓力往往會讓人忘記自己以為記得的知識。這就是為什麼災難護理要不斷演習與實作，在「做中學，學中覺，覺中做」，唯有系統化的思維與標準化的動作才能在有限時間內做對事。被這句話提醒後，我更理解自己作為災難護理教學者的任務——不是把知識「講給別人聽」，而是幫助學員把知識內化成「在壓力下仍能做出正確判斷」的能力。

### 看見學員眼神中的信任

真正站上講臺的那一刻，我依然感到緊張。雖然熟悉教材內容，也做過許多準備，但面對一群期待學習的眼神，我深刻感受到那份被信賴所帶來的壓力與使命。課程從 CSCATTT 災難應變流程、先遣小組現場災情評估、ICS 分組溝通架構，再延伸到大量傷患 START 檢傷、MARCH 傷患處置，以及醫療單項技術操作。當我示範骨盆固定帶操作流程時，學員安靜而專注地盯著我的動作，那分投入與認真，讓我意識到「我的每一句話、每一個動作，都正在影響他們未來在災難現場的判斷。」

課程中加入了院前傷口處置及燒燙傷延長照護的教學，這部分對我身為傷口護理師的我而言極具意義。災難事件中，小至擦傷、鈍挫傷，大至撕裂傷、穿刺傷與燒燙傷，若在院前處置不當，後續感染、失血與組織壞死的風險會大幅增加。

### 災難思維的現場傷口處理原則

在災難現場並非所有傷口都能立即處理，因此學員必須具備感染風險評估的概念，將有限的抗菌資源優先投入在高汙染、高感染風險的傷口。並強調傷口刷洗乾淨的重要性，即便環境艱困、物資有限，只要能正確執行基本清潔，就能大幅降低感染風險。傷口清潔、沖洗與紗布機械性清創雖然基礎，卻是資源匱乏時最



關鍵的處置。將災難現場的限制帶入情境實作後，學員逐漸意識到院前處置不是醫院照護的縮影，而是另一個需要用「災難思維」做處置，獨立判斷的決策。

在討論環節中，有學員問我：「如果敷料、紗布都用完了，還能怎麼照護傷口？」這個問題看似只是物資的困境，本質上卻是一題關於「災難思維」的判斷題。我帶著學員一起回到核心原則：「減少感染風險、避免再次汙染、並持續觀察感染徵象。」傷口刷洗後，從現場找到相對乾淨的布料暫時覆蓋，低風險的擦傷甚至優碘塗抹使其乾燥癒合即可。透過這樣的討論，我不只看到學員開始跳脫「有標準物品才能處置」的框架，也再次提醒自己——教學是一面鏡子，讓我不斷檢視自己的思考是否足夠扎實，也讓我對災難護理有了更完整的理解。

### 讓教與學成為互相成就的力量

這次教學的經驗，讓我深刻感受到教與學並非兩條平行線，而是互相成就的循環。學習讓我看見自己的不足，教學則讓我在傳授中更清楚災難護理的核心價值——專業、判斷與責任。也更加印證靜思語「眾人一條心，沒有做不到的事。」

走出教室時，我感受到的不是結束，而是一分更深的使命感。希望未來能把所學化為更多人的力量，持續在不同場域提升彼此的能力，讓災難現場因為我們的努力而更安全。