



阿長，請聽我說

Please Listen to Me, Head Nurse

在門診重拾信心

Regaining Confidence
at the Outpatient Clinic



學校護理系老師曾說要真正了解護理，就必須走進臨床，透過實際經驗慢慢累積，才能成為獨當一面的專業護理人員。我的第一個工作單位是在血液腫瘤科病房，照護的多為接受化學治療的病人，病人病情變化較大，也需要密切觀察治療後的身體反應，剛開始工作時常常感到緊張，壓力超大，因為工作節奏快速，而且每天都可能遇到不同的突發狀況。學姊和當時病房護理長詩媛給予我許多協助與指導，讓我逐漸建立信心。然而一段時間過後，病房高強度的工作節奏又讓我覺得身心壓力過大，擔心長期下來無法負荷。

在一次與詩媛阿長的會談中，我坦誠說出自己的不安，阿長耐心傾聽之後，鼓勵我不要過度否定自己，並協助我思考嘗試不同的學習環境。經過討論後，決定讓我轉調至門診單位，希望能在不同的工作型態中重新調整步調。

剛轉到門診時，其實內心仍然有些不安，雖然門診相較病房節奏略緩，但新的工作內容同樣需要重新學習。初期我被安排至中醫門診，重新認識環境與工作流程；中醫門診的病人有些是固定回診拿藥，有些則是接受針灸或其他治療。門診與病房最大的不同，是需要更直接面對病人的問題與需求。病人常會詢問回診時間、治療方式或相關流程，需要耐心傾聽並協助解答。

剛開始時，我也會擔心自己回答得不夠完整，但門診的學姊們總是在旁提醒與協助，讓我逐漸熟悉門診的工作節奏。門診的病人有許多是長期回診的個案，久而久之，病人也會對跟診人員留下印象。有時在候診區或大廳遇到病人時，彼此會簡單打招呼，這樣的互動讓我感受到門診照護的人際溫度。

門診的中醫淑惠小組長與玉蓉阿長也給予我許多鼓勵。當我對這個新的工作環境感到不安時，淑惠小組長提醒我慢慢熟悉工作流程，不要給自己太大壓力。這些關心與支持讓我逐漸適應門診環境，也找回信心及對護理工作的熱情。

在中醫門診學習一段時間後，我想自己曾在病房有化學治療相關照護經歷，於是我主動向學姊提出想到門診化療室學習的想法，當時心中既期待又緊張。

在單位安排下，我開始到門診化療室學習。門診化療與住院化療的型態不同，門診的病人大多為病情較穩定的個案，定期回診接受治療後即可返家。雖然治療流程相對固定，但仍需要細心觀察病人的身體狀況與治療反應，我因此重新找回在病房所累積的臨床經驗，並學會在門診環境中運用這些專業能力。



回顧從病房到門診的轉變，是一段重新學習與成長的過程。每一個單位都有不同的挑戰，也讓我從不同角度理解護理工作的價值，感謝過程中學姊的指導、小組長的支持，以及阿長的鼓勵。

現在回想這段歷程，從最初的緊張與不安，到慢慢建立信心，也更加確定自己仍然希望在護理的道路上持續前進，未來若有機會，我也希望能將自己的經驗分享給新進同仁，讓他們在面對臨床挑戰時，能感受到有人陪伴與支持。